

Iluminando o seu caminho

Heitor Miyazaki

SEICHO-NO-IE DO BRASIL

*Iluminando
o seu caminho*

Heitor Miyazaki

*Iluminando
o seu caminho*

1ª edição

2016
SEICHO-NO-IE DO BRASIL

Iluminando o Seu Caminho

Autor:

Heitor Miyazaki

Direito de publicação cedido pelo autor à SEICHO-NO-IE DO BRASIL. Todos os direitos reservados. Proibida a reprodução total ou parcial, sob qualquer forma, sem a autorização prévia do autor e do editor.

© SEICHO-NO-IE DO BRASIL, 2015

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Miyazaki, Heitor

Iluminando o seu caminho / Heitor Miyazaki. --

1. ed. -- São Paulo : SEICHO-NO-IE DO BRASIL, 2015.

ISBN 978-85-7156-593-7

1. Conduta de vida 2. Filosofia de vida
3. Seicho-No-Ie 4. Vida religiosa I. Título.

15-10914

CDD-181.0956

Índices para catálogo sistemático:

1. Seicho-No-Ie : Filosofia de vida 181.0956

Capa: Sheila Miyazaki de Lima

Revisão: Elizabeth Tasiro / Total editado: 23.050 exemplares

Impresso no Brasil

Editado pela

SEICHO-NO-IE DO BRASIL

Av. Eng^o Armando de Arruda Pereira, 1.266

CEP 04308-900 - São Paulo, SP - Fone: (11) 5014-2222

Website: <http://www.sni.org.br> - E-mail: sni@sni.org.br

Prefácio

Hoje, nós temos a grande honra e felicidade de escrever em conjunto este prefácio do segundo livro de um grande líder da Seicho-No-Ie. Ele representa a terceira geração de líderes na família, que se iniciou com o seu avô materno, preletor Shunki Yamada, e continuou pela segunda geração, sendo representada por sua mãe, a divulgadora Tereza Yamada.

Antes de falar deste livro fantástico, que está agora em suas mãos, sentimo-nos no dever de escrever um pouco sobre seu autor, o preletor Heitor Miyazaki, ou melhor, sentimos que precisamos escrever um pouco sobre o “Heitor-pai”. Apesar de ele ser um grande orador que consegue explicar de forma simples e convincente a Verdade mais profunda sobre este ensinamento, é pelas suas atitudes diárias como ser humano que fica evidenciada a Verdade e pelas quais fica mais fácil ainda compreender como praticar este ensinamento. No convívio diário com seus familiares e amigos, ele nem precisa falar, só pelas suas atitudes amorosas e sábias é expressa claramente a Verdade.

Com certeza se trata de uma pessoa que conheceu o ensinamento e aliou o estudo à prática diária. Esta prática diária e constante é que faz com que as suas palavras, quando proferidas em palestras, auxiliem tantas e tantas pessoas por este mundo. O preletor da Sede Internacional Heitor

Miyazaki, em nossa visão, é o resultado de um jovem buscador da Verdade, que tem o disciplinamento necessário para que, mesmo após muitos anos de estudo neste ensinamento, não se acomode. Ele, mesmo entrando no grupo dos septuagenários, parece um menino que descobriu este ensinamento hoje, pois vive com uma disposição contagiante a todos nós, familiares. Parabéns, pai Heitor, por ser este exemplo para nós, seus familiares.

Neste livro, você encontrará as palavras da Verdade expressas de forma muito sábia. Ao lê-lo, somos envolvidos pelo amor e sabedoria, em que fica evidente a inspiração divina durante toda a leitura. Por meio de relatos de adeptos da Seicho-No-Ie, citações do mestre Masaharu Taniguchi, citações bíblicas e de grandes filósofos e personalidades, este livro nos leva a repensar o direcionamento de nossa vida e a descobrir, de forma simples e profunda, as ferramentas corretas (Leis) que devemos utilizar para transformar a nossa vida e, conseqüentemente, obter um futuro sem “amarras”. Um futuro no qual vamos poder manifestar em toda a plenitude a nossa vida recebida de Deus (Vida de filho de Deus), livre de sofrimentos, doenças, apegos, carências e ilusões.

Temos certeza de que, por meio do estudo constante deste livro, o poder da palavra sabiamente expresso nele levará o leitor a sintonizar sua mente com a mente de Deus, absoluto. Uma vez sintonizado com a Grande Vida, o leitor fará com que este ensinamento passe a ser prática cons-

tante em sua vida. Com certeza, aqueles que se dedicarem a praticar os ensinamentos contidos neste livro atingirão outro nível de religiosidade, um nível sagrado onde já não existe a Verdade separada do praticante da Verdade, ambos se fundem em um só e haverá apenas a Verdade prática, ou seja, a própria manifestação de Deus em suas vidas.

