

Esperança III

Dezembro de 2010

Autores: Walther Hermann Kerth e Viviani Bovo

Mais um ano se passou e estamos novamente naquela época de reflexão e balanço deste último ciclo.

Este ano recebi tantas mensagens de cumprimentos pelo Natal e felicitações para o Ano Novo que mal tive tempo de responder...

E enquanto eu tentava dar conta de respondê-las todas, percebi em um momento que já estava quase fazendo isso mecanicamente... Então parei. Parei e pensei por alguns instantes: “É somente isso?”. A resposta interior veio na velocidade de um raio: “NÃO!”.

Nos minutos seguintes parei de pensar e desloquei minha atenção para meus sentimentos, foi então que percebi a turbulência que me arrastava a dar cabo de mais uma atividade, mais um compromisso, mais mensagens respondidas, mais tarefas cumpridas... Não, não é isso. Então comecei tudo novamente e pude acessar um sentimento genuíno para escrever essa mensagem de Natal.

Em minha busca, que parece interminável, por conhecimentos que possam matar a sede de minha alma, eu tenho encontrado muitas preciosidades pelo caminho. Vou então falar do que estou aprendendo nesta fase de minha vida... A lição atual é “aprender a amar”! Já ouvi que tentamos expressar e ensinar aquilo que mais desejamos ou precisamos aprender, esse é portanto o assunto da reflexão deste ano.

Evidentemente não estou me referindo aqui às paixões por pessoas, por sonhos ou pela vida. Nesse momento minha percepção me ajuda a definir o sentimento de amor como sentimento morno e confortável, uma certa sabedoria com serenidade diante da vida, uma compreensão da magia das coisas, enquanto sinto uma conexão crescente com o mundo que me rodeia. Já há vários anos venho insistindo em encontrar formas de manter-me mais conectado com meus próprios sentimentos. Isso é um desafio para pessoas com a mente muito treinada, pois o intelecto utiliza-se de muitas estratégias para manter a soberania.

Nosso intelecto não deseja abrir mão do prestígio e poder que conquistou ao contribuir e gerenciar a construção desse mundo complexo em que vivemos. O orgulho de nosso Ego também não parece querer reconhecer ou aceitar que é apenas um instrumento da evolução, uma outra “ferramenta” da alma. Ele acredita ter proporcionado tantas conquistas e sobrepujado tantos obstáculos que se mantém como um guardião incansável, sempre alerta a quaisquer situações que possam enfraquecê-lo – verdadeiros condicionamentos que busco tratar com muita gratidão e cuidado.

Prestadas as devidas honras, agora tenho permissão para falar de algumas descobertas mais facilmente.

Em busca de uma compreensão que pudesse apaziguar minha ansiedade por saber, nos últimos anos encontrei pelo menos quatro métodos que eu diria, são bem interessantes para pessoas com o mesmo perfil que o meu: muito mentais. Imagino que estes métodos facilitem a caminhada da consciência em direção ao coração, à minha (nossa) própria essência. Ao estudá-los como um bom aluno faz, pude descobrir que eles são muito semelhantes de alguma forma, como se eu os buscasse para validar uma convicção que desejo ter impregnada em minhas células.

Num seriado de televisão desta década, “Arquivo X”, lia-se na parede do escritório da personagem principal um pôster com os seguintes dizeres: “Eu quero acreditar!”. Pois bem, essa simples frase adquiriu um significado avassalador em minha mente. E eu agora posso me apropriar dela temporariamente para dizer que: “Eu quero acreditar que há uma razão muito importante para todos nós vivermos nesse mundo que parece um tanto caótico!” Em muitos momentos tenho a lucidez de perceber a presença de uma Inteligência muito complexa organizando os eventos da vida de uma forma até mesmo poética, em que determinadas circunstâncias são criadas para alimentar nossas almas com descobertas e dádivas nem sempre reconhecíveis de imediato.

É bastante fácil falar dessa forma quando os eventos diários são bons e agradáveis, quando nos sentimos gratificados ou reconhecidos. Mas não desejo acreditar que somente as coisas boas sirvam à nossa alma... Isto é, parece muito fácil e simples amarmos as pessoas de quem gostamos, as circunstâncias que nos favorecem, aquilo que conquistamos com bons sentimentos e tudo o que nosso discernimento julgue como bom. Mas não é apenas a isso que me refiro quando digo aprender a amar.

