

Copyright 1981

Comissão Divulgadora Jorge Adoum

A FUNDAÇÃO CULTURAL AVATAR, com sede à rua Min. Otávio Kelly 352, c. 6, em Niterói, Est. do Rio de Janeiro, foi autorizada a publicar esta edição.

Adoum, Jorge

Como sentir e desfrutar da felicidade / Jorge Adoum;
trad. de Romulo Durand da Moita - Niterói , Fundação
Cultural Avatar, 1991.

16 p.

ISBN 85-7104-021-4

1. FELICIDADE. I. Motia, Rômulo Durand de, trad. II.
Titulo.

CDU 159.942

Primeira edição em português, 1981

Primeira reimpressão em português, 1991.

IMPRESSO NA REPUBLICA FEDERATIVA DO BRASIL

COMO SENTIR E DESEFRUTAR DA FELICIDADE

PREFÁCIO

O Dr. Adoum, mais uma vez, nos brinda.

E desta vez, com uma Mensagem que abre "Caminhos" para grandes e pequenos, pobres e ricos, doentes e sãos, infelizes, aflitos, preocupados, indecisos, em suma, para todos, indistintamente.

"Caminhar" é viver.

Os "Caminhos", cada ser tem o direito e o dever de escolher o seu próprio, sem interferir no alheio, em direção ao Objetivo Máximo que é sua UNIÃO com o Supremo Criador, Este Poder Energético Universal Inteligente e Consciente de sua Obra.

A UNIÃO realiza-se quando o homem sente que "tem o seu ser, que vive e se move" no Reino da Unidade, o Reino de Deus, o Reino da Felicidade que está aqui, ali, lá, mais além e sobretudo dentro de si mesmo.

Nesta Mensagem, o Dr. Adoum mostra-nos como fazê-lo.

Nossa gratidão a este SER que soube ajudar-nos na escalada rumo à LUZ de todas as luzes.

Comissão Divulgadora Jorge Adoum
Caixa Postal 54
Santos Dumont — MG

UM ESCLARECIMENTO: O Autor cita algumas palavras que nos cumpre dar a sua significação espiritual, pois existem muitas palavras, como estas que ele cita neste opúsculo, que são interpretadas e usadas erroneamente por muitas pessoas.

DESGRAÇA: Desgraçado, desagraciado é aquele que não está receptivo à GRAÇA de Deus e de suas Hierarquias, em face de seus pensamentos, sentimentos e atos estarem em desarmonia com a Lei Divina.

SACRIFÍCIO: Não é sofrimento, É praticar um ato elevado, sagrado, o qual pode até nos evitar um sofrimento.

MALDITA: É algo que não está sendo dito acertadamente no sentido real e puro e que pode levar o homem à desdita. A força da Lei nos devolve com acréscimo tudo o que pensamos, falamos e fazemos.

IGNORÂNCIA: É a falta de Luz Espiritual, de Consciência esclarecida, iluminada e luminosa. A pessoa ignorante não sabe transformar o fogo dos instintos em Luz, embora muitas vezes o queira.

COMO SENTIR E DESFRUTAR DA FELICIDADE

Um poderoso rei da antiguidade buscava com afã a felicidade e oferecia somas fabulosas para encontrá-la; porém, foi inútil o seu intento. Um sábio, então, o aconselhou a vestir a camisa do homem mais feliz, para assim adquirir a felicidade.

Acompanhado de seu primeiro ministro, saiu de seu reino, em viagem com este objetivo. Visitaram a reis e súbditos, palácios e choças, pessoas pobres e ricas, e não encontraram aquele homem feliz para comprar-lhe a camisa. Por fim, chegaram a um lavrador que semeava em um campo e que cantava a cada passo, a cada lanço.

O rei aproximou-se dele e lhe perguntou:

—És feliz, bom homem?

—O que me falta senhor, para não ser feliz? Semeio agora e Deus me dará amanhã a colheita; termino meu trabalho hoje, e à noite me esperam minha mulher e meus filhos; eles me lavam os pés e me servem a comida. Não é isto uma verdadeira felicidade?

O rei saltou de alegria ao encontrar o homem que buscava; juntou suas mãos em atitude de súplica e com voz entrecortada pela ânsia, disse-lhe:

—Vende-me tua camisa!

O lavrador, comovido diante daquele pedido, desabotoou seu paletó, e descobrindo seu peito nu, disse:

—Senhor, não tenho camisa!

