

Ricardo Baesso de Oliveira

***Evoluir
é como aprender
a andar de
bicicleta***

*Editar
Juiz de Fora/MG
2022*

Copyright by © Ricardo Baesso de Oliveira
2022

Capa

João Victor Xavier Oliveira

Revisão

Teresa Videira e André Gama

Colaboração

Anna Elizabeth Baesso de Oliveira, Arthur Bernardes de Oliveira e Karla Gabriel

Projeto gráfico, editoração e impressão

Editar Editora Associada

(32) 3241-2670

www.editar.com.br - Juiz de Fora – MG

Dados internacionais de catalogação na publicação

O51e Oliveira, Ricardo Baesso de

Evoluir é como aprender a andar de bicicleta/ Ricardo Baesso de
Oliveira, Juiz de Fora: Editar Editora Associada Ltda, 2022.

ISBN: 978-65-86345-46-9

232p

1. Título 2. Literatura, Brasil

CDD B869

CDU 869

Sumário

Esclarecimento.....	7
01 – Evoluir é como aprender a andar de bicicleta.....	9
02 – Nova chance, sempre!.....	11
03 – Se for obrigado a caminhar uma milha, caminhe duas.....	13
04 – O esforço é a lei da evolução.....	16
05 – Justo sim, bonzinho não.....	18
06 – O verdadeiro bem espalha bênçãos em nossos caminhos.....	20
07 – O filho do homem tem o poder de perdoar os pecados.....	22
08 – Estratégia para dissolução de desafetos.....	25
09 – Enquanto existe vida, há lições a serem aprendidas.....	27
10 – Cuida do seu próximo como da pupila dos seus olhos.....	29
11 – Não julgar pelas aparências, mas julgar com justiça.....	32
12 – A dor que nos alcança é nossa.....	35
13 – A dor tem a importância que nós damos a ela.....	37
14 – Quem vem a mim eu não o rejeitarei.....	40
15 – É indispensável criar esperanças novas.....	43
16 – Cura de verdade, só no final.....	45
17 – Felizes os que não viram e creram.....	47
18 – Não faça o que critica no outro.....	49
19 – Cupido existe.....	51
20 – Mudar o outro? Desista!.....	53
21 – O homem que ignora caminha às escuras.....	55
22 – Basta que você comece a sorrir.....	57
23 – A palavra convence, o exemplo arrasta.....	59
24 – Considerar as necessidades alheias.....	61
25 – Quando o passado não passou.....	63
26 – A evolução é solidária.....	65
27 – Companhia que aborrece.....	68
28 – Perdas que são ganhos.....	70
29 – Cura espiritual.....	72

Sumário

30 – Mais rico é quem tem menos necessidades.....	74
31 – Ser bom e esclarecido	77
32 – A calma é garantia do êxito	79
33 – Prece: poderoso mecanismo de defesa espiritual	81
34 – Vantagens de fazer o certo	83
35 – Mudar não é fácil, mas é possível.....	86
36 – Só é verdadeiramente livre quem aprende a obedecer.....	88
37 – Onde está o seu tesouro, aí estará o seu coração.	90
38 – Cuidado para com nós mesmos.....	93
39 – A transformação moral se dá no encontro com o outro.....	94
40 – Dois erros não fazem um acerto	96
41 – Pela paciência é que possuiremos nossas almas	98
42 – Trabalhem pelo alimento que permanece para a vida eterna	101
43 – Prazer não é felicidade	103
44 – Todo aquele que se humilhar será exaltado.....	105
45 – O contrário da inveja.....	107
46 – Somos livres para fazer o certo.....	109
47 – Ter razão ou sentir-se em paz?	111
48 – Mais vale pouca virtude com modéstia do que muita com orgulho.	113
49 – A boca fala do que está cheio o coração	115
50 – Culpar-se não. Responsabilizar-se sim.....	117
51 – Religião é coisa boa.....	119
52 – Respeitar é ver com outros olhos.....	121
53 – Vamos ver o que pode ser feito agora.....	123
54 – O que importa é não desperdiçar a vida	125
55 – Quando falha o exemplo.....	127
56 – A experiência da gratidão	129
57 – Bagagem para o além.....	131
58 – Não perdoar é tolice.....	133
59 – O limite do prazer é o bem-estar do nosso próximo.....	135
60 – Trabalhando nos pontos fracos	137
61 – Acreditar sim, mas com os pés no chão.....	140
62 – O dia que nunca chega	143
63 – Precisamos de ídolos?.....	145
64 – O limite do trabalho é o limite das forças.....	147
65 – Aprender com os próprios erros	149