É muito fácil amar o cachorro leal e companheiro, o amigo, o irmão com quem nos damos muito bem, os pais provedores, a comunidade que nos reconhece e nos retribui, o emprego que nos satisfaz e tudo o mais que nos rodeia em que podemos confiar e nos faz sentir abertos e expandidos.

Artigo de Walther Hermann Kerth e Viviani Bovo publicado no site www.bloqueios.com.br e www.desbloqueio.net.br

Minha atenção hoje está especialmente nos momentos em que não tenho essa mesma lucidez de reconhecer de imediato a importância ou o valor de certas experiências que culturalmente consideramos negativas. Diante de tais circunstâncias não reconheço uma atitude natural e espontânea de amar as adversidades, as dificuldades, os dissabores e os desafios! Refiro-me principalmente também a isso quando digo que desejo acreditar, com todos os meus sentidos e vísceras, que todas essas experiências compõem a obra de arte da vida de cada um!

Acredito que existe uma Inteligência que mantém uma ordem na realidade pois posso perceber que depois da turbulência e estresse de cada vicissitude enfrentada, invariavelmente os benefícios compensam o sofrimento, trazendo-me gratidão pelas experiências já vivenciadas. Entretanto, isso somente pode ser reconhecido quando sobrevivemos a tais desafios! E temos algum tempo de refletir e fazer um balanço dos ganhos e das perdas, que em alguns casos pode levar anos.

Então eu desejo acreditar com meu corpo e meu espírito que mesmo diante do estresse, da agonia, das perdas, das doenças, da morte e daquilo que chamamos de tragédias, há uma luz brilhante que me ajude a manter a lucidez de reconhecer a beleza, a ordem e a sabedoria da Grande Obra. Assim, creio que a vida seria muito mais simples e mais fácil, pois não haveria a desconfiança que corrói meu coração, nem a dor da perda, o medo que me obscurece o discernimento, nem mesmo o impacto das surpresas indesejadas.

Este ano ainda recolhi mais uma citação, cuja fonte eu perdi, que contribui para esta introspecção, algo parecido com o seguinte: “A vida nesse mundo não diz respeito a estar certo ou errado, mas sim a aprender a amar!”.

As quatro fontes convergentes que explorei nesses últimos anos e que contribuíram significativamente para acalmar minha sede, pelo menos temporariamente, me propuseram aspectos diferentes do mesmo desejo de aprender a amar. Vou explicá-las de uma forma muito simples e prática a princípio...

A primeira delas lembrou-me de como eu poderia exercitar o amor pela realidade, tal qual ela é! É um método de uma americana chamada Byron Katie, cuja vida, antes de sua “iluminação” era um verdadeiro terror resultante de várias fantasias e expectativas insatisfeitas – lembrou-me muito alguns preceitos budistas, bem simples, que encontrei em minha adolescência que propunham que a origem do sofrimento está nos desejos não satisfeitos; logo temos duas alternativas caso busquemos a felicidade: ou satisfazemos todos os desejos ou os eliminamos. Entretanto, para operacionalizar isso, creio que muitos de nós precisem de um método, uma forma, uma receita de operações mentais e emocionais para dar ordem ao caos de motivações conflitantes que habitam nossa mente.

A segunda fonte trata do amor incondicional pelas pessoas e experiências de vida exatamente como elas são. Esse é um método criado por outro americano, chamado John Demartini, um tanto mais complexo que o anterior, inspirado no estudo do trabalho de muitos filósofos e místicos do passado e do presente. Esse amor brota da pessoa que vivencia o processo de colapsar suas emoções associadas às experiências, tanto de estresse quando de exaltação! Lembra muito o método de Sócrates, porém, aplicado consistentemente produz resultados que transcendem o intelecto e nos levam a estados de consciência e compreensão incomuns, nos quais acessamos sentimentos sinceros de gratidão pela Realidade ser exatamente como é.