São Paulo, 12 de outubro de 2015.
Anibal Ferreira de Lima Neto (genro)
Sheila Miyazaki de Lima (filha)

ÍNDICE

Prefácio	7
----------------	---

UM DIA ENTENDI

4ª Norma Fundamental dos Praticantes da Seicho-No-Ie: “Ser atencioso para com todas as coisas, pessoas e fatos”. Sete pontos importantes:

1 – Código de Ética dos Indígenas Norte-Americanos	16
2 – “Bem-aventurados os pobres de espírito (humildes), porque deles é o Reino do Céu” (Mateus 5. 3).....	17
3 – “Você tem uma boca e dois ouvidos, use-os nessa proporção” (provérbio chinês).....	18
4 – Espere sua vez	18
5 – Silêncio	19
6 – Impulsividade.....	22
7 – Sempre aprendemos algo – “Quem tem ouvidos para ouvir ouça” (Mateus 11. 5).....	22

Capítulo 1 – O QUE REGE O NOSSO DESTINO

O que rege o nosso destino depende de três fatores: Influência dos carmas de vidas passadas – Livre-arbítrio – Ajuda de espíritos elevados	24
O que é carma?.....	24
Carmas de vidas passadas	25
Carma pode ser criado por três diferentes formas: Pelo pensamento – Pela fala – Pela ação	27

1 –Carma criado pelo pensamento	
Ter intenção de praticar alguma ação é carma do pensamento	30
Por que o pensamento é um dos agentes criadores do carma?	31
2 –Carma criado pela fala.....	32
3 –Carma criado pela ação	37
Carmas gerados por egoísmo.....	43
Os carmas equivalem ao exercício fiscal de uma empresa.....	45
Quem não acredita em reencarnações não entende o porquê de muitos fatos	46

Capítulo 2 – MODO DE VIVER

Gratidão aos pais – Relato do preletor Antonio Carlos Barbosa ..	58
O livre-arbítrio	66
Sabedoria de Agasha	69
“Eu tenho de pagar o carma? Não tem saída?”	70
O objetivo do carma não é punir	75
A Verdade liberta – Relatos da preletora Michelle Teperino, do sr. Érlon Cardoso e do preletor Claudeir Lima da Costa Filho	76
Fazer por obrigação ou fazer da melhor maneira possível?	86
Alguns fatores que o impedem de sorrir com naturalidade:	
Falta de treino – Fatos tristes do passado –	
Tristeza de algum antepassado	90
Opção de cada um: perdoar ou reter o ódio e adoecer?	93
Conversar mentalmente pode ser mais eficaz	97
As leis.....	102
Agasha.....	104

10 - Iluminando o Seu Caminho

Agradecimento e a cura – Relato da preleitora Mabel Melo	111
Oração do Perdão é para purificar	116

Capítulo 3 – AJUDA DOS ESPÍRITOS ELEVADOS

O mundo espiritual e as diferentes facetas.....	118
As aulas no mundo espiritual	123
O que você faria?	125
Salvar os antepassados	125
“Pequeno veículo” (Hinayana) e “grande veículo” (Mahayana) ...	127
Os antepassados em ilusão necessitam da nossa ajuda – Relato do dirigente Rogério Antunes	128
Relato do sr. Felismino Mota	132
Problemas na cabeça – Relato do preletor Edson de Lima Pardim – Relato do preletor Lorenzo Mir	135
Feto sem cérebro – Relato da sra. Fátima Araújo	141
Ensinaí a eles a Verdade da Vida, a Imagem Verdadeira – Relato da preleitora Rosinete Saturno	144
Oratório	148
Oratório no Ocidente é mais antigo do que muitos imaginam ...	150
Alguns casos sobre oratório	152
Fato ocorrido no Japão	155
Relato do preletor Antonio José Barbosa – Relato da preleitora Sônia Maria Vargas de Carvalho	157
Diferença de comportamento entre espírito novato e espírito elevado.....	163
Casos de cura de doenças ao visitar túmulos dos antepassados: Relato da sra. P.G.V. – Relato do preletor Luis Antonio Gomes – Relato da sra. Maria Trinidad Diaz Diaz	168

Comportamento dos espíritos	177
Espíritos elevados não se importam que seus túmulos sejam ou não visitados.....	183
Como se inicia a nova jornada	192
Os espíritos dos natimortos	194

UM DIA ENTENDI...

Não viemos à Terra para fazer turismo. Embora a missão de cada um varie, o objetivo de todos é o mesmo: evoluir espiritualmente. A única diferença entre o diamante bruto encontrado no solo e o diamante que está num anel são a lapidação e o polimento.