66 – Podemos não ser tão ruins assim.....	151
67 – Afetividade que considera o outro.....	153
68 – Quem ama é o Espírito.....	155
69 – Evitando que as coisas piorem	158
70 – Toda antipatia é transitória.....	160
71 – Os bons sentimentos não povoam a alma de uma só vez.....	163
72 – Educar é viver com dignidade.....	165
73 – Bendito o que vem em nome do Senhor	167
74 – Estudar as próprias imperfeições.....	169
75 – Buscar primeiro o reino de Deus.....	171
76 – É necessário nascer de novo	173
77 – A cada dia basta o seu mal.....	176
78 – Certeza daquilo que esperamos	179
79 – Vida boa não leva a lugar algum.....	181
80 – Deveres humanos.....	184
81 – Contravenção da lei do amor	186
82 – O direito de não gostar de nós	188
83 – Fazer o bem nem sempre é ser caridoso	190
84 – Sobre Deus, o melhor é não perguntar	192
85 – Ajudo porque precisa e não porque merece.....	195
86 – Cada um vai para o seu lugar	197
87 – Sou orgulhoso?.....	199
88 – Repartir o mérito	201
89 – Será importante daqui a 20 anos?.....	203
90 – Tolerar é compreender	205
91 – Implicância: quando é e quando não é.....	207
92 – A nossa parte na obra da criação	210
93 – Quem comete o pecado é escravo do pecado	213
94 – Que tipo de pessoa eu quero ser	216
95 – Nosso corpo sabe o que é bom para nós.....	218
96 – Somos seguidos por nós mesmos	220
97 – Confiar e seguir as orientações	223
98 – Amor não aprisiona, liberta.....	225
99 – Cuidar das nascentes do coração	227
100 – Bicicleta sem rodinhas	229

Esclarecimento

Jesus ensinou, contando histórias: as parábolas.

Mais que as longas explicações, as histórias edificantes esclarecem, consolam e colaboram na construção de uma personalidade mais justa e compassiva.

Eu completo, no ano de 2023, quarenta anos de prática médica e trinta e cinco de atividades espíritas regulares. Durante esses anos, muitas histórias fui registrando em artigos, em narrações para alguns pacientes, em conversas informais com os amigos e citando-as em palestras nos centros espíritas.

Meu objetivo, com este texto, é compartilhar algumas dessas histórias, todas elas vividas por mim ou por pessoas relacionadas a mim.

Eu me vali de algumas citações, que até mesmo servem como títulos a certos capítulos. Não me ocupei com as referências. Optei por fazer assim para que a leitura se tornasse mais leve e agradável. Os que desejarem poderão, facilmente, encontrar as referências com o auxílio da Internet.

Os casos de Chico Xavier, relatados no texto, fazem parte da tradição oral espírita, e seria impossível indicar a fonte.

As citações evangélicas foram extraídas da *Bíblia Online – Nova tradução na linguagem de hoje*.

Espero que essa iniciativa promova reflexões. É o de que mais precisamos: refletir, um pouco mais, sobre nossa vida e nossas ações, sobre as pessoas com as quais nos relacionamos e sobre como nos relacionamos com elas.

Confio que, ao final do livro, fiquem duas mensagens.

Primeiro: nossa vida será o que fizermos dela (excetuando o que não depende de nós).

Segundo: tornar-se uma pessoa boa deve ser um projeto de vida.

Juiz de Fora, primavera de 2022.

Ricardo Baesso de Oliveira
ricardobaessoliveira@yahoo.com

01 – Evoluir é como aprender a andar de bicicleta

Evoluir é, mais ou menos, como aprender a andar de bicicleta.

Se alguém deseja aprender a andar de bicicleta, o que deve fazer? Inscrever-se em um curso online: “aprenda a andar de bicicleta em cinco lições”? Negativo. Comprar um manual que fale sobre os tipos de freio e como funciona o guidom? Também não! Sentar-se no banco da praça e ficar observando as pessoas andarem? Também não é assim!

Só existe um jeito: subir na bicicleta e sair andando. É claro que vai cair, vai se levantar, cair novamente, até que o cérebro automatize o processo, e aí não vai cair mais.

Para evoluir, precisamos viver experiências diferentes. Só assim se aprende. Por isso, a necessidade da reencarnação. Como viveríamos tantas experiências diferentes em uma vida só? Impossível!

Em cada encarnação, vivemos experiências próprias, trabalhamos em áreas distintas, convivemos com pessoas com características particulares, enfrentamos desafios específicos.

Ninguém aprende com a experiência do outro.

Vejamos um exemplo: queremos fazer um bolo de chocolate tal como ensinado em determinado programa de TV. Quais os passos a seguir? Sentamo-nos diante da TV com um bloco de anotações. Registramos, cautelosamente, todos os passos, observando atentamente como foi feito. Memorizamos a receita.