A terceira fonte eu encontrei alguns anos antes num artigo recebido por e-mail que apresentava um método extremamente simples de interiorização proveniente da cultura espiritual tradicional dos havaianos: “Ho’Oponopono”, mas precisei de tempo e do apoio das outras três abordagens para conseguir processar profundamente. Essa cultura acredita que o mundo exterior é um reflexo de nosso mundo interior: necessitamos das outras pessoas para reconhecer quem somos... Precisamos dos relacionamentos para entender como nos relacionamos com nossas necessidades e motivações.

A quarta abordagem, a primeira que encontrei desse conjunto de métodos, trouxe-me a primeira peça desse quebra-cabeças que me fez muito sentido e que, no entanto, exigiu-me tanta dedicação para eu torná-lo uma lente através da qual eu pudesse rever o mundo de minhas memórias e experiências vividas e ainda por viver. “Instalar” esse tipo de software mental prometia, segundo minha compreensão, um futuro mais coerente e agradável.

O Panorama Social me mostrou de uma forma científica e experimental que as pessoas com quem nos relacionamos são projeções de nossa mente! Elas de fato parecem existir, pelo menos assim mantemos um mínimo de sanidade mental. Mas nós nunca seremos capazes de conhecê-las profundamente – para isso seria necessário viver as vidas delas. As pessoas que conhecemos são nossas construções mentais elaboradas a partir de fragmentos de informações que capturamos, interpretamos e montamos num

quadro adequado à nossa compreensão. As implicações disso são espantosas: primeiro, as pessoas não são boas ou ruins, elas são simplesmente pessoas, como nós! Elas possuem todas as características e potencialidades, tanto qualidades como defeitos, exatamente como nós mesmos... Todo o resto são nossas fantasias a respeito delas! Os significados das representações que construímos dessas pessoas são conteúdos nossos e dizem respeito às nossas fantasias e incongruências. Dessa forma somos convidados a assumir a responsabilidade pela vida que levamos – e era em busca disso que eu estivera há tantos anos, encontrar um modelo que me ajudasse a compreender como eu havia arquitetado minha própria interpretação da realidade.

O que mais me surpreende nestas quatro versões convergentes do entendimento humano é que suas bases são muito simples: a convicção de que somos nós mesmos que criamos nossa realidade! Esse jargão parece fácil de repetir, porém entendê-lo profundamente e agir como se ele fosse uma verdade não é nada simples... Eu diria que é extremamente trabalhoso! Refiro-me aos trabalhos de persuasão, disputa cognitiva, autosugestão, argumentação e reformulação de convicções interiores muito arraigadas, necessários para lidar com alguns hábitos de pensamento muito antigos em nossa cultura e educação, tais como: “O que é bom, dura pouco!”, “A vida não é fácil”, “Ver para crer”, “Cada um colhe o que planta”, e tantos outros provérbios que expressam nossa compreensão sobre justiça, bom comportamento, reconhecimento, trabalho, família, etc. Em todas elas há um forte componente de julgamento e discriminação do que é bom ou ruim, do que é certo ou errado, do que é benção ou punição. Nós nos condicionamos a agir a partir de tais pressuposições e criamos incontáveis expectativas a respeito de como as coisas devem ser. Mas raramente elas são como fantasiávamos!

Essas quatro ‘ciências’ possuem ainda outros pontos de convergência, cujo principal penso ser revelar as limitações do mundo de fantasias que criamos para compreender a realidade. A Realidade é muito criativa, mutável demais, para ser capturada pela nossa compreensão ou pelos nossos modelos de explicação de como funciona. Todas essas explicações estão sempre defasadas da realidade, pois estão sempre no passado e nascem da interpretação dos fatos já ocorridos.

Curiosamente, isso está muito alinhado com minhas reflexões dos últimos anos. Tanto no meu trabalho de desenvolvimento pessoal, comigo mesmo, como no de atendimento em coaching ou terapia breve, ou mesmo nos treinamentos que oferecemos, parece ser uma constante o fato de encontrarmos problemas e sintomas criados e mantidos pelas pessoas. Pode parecer fácil acreditar nisso, mas como explicar isso para alguém que jura estar tentando se livrar de seus problemas? E mais, como ensinar tais pessoas a aprenderem com esses sinais da vida ou do organismo de modo que sejam capazes de aceitar, acolher e ainda crescer com essas experiências de vida?