A diferença é que as pessoas iluminadas manifestam plenamente a sua natureza divina, enquanto as que ainda não atingiram esse estágio vivem em ilusões, apegadas às coisas materiais, e o seu ego é acentuado; e, por se encontrarem no estágio de lapidar o ego, diz-se “polir a alma”.

O ponto de partida para manifestarmos a nossa natureza divina é volver a nossa mente não para o exterior, mas para o nosso interior, fazendo sempre autorreflexão, ou seja, autoanálise dos nossos pensamentos, sentimentos, hábitos, comportamentos, valores, conceitos etc. A isso denominamos introspecção.

Este mundo que enxergamos com os olhos carnisais é o mundo da projeção da nossa mente, por esse motivo é chamado de “mundo fenomênico”. E assim ensina a *Sutra Sagrada Chuva de Néctar da Verdade*: “Eu vi que o mundo da matéria é realmente efêmero; vi que o mundo da matéria nada mais é que sombra”.

É muito fácil ver defeitos nos outros, no entanto, antes de procurar os defeitos alheios, devemos corrigir os

nossos. Diante de uma situação inusitada, antes de culparmos o outro, é bom que façamos uma introspecção para averiguar o que precisamos corrigir em nós próprios, para que o cenário desagradável se torne belo e harmonioso.

Se formos tratados com frieza, é devido à frieza com que tratamos alguém, ou devido à nossa mente, que deve estar fria e sombria:

Se você se sente triste porque as pessoas o tratam com frieza, é preciso examinar a si mesmo e descobrir a causa. Com certeza, descobrirá que você mesmo tem, dentro de si, algo frio e sombrio que impede os outros de se aproximarem de você.

(*A Verdade da Vida*, v. 7, 13. ed., p. 40)

A 4ª Norma Fundamental dos Praticantes da Seicho-No-Ie

“Ser atencioso para com todas as pessoas, coisas e fatos”. Estudemos sete pontos dessa norma:

1 – “Respeite os pensamentos, desejos e palavras das pessoas. Nunca interrompa os outros nem os ridicularize, nem rudemente os imite. Permita a cada pessoa o direito de expressão pessoal”, uma das inúmeras mensagens do Códico

go de Ética dos Indígenas Norte-Americanos do *The Four Worlds Development Project* (Universidade de Lethbridge, Alberta), fundado por Phil Lane Jr., membro das nações Yankton Dakota e Chickasaw, foi publicado em 1982. E há outra publicação atribuída a “Inter-Tribal Times”, de outubro de 1994. O código não foi escrito e publicado pelos autores, e sim expresso oralmente, por esse motivo há variações nos textos, mas o importante é aprendermos com as mensagens.

2 – “Bem-aventurados os pobres (humildes) de espírito porque deles é o Reino dos Céus” (Mateus 5. 3).

Jesus Cristo iniciou o famoso Sermão da Montanha com essa frase. A interpretação correta da expressão “pobre de espírito” é humilde. Em espanhol, essa expressão foi traduzida como “*bienaventurados los pobres en espíritu, porque de ellos es el reino de los cielos*”, ou seja, pobres em espírito orgulhoso, pobres em espírito arrogante, que têm humildade.

Qual foi o motivo que levou Cristo a iniciar o Sermão da Montanha dessa forma? Concluí que foi por sabedoria, pois, quando se ouve o outro com arrogância, com pensamento “eu sei, eu sei”, não se apreende a mensagem. Aqueles que O ouviram com o coração puro, dócil, absorveram as palavras da Verdade, ricas em sabedoria, ditas por Cristo. Da mesma forma que a mesma comida tem sabor melhor quando se come com fome.

3 – Há um provérbio chinês que diz o seguinte: “Você tem uma boca e dois ouvidos, use-os nessa proporção”.

4 – Espere sua vez

Sempre que vou ao exterior, procuro analisar o comportamento das pessoas e, quando estive pela primeira vez no Japão, o silêncio no metrô lotado, nas ruas e no restaurante me ensinou algo muito interessante. Por ex.: próximo do local onde meu colega e eu estávamos, oito homens ocuparam uma mesa maior e passaram a conversar discretamente. Quando um deles falava, os outros o ouviam; somente quando terminava de falar, outro começava. Além disso, sempre um ou outro movimentava com a cabeça, demonstrando atenção, e em nenhum momento alguém interrompeu quem falava, sempre esperava o colega terminar para fazer uso da palavra. Notei que ninguém falou no mesmo instante ou elevou a voz para prevalecer a sua.

Isso me fez lembrar um dos cursos que fiz pela empresa, onde era debatido um tema, e nessa mesa-redonda havia uma regra. O coordenador do grupo antes de iniciar, explicava:

– Quando alguém estiver com o uso palavra, ninguém poderá interrompê-lo.

– Ao terminar de falar, terá de dizer “passo a palavra para o meu colega do lado”.