Somos capazes de reproduzi-la para qualquer pessoa. Pois bem, podemos afirmar que sabemos fazer o bolo? Obviamente, não! Para aprendermos a fazer esse bolo, precisamos “colocar a mão na massa”, ou seja, precisamos colocar em prática tudo aquilo que aprendemos na teoria. Na primeira tentativa, talvez, o bolo fique sovado, na segunda, fofo demais, na terceira, grudará na forma. Possivelmente, depois de várias tentativas, o bolo fique bom.

Aí sim, podemos afirmar: aprendemos como se faz um bolo de chocolate!

Allan Kardec escreveu que, se não existissem montanhas, o homem não saberia que se pode subir e descer. Se não houvesse rochas, o homem não compreenderia que há corpos duros. O Espírito necessita viver experiências; conhecer o bem e o mal. É por isso que ele se une à matéria através das reencarnações.

Sobre essa questão, eu me recordo de um caso engraçado. Estávamos no projeto social *Ser feliz*, em um domingo pela manhã, discutindo este assunto: a necessidade das reencarnações para evoluirmos. As companheiras do projeto começaram a participar. Uma delas disse que, na próxima encarnação, gostaria de ser jogador de futebol, a outra, que gostaria de viajar bastante etc.

Até que uma delas, muito expansiva, disse assim:

- Na próxima encarnação, eu quero nascer homem ou mulher.

Como ninguém estava entendendo nada, eu perguntei:

- Como é mesmo isto: homem ou mulher?

E ela:

- Sim, porque, nesta encarnação, Deus me mandou as duas coisas: eu trabalho fora, sustento e cuido da casa, vou à escola das crianças! Na próxima, que Deus tenha piedade de mim; uma coisa ou outra!

02 – Nova chance, sempre!

Eu me encontrava vinculado ao departamento de Farmacologia da Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF) e trabalhava com uma turma de cerca de 25 alunos do curso de Medicina. Todos muito aplicados e talentosos, exceto um deles, que raramente comparecia às aulas e obtivera uma nota sofrível na primeira prova.

Aproximava-se a conclusão do semestre, quando eu disse a um amigo do referido aluno que, por gentileza, comunicasse a ele que estava reprovado na disciplina por infrequência.

Na semana seguinte, como era de se esperar, ele apareceu com um caminhão de justificativas e, ao final, exclamou:

- Ricardo, me dê uma nova chance!

Sua solicitação me pegou de surpresa: o curso estava concluído e faltava apenas a segunda prova! Como dar-lhe uma nova chance, se tudo estava findo? Mas, por outro lado, como negar a um filho de Deus uma nova chance, quando Deus nos dá sempre novas chances! Não é a reencarnação uma nova chance? Quantas vezes retornamos à dimensão espiritual atormentados por malfeitos, e a bondade divina nos diz: esqueça o que passou, reinicie nova jornada, volte ao cenário da Terra e faça melhores escolhas.

Não se pode negar uma nova chance! Mesmo porque a solicitação de uma nova chance é o reconhecimento público de que erramos, e a súplica para que tenhamos a oportunidade de mostrar que não somos tão ruins assim.

Chico Xavier, durante muitos anos, conviveu com um confrade do movimento espírita que não era uma pessoa má, mas

excessivamente rude, e que, por sua impulsividade, acabava ofendendo as pessoas. Mas, logo, se arrependia e pedia desculpas:

- Me desculpa, Chico.

E o médium, paciente:

- Está desculpado, fulano.

Ele melhorava por um tempo, mas, logo depois, voltava a repetir a mesma atitude truculenta, e o mesmo pedido de desculpas.

Certa feita, Chico Xavier, conhecendo a natureza daquela personalidade, voltou-se e disse:

- Vamos combinar uma coisa: você não precisa mais pedir desculpas... está desculpado de suas faltas passadas, presentes e futuras!

Assim, desculpar e dar nova chance, sempre!

Voltei-me, então, para o estudante suplicante e disse:

- Tudo bem, você terá sua nova chance. Faremos a segunda e última prova do curso na próxima semana. Se você acertar todas as questões, está aprovado.

Em verdade, a nova chance deve ser dada sempre, mas é prerrogativa de quem dá a nova chance definir como ela será. Deus faz assim com a gente: Ele nos dá uma nova reencarnação, mas junto com ela vem um pacote de “malvadezas” (filhos difíceis, falta de dinheiro, enfermidades e muito mais).

Ele aceitou, porque não tinha nada diferente que pudesse propor, e fomos para a segunda prova. Eu fiquei do lado dele, o tempo todo, pois ele não poderia “colar”.