Bem, nessa caminhada, hoje posso reconhecer que muitas das situações que vivi estão relacionadas com os caminhos que eu mesmo escolhi: como seria possível trabalhar com o que trabalho se eu não tivesse as experiências que tenho para poder compreender as necessidades das pessoas que me procuram? Digo isso porque reconheço que sou o tipo de pessoa que não aprende facilmente com a experiência alheia; se alguém me diz que colocar o dedo na tomada dá choque, isso não me satisfaz até eu ter recebido um choque elétrico para saber do que se trata. Muitos chamam pessoas assim de céticos ou talvez até mesmo de ‘burros’! Sim, eu sou um dos maiores, mas ainda assim eu ainda quero acreditar!

Esse conflito entre mente e coração, pensamento e sentimento, é brilhantemente explicado por Joseph Campbell de uma forma muito elegante, cujos fragmentos tentarei expor aqui. No processo evolutivo, a última camada cerebral, o neocórtex, área que sustenta o intelecto, é uma resposta adaptativa recente da evolução à necessidade biológica de solucionar problemas e planejar a sobrevivência de uma forma não apenas reativa. As leis sociais de comportamento em grupo vieram bem antes disso, bem como os vínculos sociais que permitiram aos seres humanos se transformarem numa espécie com o grau de consciência que conhecemos. O coração veio muito antes do intelecto, evolutivamente falando. De fato, a metáfora é que o Intelecto é o filho do Coração!

No entanto, o intelecto, quando se torna consciente de si mesmo, acaba supondo que ele mesmo é o senhor do mundo, pois não consegue a princípio, com os seus recursos e o seu nível habitual de excitação, acessar facilmente a sabedoria e a consciência do coração – ambos coexistem em diferentes estados de consciência [uma das evidências disso é a dificuldade que as pessoas normalmente têm de perceber o batimento cardíaco sem o toque das mãos quando o corpo está em repouso].

A Cardioenergética (área de pesquisa transdisciplinar que começou com o estudo das alterações da consciência em pessoas que receberam transplantes de órgãos) comprovou que o campo magnético gerado pelo coração é cinco mil vezes mais potente que o campo gerado pelo cérebro. Aqui parece ocorrer a ruptura, a fantasia do Intelecto de sua independência pode ser a causa de muitos absurdos que

vemos no presente. A manifestação de todas as sombras de uma mente sem coração: poder, controle, arrogância, violência e tantas outras expectativas cuja insatisfação provoca nossos sentimentos mais sombrios.

Essa jornada arquetípica da alma é explorada de forma muito excitante nos episódios da série “Guerra nas Estrelas” (Star Wars) de George Lucas, um discípulo fiel das idéias de Joseph Campbell.

Nessa caminhada evolutiva, parece que nosso alvo coletivo parece ser chegar à consciência de que o destino de tudo aquilo que construímos tem como única finalidade servir ao coração, aos sentimentos, ao Amor propriamente dito. Mas basta uma olhadela para a conjuntura do mundo atual para ficarmos chocados com a realidade nua e crua de que ainda estamos muito distantes dessa meta de consciência coletiva. E como amar isso? Alimentos sendo destruídos enquanto há seres humanos passando fome... Armas sendo construídas e comercializadas para servir interesses de pessoas que não teriam a coragem de entrar num campo de batalha... E tantas outras incoerências típicas de indivíduos que baseiam suas decisões apenas em seus intelectos, iludidos com a fantasia de controlarem a natureza humana.

Desejo acreditar que isso que chamamos de atrocidades sejam apenas estágios primitivos de desenvolvimento de nossa consciência que ainda engatinha em reconhecer o verdadeiro Amor. Numa perspectiva maior, quem sabe possamos amar tudo isso como um intrincado jogo de possibilidades na jornada da alma em busca de sua elevação – sinto que isso é mais fácil quando reconheço minha contribuição silenciosa para esse estado de coisas, pois de alguma forma elas parecem ser as projeções no mundo de meus próprios receios, angústias, culpas, tristezas e medos mais profundos.

