

# O PODER DO CORACÃO

Encontrando o verdadeiro  
sentido de sua vida

Baptist de Pape

Recco



# Prefácio: O meu próprio caminho



*Realizar o próprio destino é a única obrigação de uma pessoa.*

—PAULO COELHO, *O ALQUIMISTA*

Eu tinha acabado de me graduar em direito quando recebi uma oferta de emprego com um contrato lucrativo de uma firma de advocacia de grande prestígio no mundo inteiro. Estava então a um passo de uma carreira gloriosa – e mesmo assim decidi não assinar o contrato.

Comecei a pensar: o que realmente quero da vida? Qual é, afinal, meu objetivo? Fazia meses que procurava um trabalho que se encaixasse comigo, mas a perspectiva de participar de uma prestigiosa firma de advocacia, viajando pelo mundo como consultor opera-

cional de corporações multinacionais, já não me parecia adequada para mim – por mais que tivesse trabalhado duro para me graduar em direito. Senti que tinha perdido meu caminho e me preocupei com o futuro. O que faria? Quanto mais me preocupava, mais meu mundo parecia desmoronar aos poucos.

Já era tarde da noite e eu continuava agitado de ansiedade em meio à escuridão do quarto. Incapaz de dormir, levantei-me para assistir a alguns vídeos do YouTube no laptop. Cliquei no vídeo “Uma nova terra: despertando o propósito de sua vida”, com Oprah Winfrey e Eckhart Tolle. Logo Oprah me chamou a atenção ao dizer: “Não há nada mais importante que despertar para o sentido de sua vida.”

Isso me fez pensar. *Eu estava fazendo isso? Eu estava tentando despertar para o sentido de minha vida?* Logo que esse pensamento passou por minha cabeça, irrompeu um impulso poderoso do meu coração – um impulso que nunca tinha sentido antes. Era como se meu coração estivesse respondendo às perguntas que fazia a mim mesmo e quisesse que eu ouvisse as respostas naquele mesmo instante.

Quando desviei a atenção desse surpreendente sentimento e retornei ao vídeo, Tolle dizia: “É bom você se perguntar o que quer da vida, mas a questão mais importante não é o que a vida quer de você? O que a vida reserva para você?” Para responder a isso, Tolle destacou a importância de se permitir momentos de silêncio na vida, porque o silêncio nos faz escapar do barulho mental que denominamos “pensar”. Os pensamentos e preocupações do dia a dia geralmente abafam as outras mensagens enviadas pela vida – sinais

silenciosos que nos orientam ao encontro de nosso propósito. Isso souou parecido com minha vida – já que estava tão inundado de preocupações que não conseguia descobrir o que fazer.

Olhando para trás, acho que de alguma forma aquele vídeo acabou por me guiar. As observações de Oprah e Tolle transformaram minha consciência – e minha vida.

Na manhã do outro dia, segui o conselho de Tolle e fui em busca de silêncio. Saí em plena chuva para uma longa caminhada pela mata. À medida que me sintonizava com o silêncio circundante, me sentia envolvido por um sentimento sem precedentes de serenidade intensa. Serenidade não apenas ao meu redor, mas também dentro de mim. Pela primeira vez na vida, me libertava dos pensamentos e preocupações que tanto me aprisionavam. Já podia me perguntar o que fazer da vida e me abrir para qualquer resposta, quer se encaixasse ou não com minhas velhas ideias sobre carreira e futuro. Só então me dei conta de que tinha medo de assumir que não queria ser advogado, apesar do trabalho e do tempo que investira nisso. Mas, por outro lado, eu não queria decepcionar meus pais, que se orgulhavam do meu sucesso acadêmico e da carreira que eu escolhera.

Continuei em silêncio, livre de expectativas e usufruindo a paz interior que acabara de encontrar. Pensei: *O que a vida quer de mim?* Logo um poderoso impulso, muito mais forte que o da noite anterior, irrompeu do meu coração. Era quase doloroso, como se preci-

sasse ser assim para me fazer prestar atenção – para me fazer “pegar” a resposta que me era dada. Na verdade, era como se estivessem arrombando meu coração. Foi uma onda de emoção tão forte que comecei a chorar.