Por isto eu não pretendo dizer que possuo a felicidade ou que a tenho entre as mãos para dá-la à minha vontade. Porém, estou seguro de que conheço algumas de suas chaves.

Ei-las:

A felicidade não cresce senão em terreno devidamente preparado. Na maioria dos casos, a felicidade ou a desgraça não estão nos atos em si mesmos ou naquilo que nos sucede, senão na maneira de compreender os próprios fatos com a nossa disposição adequada.

A felicidade bate diariamente à nossa porta. Se não ouvimos o seu chamado e sua voz, é porque o pessimismo, com seu pranto e seu grito, nos ensurdece. O pessimista é sempre desgraçado porque só é capaz de ver o lado tétrico das coisas. Para ele, o passado é escuro, o presente é preto e o futuro é negro. Muitas vezes encontra-se com a felicidade, mas, sistematicamente a afasta de si, dizendo: Oh, é uma miragem! Buscar a felicidade é afugentá-la. Ela é nossa sombra. Se a seguimos, foge. Se não nos preocupamos com ela, nos segue. Na filosofia oriental narra-se o seguinte conto: "Tanta felicidade, tão imenso saber e tão gigantesco poder haviam alcançado aqueles homens da Idade de Ouro, que os Deuses sentiram inveja deles, temendo, com fundamento, que algum dia os homens lhes usurpassem o imenso poderio.

Decidiram, pois, arrebatá-los aos mortais o tesouro da felicidade. E, ao conseguí-lo, os homens ficaram privados de tanta riqueza que caíram logo na depressão, na tristeza, na orfanidade, na condição infeliz de miséria em que até hoje vivem.

Mas, como os Deuses conheciam a rebeldia inata, a insatisfação e a tenacidade humana, compreenderam que os homens jamais se resignariam e que, cedo ou tarde, tratariam de reconquistar o tesouro tão lamentavelmente perdido. Então os Deuses se convenceram de que, mais dia menos dia, estariam perdidos, se não escondessem convenientemente o "Tesouro da Felicidade" em um lugar tal e tão oculto que nunca viessem a encontrá-lo os picaros humanos.

Onde encontrar esse lugar adequado que sirva de esconderijo?, disseram entre si, os Deuses, com profunda preocupação.

—Nas entranhas da terra, disse um deles!

—Sim, admirável esconderijo, replicou outro!, porém, quando o homem começar a explorar as minas e a penetrar

nas entranhas da terra, como um tropel, logo o farão sair novamente à luz!

— Joguelo nas profundezas do oceano, disse o terceiro!

— E quando vierem os mergulhadores e os submarinos?, se opôs um outro!

E assim os Deuses formularam e recusaram muitos conselhos salvadores, e não encontraram lugar suficientemente seguro, já que os homens — que são Deuses também, embora tenham se esquecido que o são, um dia despertarão, e aí, então, dos Deuses!

Já São Paulo disse que os Anjos um dia seriam julgados pelos homens.

Por fim, o mais sábio dos Deuses, talvez Mercúrio, disse:

— Nescios, se quereis que os homens jamais encontrem este Tesouro, escondi-o em seu próprio coração. Nunca se lhes ocorrerá buscá-lo em seu próprio interior.

E como foi dito, assim foi feito.

Daquele momento para cá, o homem busca sua felicidade fora de seu próprio coração.

Somente os sábios sabem olhar dentro de si mesmos, e ali vêem e sentem brilhar, mais puro do que nunca, o TESOURO DA FELICIDADE OCULTA.

FELICIDADE E SABEDORIA

A diferença entre a felicidade e a sabedoria é que aquele que se crê o mais feliz, efetivamente o é. Mas, aquele que se crê o mais sábio, é, sem dúvida, um louco.

A sabedoria é patrimônio de poucos. A felicidade é a herança de toda a humanidade, herança do Pai Divino a seus filhos.

Se isto é assim, é mil vezes preferível ser feliz do que ser sábio, embora não exista sabedoria sem felicidade.

OS ENTRAVES DA FELICIDADE

Quem desejar a felicidade deve afastar de si três entraves:

PRIMEIRO: A crença de que as condições externas, a aparência, podem determinar a felicidade ou a desgraça. Entre ricos e entre pobres, nos palácios e nas choças, ela pode ser encontrada. A felicidade só emana de nosso interior, de nosso próprio interior.

SEGUNDO: A ideia do fatalismo. Apesar de sua constituição e de seu temperamento, cada ser pode e deve praticar a felicidade.