Então, quando digo que desejo verdadeiramente crer que todas as pessoas com quem convivemos, boas ou ruins, ricas ou pobres, de quaisquer raças são apenas reflexos de nossas subidentidades, estou me referindo ao fato de que todos nós, no estágio atual de desenvolvimento da mente humana somos corresponsáveis por todo esse cenário sombrio que testemunhamos! Quer estejamos do lado do bem ou do mal, nós somos corresponsáveis por tudo isso. Eu assumo a minha cota, mas não fico nada confortável com isso. Sim, essas são algumas das implicações dramáticas dessas novas abordagens que andei estudando! Não conseguiremos fazer grandes mudanças no mundo antes de nos responsabilizarmos pelos eventos que testemunhamos – penso que o próprio Direito reconhece a responsabilidade das testemunhas, embora isso seja apenas mais uma fantasia no mundo social e as testemunhas continuem frequentemente tomando partidos e distorcendo intencionalmente os fatos.

Porém, imagino que quando chegarmos ao ponto de reconhecermos em nós mesmos todas essas sombras e limitações que tão frequentemente atribuímos aos outros, quero acreditar que teremos dado um grande passo. Posso ainda afirmar que esse exercício tem tomado muito do meu tempo enquanto trabalho para reconhecer algumas das consequências dessas convicções que desejo acolher em minha vida – e é principalmente aqui que encontro a maior dificuldade de amar. É aqui que me sinto mais fraco e mais limitado... É nesse ponto, diante dessa realidade sombria que encontro em minhas explorações do mundo interior, nas quais busco reconhecer a minha responsabilidade e a minha participação inconsciente nessa teia da realidade. Exatamente aqui reconheço não ter ainda aprendido essa lição. Amar aqueles que gostamos ou admiramos é fácil; amar aquilo que ainda não respeitamos nem reconhecemos como partes de nós mesmos, aí está o maior desafio, embora os fatos não desistam de nos mostrar isso de forma crua!

Se assim não fosse, eu provavelmente não seria sequer capaz de imaginar que existe realmente uma ordem por trás de tudo... Creio que é nesse ponto, quando o desespero e a desesperança batem à porta, trazidos por eventos duros e difíceis de serem acolhidos, como os dramas da vida, que mais desejo acreditar que é possível amar tanto o bom como o ruim, para que eu possa encontrar um sentido em tudo e pacificar minha ansiedade. Por não se ter a compreensão da razão da realidade ser tão diferente de nossas expectativas, realidade versus fantasias, é que frequentemente talvez as pessoas prefiram acreditar que o caos se instalou e não há ordem alguma subjacente. Mas não há nada como o tempo e o amadurecimento para nos revelar pelo menos parte da ordem oculta.

Então gradualmente, bem lentamente com o nosso amadurecimento, vamos consolidando uma certa confiança nesta Ordem que a tudo permeia... As expectativas vão se tornando menos fantasiosas enquanto vamos aprendendo a agir harmonicamente com as possibilidades do mundo e, gradativamente, vamos consolidando nossas crenças no fato de haver uma finalidade para estarmos juntos nessa caminhada com uma bússola confiável, embora difícil de encontrar por estar dentro de nós mesmos. Assim, conforme passamos a utilizar mais frequentemente os nossos sentimentos como bússolas, somos pressionados a refinar nossas percepções e ajustar nossos sentimentos com o plano do destino.

Seria isso no que busco acreditar, então, o despertar da consciência cujo nascimento comemoramos simbolicamente a cada novo Natal? Será que é essa compreensão da importância e do significado do amor que vem nascendo, ano a ano, já há mais de dois mil anos na humanidade?

E se for, em que ponto nos encontramos agora? Qual seria o próximo passo?

Como diria um de meus professores: “Não vim aqui para falar sobre otimismo ou felicidade...”. Desejo acreditar que mesmo essa reflexão possa trazer alguns momentos de interiorização e reflexão, de modo que possamos levar tudo isso em conta ao planejar e sonhar o próximo ciclo.

Desejo que a Providência possa proporcionar a você aquilo que você mais necessita para que um dia possamos chegar ao nosso destino, quem sabe, todos juntos, desejando comemorar uma verdadeira Nova Idade da Humanidade.