De repente, vislumbrei o propósito de minha vida. Ficou claro como cristal para mim: eu investigaria o poder do coração, a energia que guardava dentro de mim. Sairia em busca de pensadores, escritores e mestres espirituais da atualidade para obter conhecimentos sobre o coração. E registraria esse tipo de sabedoria para todos os tempos, fazendo um filme sobre o coração.

Claro que minha mente nunca me apontaria esse direcionamento, porque eu não tinha a menor experiência em cinema. Mesmo assim, nunca duvidei de que teria isso como tarefa. Até porque já tinha despertado para o propósito de minha vida. Foi um sentimento tão avassalador que não me restou outra escolha senão atender a esse chamado: olhar a vida pelas lentes do poder do coração e fazer um filme sobre isso.

Fui para casa, fiz a mala e mobilizei uma equipe de filmagem. Nada me impediria de fazer o que a vida queria de mim.

*O propósito da vida é uma vida de propósitos.*

–GEORGE BERNARD SHAW

Durante os dois anos seguintes, percorri o mundo inteiro e tive a sorte de conhecer os 18 principais líderes, cientistas e pensadores

espirituais de diferentes culturas e formações e pude conversar com eles: Isabel Allende, Maya Angelou, Michael Beckwith, Deepak Chopra, Paulo Coelho, Joe Dispenza, Linda Francis, Jane Goodall, John Gray, Rollin McCraty, Howard Martin, Ruediger Schache, Marci Shimoff, Dean Shrock, Eckhart Tolle, Neale Donald Walsch, Marianne Williamson e Gary Zukav. Graças às notáveis e inspiradoras histórias sobre a influência do coração em suas vidas, esses mestres ofereceram contribuições únicas para minha própria visão sobre o filme – e sobre o rumo que eu tomaria na vida. Por isso, considero-os cocriadores do filme e deste livro (suas biografias estão no final desta obra).

Os cocriadores me deram o privilégio de entrevistá-los frente à câmera e juntos criamos um magnífico retrato do coração. Eles propiciaram uma impressionante e, por vezes, comovente confirmação de minha própria convicção de que o coração é bem mais que um simples órgão de bombeamento de sangue para o corpo; sem dúvida alguma, o coração é uma fonte inesgotável de amor, discernimento e inteligência que ultrapassa em muito a mente.

Com os cocriadores, aprendi muitas lições importantes sobre o poder do coração compartilhadas no filme e que também quero compartilhar com você neste livro. Na verdade, existem muitos poderes do coração – como, por exemplo, a intuição, a intenção, a gratidão, o perdão, a resiliência e, claro, o amor. A conexão com esses poderes o levará a uma transformação impressionante dos seus pontos de vista sobre o dinheiro, a saúde e os relacionamentos, e a

descoberta de talentos ocultos e pontos fortes que poderão ajudá-lo a aprimorar sua vida. O espaço mais amplo deste livro me permitiu mostrar mensagens dos cocriadores que não pude apresentar no filme, e também me possibilitou apresentar sugestões oferecidas por eles para as muitas formas de desenvolver os poderes do coração. Enfim, para ajudá-lo no seu caminho, cada capítulo contém contemplações que o levarão a descobrir a voz e a sabedoria singulares do seu próprio coração.

Além de uma incrível e inspiradora equipe de pensadores, aqui você também terá um tesouro de orientação espiritual e prática. Espero que este livro o ajude a descobrir o propósito de sua vida que está enterrado dentro de você como um tesouro escondido. É hora de abrir o tesouro. É hora de descobrir o poder do coração.

*Eis o meu segredo. É muito simples: só se vê claramente com o coração.*

*O essencial é invisível para os olhos.*

—ANTOINE DE SAINT-EXUPÉRY