TERCEIRO: A ideia de que a felicidade é um dom de Deus, de um Deus afastado e fora de nós outros. Se bem é certo que Deus semeia a semente da felicidade no coração do homem, este sempre está obrigado a regá-la com seu trabalho para que germine, floresça e frutifique. Pode-se presentear um violino a um amigo, mas, este nunca será um artista se não o compreende, o usa e o vive.

AS PORTAS DA FELICIDADE

Conheço sete portas da felicidade, e uma oitava que é a suprema.

1? — SAÚDE. "Mente sã em corpo são." Um corpo são é o servo alegre da mente. A maioria dos habitantes das cidades vivem afastados do carinho da Mãe Natureza, de uma maneira antinatural. Esta Mãe carinhosa garante a paz de nossos corações, se buscamos o seu seio. Os habitantes das cidades vivem cheios de doenças. Galgam a vida e não vivem os anos.

2a — AÇÃO. "Fé sem obras é morta." Conhecer uma lei e não fazê-la atuar, de nada serve. Agir é viver. Desejas a felicidade? Vive-a! Prática-a!

— De que maneira?

— Consagrando cada dia, embora seja apenas meia hora, a ser feliz, a pensar em tudo que seja alegria: comida, bebida, música, pinturas, panoramas, etc ... Se durante esta meia hora, algum pensamento maligno estender o seu dedo parati, para

perturbar a tua felicidade, repele-o qual um ladrão que assalta o teu lar. Faça isto durante trinta dias e observa o que te sucede depois.

33 — PENSAMENTO- É o único fstor que distingue o homem do bruto.

Conta-se que um rei poderoso convocou e reuniu a todos os seus sábios para fazer-lhes esta pergunta:

—O que é a felicidade?

—Felicidade é Poder, disse o primeiro. Vossa Majestade deve ser o homem mais feliz.

O rei em tom de burla, respondeu:

—Como posso ser feliz quando tenho uma doença incurável? Leva este ignorante e rompe-lhe o nariz.

—Felicidade é riqueza, disse o segundo.

—Amarra no pescoço deste tolo uma bola de ouro do mesmo tamanho de sua cabeça, e joga-o ao mar, disse o rei.

—Felicidade é fartar-se de deliciosos manjares, disse o terceiro que tinha fome.

—Obriga-o a comer um carneiro inteiro, e quando morrer empachado, avise-me, disse o rei.

—No amor das mulheres se encontra a felicidade, disse o quarto.

—Dá-lhe cem formosíssimas mulheres de meu reino e com elas uma taça de veneno, respondeu o rei.

E assim fez o rei com os demais, até chegar a um deles que efetivamente era sábio, e que afirmou:

—A felicidade está na formosura do pensamento do homem!

O rei estremeceu dos pés á cabeça, e colérico disse:

—O que é o pensamento do homem?

A única resposta do sábio foi um sorriso de compaixão.

O rei, então, ordenou que encerrassem o sábio em uma escura prisão.

Anos e anos passou ali esquecido. Quando o tiraram estava cego.

Então, o rei lhe perguntou:

—Como estás? Continuas feliz?

O sábio respondeu com calma:

— Sempre o sou, porque até dentro da prisão e sob o manto das trevas, me vi rei, amado, rico e satisfeito; tudo o adquiri pela formosura de meu pensamento.

4? — AMOR. Amor em todas as suas fases, porque onde reina o amor, reina a felicidade.

Amor de esposos, amor de pais, amor de filhos, amor de irmãos, amor a todos os seres vivos, amor incondicional.

5? — FÉ. E a defesa contra as tempestades da vida. E a Fé que nos diz: "Se não podes olhar para a frente porque está escuro, se para trás porque é doloroso, olha para o alto e encontrarás a calma e a felicidade. A Fé mantém sempre a esperança na vida. Quem crê que a vida não é senão a espera da morte, vive no erro. Da terra podemos fazer um céu. Podemos ser felizes neste mundo antes de chegar ao outro.

6ª — SERENIDADE. A tranquilidade de consciência que nos dá o cumprimento do dever, é felicidade. A consciência pura é o melhor travesseiro do homem.

79 - AQUIETAMENTO DOS DESEJOS. Um sábio disse: "Eu aprendi a ser feliz, diminuindo meus desejos." E outro disse: "Minha riqueza consiste em não ter cobiças."

8ª — SACRIFÍCIO. Esta é a última, a mais importante e a mais necessária: SACRIFICAR-SE, SE FOR NECESSÁRIO, PARA PROPORCIONAR VENTURA AOS DEMAIS.