– E só poderá voltar a falar quando chegar a sua vez. A ordem transcorrerá no sentido horário.

O interessante é que, na terceira rodada, quase ninguém desejava falar. E, enquanto havia alguém para falar, o coordenador não fazia a conclusão.

Chegando a vez do coordenador, o grupo o ouvia atentamente! Isso ocorria porque todos tiveram a oportunidade de falar e, dessa forma, o ego deles estava bem calmo e ninguém reprimiu o desejo de falar.

Aprendi que quando alguém movimentava a cabeça em sentido afirmativo não estava dizendo “você está com a razão”, mas sim “eu estou entendendo”. Aprendi que num grupo, se todos desejarem falar junto, não haverá diálogo, porque a maioria sabe falar, mas não sabe ouvir.

5 – Silêncio

Kent Nerburn é escritor, escultor e educador, e é muito envolvido nas questões dos nativos norte-americanos. Sua convivência com eles inspirou-o a escrever vários livros sobre a cultura indígena. Em seu livro *Neither Wolf Nor Dog (Nem Lobo Nem Cão)*, cita o pronunciamento de um indígena ancião de nome Dan:

Nós, os índios, conhecemos o silêncio. Não temos medo dele.

Na verdade, para nós, ele é mais poderoso do que as palavras.

Nossos ancestrais foram educados nas maneiras do silêncio e eles nos transmitiram esse conhecimento.

“Observa, escuta, e logo atua”, nos diziam.

Essa é a maneira correta de viver.

Observa os animais para ver como cuidam de seus filhotes.

Observa os anciões para ver como se comportam.

Observa o homem branco para ver o que quer.

Sempre observa primeiro, com o coração e a mente quietos, e então aprenderás.

Quando tiveres observado o suficiente, então poderás atuar.

Com vocês, brancos, é o contrário. Vocês aprendem falando.

Dão prêmios às crianças que falam mais na escola.

Em suas festas, todos tratam de falar.

No trabalho, estão sempre tendo reuniões nas quais todos interrompem a todos,

E todos falam cinco, dez, cem vezes.

E chamam isso de “resolver um problema”.

Quando estão numa habitação e há silêncio, ficam nervosos.

Precisam preencher o espaço com sons.

Então, falam compulsivamente, mesmo antes de saber o que vão dizer.

Vocês gostam de discutir.

Nem sequer permitem que o outro termine uma frase.

Sempre interrompem.

Para nós, isso é muito desrespeitoso e muito estúpido, inclusive.

Se começa a falar, eu não vou te interromper. Te escutarei.

Talvez deixe de escutá-lo se não gostar do que estás dizendo.

Mas não vou interromper-te.

Quando terminares, tomarei minha decisão sobre o que disseste,

mas não te direi se não estou de acordo, a menos que seja importante.

Do contrário, simplesmente ficarei calado e me afastarei.

Terás dito o que preciso saber.

Não há mais nada a dizer.

Mas isso não é suficiente para a maioria de vocês.

Deveríamos pensar nas suas palavras como se fossem sementes.

Deveriam plantá-las, e permiti-las crescer em silêncio.

Nossos ancestrais nos ensinaram que a terra está sempre nos falando, e que devemos

ficar em silêncio para escutá-la.

Existem muitas vozes além das nossas.

Muitas vozes.

Só vamos escutá-las em silêncio.

6 – Impulsividade

Sobre isso, assim descreveu o mestre Masaharu Taniguchi:

(...) se você deseja progredir infinitamente, não se deixe dominar por suas emoções e paixões. Todos aqueles que se deixam dominar são escravos. Jamais se torne escravo. Saiba controlar suas emoções e paixões, e faça de si próprio o senhor absoluto da sua mente.

(*A Verdade da Vida*, v. 7, 1.ed., p. 110)

Essa falta de controle é chamada de impulsividade. Impulsividade significa dificuldade com autocontrole. A consequência da impulsividade pode nos levar ao remorso por falar algo indevidamente, tomar péssimas decisões na negociação, interromper a fala do colega, comer em excesso ou algo não benéfico para nossa saúde; tudo isso devido à atitude de agir impensadamente sem as devidas análises e ponderações. Em psicologia utiliza-se o termo TDAH – Transtorno de Déficit de Atenção ou Hiperatividade, que é também denominado TDAHI, pela referência à impulsividade.

E qual é o caminho para dominar a impulsividade? O caminho é praticar a *Meditação Shinsokan*.

7 – Sempre aprendemos algo – “Quem tem ouvidos para ouvir ouça” (Mateus 11. 5)

20 - Iluminando o Seu Caminho

Quando ouvimos os relatos de experiências, sempre aprendemos algo.

**Para continuar sua leitura
adquira seu ebook:**

<http://www.sni.org.br/ebooks/>