

Tudo Depende de Como Você Vê

Capítulo "O Externo Não Muda o Interno, Mas Sim o Contrário"

Danilo H. Gomes

O Externo Não Muda o Interno, Mas Sim o Contrário

As pessoas que amam sempre estar na posição de vítima se descabelam ao ler um título como o deste capítulo. Admitir que tudo começa dentro de si é algo exclusivo dos aspirantes à mudança.

Por que existe este conceito? Graças a grandes pensadores que trouxeram ao mundo uma visão filosófica que coloca o indivíduo como ativo diante da vida, ou seja, temos a força necessária para transformar tudo à nossa volta mudando primeiramente o que somos.

Quando você transforma seu olhar sobre o mundo, o mundo automaticamente muda ao tocar você. Se mudarmos a forma de ver o medo, o medo não nos atingirá da mesma forma.

Arlindo não suporta mais as brigas constantes com a esposa. Os dois discutem por motivos ridiculamente banais. Desesperado, Arlindo vai à casa de seu melhor amigo pedir ajuda, pois sente que o casamento está prestes a acabar. Seu amigo diz que ele pode mudar a esposa, caso mude a si mesmo primeiro.

Os argumentos do amigo de Arlindo não parecem tê-lo convencido até que ele se lembra de um versículo bíblico:

“A resposta calma desvia a fúria, mas a palavra ríspida desperta a ira.” - Provérbios 15:1

Ainda inseguro, Arlindo decide colocar em prática o que seu amigo e a Bíblia disseram. Sua esposa chegou do trabalho exageradamente estressada e logo se pôs a reclamar das louças sujas que ele não havia lavado. Arlindo ignora as reclamações, lava a louça e depois pergunta a ela como foi seu dia no trabalho.

Sua esposa, sem entender o que estava acontecendo, falou sobre seu dia. Minutos depois, pediu desculpas a Arlindo e prometeu que tentaria se controlar mais. Em pouco tempo Arlindo e sua esposa, que tinham oito anos de casados, pareciam um casal de namorados novamente.

Repetindo o título desta obra: tudo depende de como você vê. Arlindo alterou a forma como via a situação que estava vivendo e, conseqüentemente, suas ações também mudaram. A solução desse problema surgiu logo após suas mudanças, como um efeito dominó.

O mundo externo de Arlindo foi modificado pelas reações de seu mundo interior. Este processo também pode funcionar com você (se você quiser, é claro).

A nossa mente é como uma criança facilmente influenciável. Se você disser a ela todos os dias que monstros existem, surgirão noites em que ela correrá para sua cama lhe pedindo um espaço para dormir. Sim, eu concordo que é estranho falar sobre a mente como se fosse uma segunda pessoa dentro de nós, mas é a verdade.

Isso ocorre graças à grande complexidade do cérebro e aos inúmeros processos químicos pelo qual ele passa a todo o momento. Enquanto você lê

este livro, por exemplo, vários outros processos estão ocorrendo em sua cabeça além do que envolve a leitura.

Se você não tem total controle do seu cérebro e mal sabe de todos os eventos que ocorrem neste órgão maravilhoso, podemos então afirmar que dentro de você há mais forças do que sua consciência tem conhecimento. Podemos chamar isso de uma segunda pessoa.

Esta segunda pessoa que comanda seus atos tanto quanto você tem controle sobre si mesmo pode ser, dependendo do que se trata, influenciável como uma criança.

Se você convencer sua mente de que é uma pessoa que está sempre cheirando mal, conseqüentemente, com o passar do tempo você realmente vai pensar que pessoas te evitam porque está cheio de odores. Neste momento o termo “ver coisa onde não tem” ganha vida.

Convencendo sua mente de mudar sua reação e visão perante os sujeitos e situações da vida, automaticamente a visão que você terá de tudo à sua volta será alterada. Sendo um pouco mais ousado, posso afirmar que você tem total poder sobre o universo em que vive.

Lembre-se sempre: você vive o mundo que seus olhos escolhem ver.

Acesse o Livro Completo

Saiba mais sobre essa obra agora mesmo [clcando aqui](#)

Obrigado por ler e não se esqueça de compartilhar.