A compaixão é um sentimento de que somente é capaz o homem. Mas, o sacrifício é o sentimento de um Deus.

Diz uma máxima filosófica: "Com a oração (meditação) percorremos a metade do caminho que conduz ao céu; com o jejum chegaremos até a porta; mas, somente com o sacrifício nos é permitido entrar."

Disse Sócrates: "Conhece-te a ti mesmo."

Disse Marco Aurélio: "Domina-te."

Disse o Divino Nazareno: "SACRIFICA-TE."

Quem conhece a si mesmo, se domina.

Quem tem o poder de dominar os seus desejos, tem o privilégio de sacrificar-se pelos demais.

SÊ FELIZ

No templo das vicissitudes e das desgraças humanas, o Chefe pôs-se de pé e falou à sua tribo. E eu o ouvi dizer:

"Se és rico, sê feliz, porque estás predestinado a realizar grandes obras por teus irmãos que te obedecerão. Possuis uma face da liberdade e da tranquilidade, se não te escravizas à tua riqueza."

"Se és pobre, sê feliz, porque estás predestinado a levantar a humanidade sobre teus ombros por meio dos esforços e do trabalho. Tu és o realizador das grandes obras e ao mesmo tempo estás a salvo da inveja; ninguém te olhará com olhos enfermos e nenhum coração se atizará contra ti."

"Se és filantropo, sá feliz, porque podes encher as mã"os vazias e vestir aos desnudos; podes espargir o contentamento e a fartura, e deste modo os teus bens se multiplicarão."

"Se não tens o que dar, sê feliz, porque não saborearás a amargura da ingratidão, não conhecerás a tensão que traz consigo o esgotamento da fonte da generosidade."

"Se és jovem, sê feliz, porque a árvore de tua vida está carregada de esperanças."

"Se és ancião, sê feliz, porque tua experiência é um poder que representa a maior significação de tua vida."

"Se és homem sê feliz, porque a natureza te dotou de poder."

"Se és mulher, sê feliz, porque és compreensão, porque és o tesouro do homem; com tua delicadeza és o seu consolo, com o teu sorriso és a sua recompensa."

"Se és nobre, sê feliz, porque ganhaste a confiança de teus ascendentes sem nenhuma recomendação."

"Se és da classe simples, sê feliz, porque te basta a nobreza na fundação de teu próprio lar e de tua amada família."

"Se tens muitos amigos, sê feliz, porque formaste um escudo de corações amados contra os dardos do fracasso."

"Se tens muitos inimigos, sê feliz, porque eles são o crisol de teu eu e os degraus que te conduzem à meta. Bendi-

to seja o meu inimigo que ataca o meu defeito, porque deste modo me proporciona o meio e me indica o modo de extirpá-lo."

"Se és são, sê feliz, porque teu corpo é o instrumento que com suas vibrações acompanha a Lei Universal."

"Se és doente, sé feliz, porque a dor é o princípio da saúde; és o teatro da luta entre duas forças formidáveis: harmonia e desarmonia. Está em tuas mãos ajudar a uma ou a outra para curar-te ou para morrer. Disse Sócrates: "Eu, tu e a enfermidade somos três; se tu me ajudas contra a enfermidade, a venceremos; mas, se tu ajudas a enfermidade contra mim, me vencereis."

"Se és génio, sê feliz, porque a aura de tua mente irradia a Luz do Saber Divino; teus olhos são um talismã, tua voz é magia, tuas palavras são fogo e luz que queimam e iluminam ao mesmo tempo."

"Se és ignorante, sê feliz, porque estás a salvo das mordeduras das línguas afiladas. És de qualquer maneira uma parte importante, embora pequena, na construção do monumento mundial; não se constrói o maior palácio senão com pequenos materiais. Contudo eis aqui a meta: conquista-a."

"Se és amigo correspondido, sé feliz, porque encontraste a pérola do Evangelho."

"Se és atraído por teu companheiro, sê feliz, porque poupaste o desgaste de tua alma, derramando-a sobre ele. Cada vez que um traidor desocupa um coração, deixa lugar para um ser mais fiel."

"Se és livre, sé feliz, porque és a ave que salta de ramo em ramo, desenvolvendo forças, ampliando possibilidades."

"Se és escravo, sê feliz, porque já estás na escola em que se aprendem as ações da liberdade."

"Se vives em um ambiente que te compreende e te aprecia, sê feliz, porque desta maneira podes ganhar diariamente nova juventude e novo poder."

"Se vives em um ambiente que não te compreende, sê feliz e dê graças porque assim estás autorizado a flutuar acima dele para criar com tuas imaginações um mundo que contém alimento para tua mente faminta e teu coração sedento. E, desta maneira, deixarás que os mortos enterrem os mortos."

"Se és amante correspondido, sê feliz, porque a vida te é dadivosa, porque a divindade te mostrou seu carinho no intercâmbio de corações, reunindo em UM, duas metades que antes estavam perdidas nos desertos escuros da vida."

"Se amas sem ser amado, sê feliz, porque o desengano purifica as células enfermas do coração e arrasta o homem aos cumes do amor universal de onde pode olhar compassivamente para bendizer o amado que lhe serviu de degrau para alcançar um amor maior e compreensivo."

"SÉ FELIZ, porque muitas sfo as portas da felicidade e inumeráveis as vias da ventura. Os Caminhos da Vida se renovam a cada minuto."

"SÉ FELIZ sempre, e dê graças continuamente."

O QUE É QUE NOS ENCADEIA A DESGRAÇA

É a ignorância, a maldita ignorância, que nos faz crer que somos o corpo no qual nos identificamos. A ignorância nos ensina que o homem é um corpo cuja alma ele deve salvar, ao invés de uma alma cujo corpo deve educar e dominar.

O homem não é o corpo. O homem é o EU. O homem se revestiu desta forma material, desta túnica carnal para exercitar e desenvolver as faculdades de sua natureza divina. "Conehece-te a ti mesmo", disse o Oráculo de Delfos. Todos os nossos esforços, alegrias, venturas ou desgraças, não têm outro objetivo senão o autoconhecimento.

Deus está dentro de todo ser. Daí que, quando o homem se conhece a si mesmo, conhece a Deus, cujo objetivo final é a eterna felicidade.

A vontade positiva do homem é essencialmente a Vontade de Deus.

O que de Deus é, é Deus.

Demasiado atrevido?

Demasiado duro ao ouvido?

Já Isaías e o Divino Mestre diziam: "**Vós sois Deuses**", e, **se somos Deuses, como é que podemos sofrer as tribulações da carne?**

A ignorância casou-se com o temor, desta união nasceram todos os erros que logo se apoderaram de nós.

É por ignorância que temo a miséria, que ambiciono desenfreadamente a riqueza e que trato de adquiri-la lícita e ilícitamente.

É por ignorância que temo a vingança de quem acredito ser meu inimigo; então, resolvo tomar a dianteira e dar-lhe o primeiro golpe.

E assim se repete a interminável formação do triângulo diabólico: medo, ignorância e infelicidade.

Orgulhosamente, todos nos cremos verdadeiros filhos dos verdadeiros redentores: Jesus, Budha ou Maomé. Mas, nenhum de nós pratica, vive e assimila o divino ensinamento daqueles irmãos maiores que se nos adiantaram no caminho para a meta.

Porque tememos tanto a miséria?

Acaso não está escrito? : "Não vos inquieteis por vossa vida pelo que haveis de comer e de beber, nem por vosso corpo pelo que haveis de vestir! Não é a vida mais do que o alimento? Olhai as aves do céu que não semeiam, nem ceifam, nem recolhem nos celeiros; no entanto vosso Pai Celestial as alimenta. Não sois vós melhores do que elas? Observai como crescem os lírios do campo; não trabalham e nem fiam; mas, vos digo que nem Salomão com toda a sua glória, não se vestiu como um deles. E, se a erva do campo que hoje ou amanhã é lançada ao forno. Deus a veste assim, não fará muito mais por vós, homem de pouca fé?"

"Mas buscai primeiramente o Reino de Deus e sua Justiça, e todas essas coisas vos serSo acrescentadas."

Em outra vez Ele disse: "Amai vos uns aos outros" e, assim nos deu a felicidade, porque ninguém pode temer a pessoa amada.

São pois, o temor e a ignorância, o pai e mãe de nossa infelicidade e de todas as nossas desgraças.

Aprendamos, então, a flutuar serenos sobre as aparências, sobre as vicissitudes da personalidade, buscando e reconhecendo a nossa individualidade no conhecimento de que "EU SOU O PODER que prevalece sobre todas as vicissitudes da natureza inferior."

Aprendamos que nada pode danificar o EU e que no crisol do tempo se depuram as escórias do viver, e que nas areias do caudaloso rio dos anos são lavadas as misérias da vida nas águas da eternidade.

O FATOR DO PENSAMENTO

Mui pequeno é o esforço necessário para ser feliz. Não é preciso pagar dinheiro, porque a felicidade assim como todas as coisas espirituais, não se compra e nem se vende.

Já ouvistes o caso do sábio que só com o pensamento pôde ser feliz. Não é meu objetivo explicar aqui o que é o pensamento. E o explicá-lo está fora da extensão destes momentos. Quero tã"o somente repetir aqui o aforismo psicológico: "O pensamento determina o que queremos; o que queremos nos induz ao ato; a repetição do ato forma o hábito; o hábito modula o caráter e o caráter é o destino."

Se isto é assim, o pensamento é a causa primordial da conduta. O homem de puros pensamentos purifica até o ar que respira. Sua presença infunde nova vida e novo vigor a quantos chegam a pôr-se em contato com ele.

Com o pensamento puro pode ser transformada a célula de um cárcere em centro de esperança e paz. E com o próprio pensamento pode-se trocar a própria liberdade em escravidão e prisão.

Há três séculos viveu na Inglaterra um simples soldado que se fez imortal, não pelo seu valor militar nem por suas conquistas, senão por uma só poesia que escreveu; essa poesia foi tão lida como o Cantar dos Cantares do Sábio Iniciado. Essa poesia foi escrita na prisão, depois da derrota de seu partido político enquanto o amor cantava em seu coração. Uma das suas estrofes é ainda um provérbio nos lábios dos britânicos. Diz assim:

"Muros de pedra não fazem um cárcere.
Barras de ferro não fazem uma jaula.
Para um alma inocente e tranquila
São, ao contrário, um refúgio bendito."

O soldado poeta encarcerado transformou sua estreita cela em amplo paraíso; no entanto, o invejoso, o ambicioso, o pessimista, trocam sua liberdade em prisão amargurada. O homem vive em uma prisão ou em um jardim, segundo seja a qualidade de seus pensamentos.

CONCLUSÃO

Aprendamos a não buscar a nossa felicidade fora de nós. A solução de nossas dificuldades não virá de outras pessoas, senão de nós mesmos.

E aprendamos também que o egoísmo é infecundo, venenoso e fatal.

A felicidade nunca nos vem se pensamos em nós mesmos, senão pensando nos demais.

Cultivemos o hábito de, ao despertar pela manhã, dizer em nossas orações:

"Desejo Paz e Felicidade a todo ser."

Experimentai fazer isto, e, sentireis que vossos corações se encherão de esperança. Sois o Templo do Espírito Santo. O Reino dos Céus está dentro de vós mesmos.

Enviai, pois, as vossas bênçãos ao mundo.

Direis que de nada servem vossas bênçãos, que sois débeis e pecadores, porém, eu vos responderei: "Sois Filhos de Deus Nosso Pai, sois Sua Imagem e Semelhança. Ao Filho lhe foi dado o Poder e a Potestade de agir e de fazer."

A CHAVE DO PODER

A vida é a própria felicidade. Onde quer que haja um rouxinol quecanta; onde quer que haja uma flor que perfuma; onde quer que haja uma árvore que frutifica, há felicidade.

Sem embargo o homem enjaula o rouxinol para ouvir o seu canto, arranca a flor para aspirar o seu perfume e lança-la fora, apanha o fruto para comê-lo; o homem é enfim o rei de todos e vive desgraçado.

Vive infeliz porque não aprendeu a dar; quer somente receber. A felicidade não pode dar nada porque, ou nada tem para dar, ou não pode separar-se de seus dons; a felicidade se entrega por completo ao ser que não lhe pede nada, ao ser desprendido.

O altruísmo e a felicidade são complementários. O primeiro é uma parte integrante da segunda.

A felicidade é a própria Lei Natural; consiste em dar e é irmã gêmea do sacrifício.

Em cada dia devemos consagrar um pouco de tempo em fazer sentir a felicidade aos demais. Inumeráveis são os métodos. Uma só caridade equivale a um ano de oração.

O homem que trabalha pela felicidade dos demais será dono de si mesmo, dono dos homens, dono da Natureza e de seus Espíritos»

Não há outro caminho nem outro método, e mente quem diz o contrário.

Ninguém pode comprar a felicidade.

A felicidade se dá.

Ela, como todas as coisas, gira ciclicamente.

Jorge Adoum