Finda a prova, fui corrigi-la, e qual não foi a minha surpresa ao verificar que ele havia acertado todas as questões.

03 – Se for obrigado a caminhar uma milha, caminhe duas

Disse Jesus, segundo o Evangelho de Mateus: *Se alguém o forçar a caminhar com ele uma milha, vá com ele duas.*

Possivelmente, Jesus procurava esclarecer que, ao conhecer mais longamente uma pessoa, menor risco corremos de nos enganar com relação a ela. Julgar precipitadamente um indivíduo ou uma atitude é grave equívoco, cujas consequências podem ser muito infelizes.

Essa lição me leva a refletir sobre minha tia-avó Elza Baesso, talvez a personalidade mais extraordinária que conheci.

O espírito de gratuidade se identificava com seu jeito de ser. Sua casa, sempre com a porta aberta, era de todo o mundo, onde um café fresco era servido a qualquer hora e uma “janta” prontamente arrumada para alguém que chegava de longe.

Um alto-falante estrategicamente colocado no alto do morro alcançava grande parte da cidade, e Tia Elza, em minúsculo cômodo da loja, dava avisos e convites fúnebres, gratuitamente.

José Maria Rodrigues, então um jovem idealista, coloca uma linha de ônibus ligando Astolfo Dutra (sua cidade natal) a Juiz de Fora. Tia Elza, prontamente, o procura e pede também uma linha ligando Guarani a Juiz de Fora. Ante as alegações do amigo quanto aos custos de tal iniciativa, ela argumenta que venderia as passagens e despacharia seus ônibus sem nada lhe cobrar. Ele aceitou e, durante mais de vinte anos, a casa de Tia Elza e de meu avô Ítalo se tornou a rodoviária de Guarani. Nunca se beneficiaram com isso.

No centro espírita da cidade, Tia Elza era de um tudo. Presidente a vida toda. Não porque fosse seu desejo, mas porque ninguém se aventurava. Dirigia a reunião de estudos e a reunião mediúnica, e quando desencarna a responsável pelo ensino do Espiritismo às crianças, Tia Elza, diante da impossibilidade de outros assumirem o encargo, assume a tarefa. Todos os domingos, pela manhã, carregando balas e biscoitos, ela se dirigia até o centro espírita João de Freitas, seguida de perto pelos sobrinhos e seus coleguinhas.

Mas essa alma notável tinha um peculiar traço de caráter: um comportamento explosivo, com crises de cólera, em situações de grande contrariedade. Com um detalhe importante: nunca agrediu ninguém.

Com frequência, durante essas crises, ela ia para o tanque de alvenaria anexo à cozinha da casa e punha-se a quebrar pratos, um depois do outro, até que a ira passasse. Depois recolhia os cacos, jogava-os no lixo e retornava para sua loja.

Certa feita, nosso primo Márcio Baesso, bem pequeno, diante de uma dessas crises, indaga curioso:

- Tia Elza, por que a senhora quebra esses pratos?

Sua resposta pronta:

- Para não fazer coisa pior, meu filho.

Outro episódio. Tinha por volta de 12 anos e passava as férias escolares em Guarani, às voltas com um grupo de teatro amador, ao lado de um amigo, César Ornellas. Estávamos na sala de jantar com vários cartazes que seriam colocados em pontos estratégicos da cidade, anunciando nossa próxima peça. Cartazes feitos com muito esmero pelas mãos talentosas do César.

Repentinamente, entram na sala, vindos da loja, Tia Elza e meu avô Ítalo em uma de suas ferrenhas discussões. Tia Elza, extremamente exaltada, toma de nossos cartazes, volta-se para meu avô e diz:

- Ítalo, eu vou rasgar esses cartazes!!!

César e eu nos entreolhamos perplexos como se disséssemos um ao outro: mas que culpa temos nós? E que culpa têm os cartazes!?

Mas, para nosso alívio, ela se acalmou, deixou os cartazes sobre a mesa e foi quebrar seus pratos.

Fico hoje pensando sobre alguém que, não conhecendo, de verdade, tia Elza, diante desses dois episódios, não seria levado a dizer:

- Que mulher perturbada: maluca ou obsediada!?

Tia Elza: figura única, extraordinária, exemplo para várias gerações. Para mim, em particular, a lição de que sou muito maior que minhas imperfeições, e que o fato de errar algumas vezes não faz de mim um erro como pessoa.

04 – O esforço é a lei da evolução

Eu descia as escadas da Casa Espírita, tradicional centro espírita de Juiz de Fora, na rua Sampaio, após ter explanado sobre o tema *Causas das aflições humanas*, quando uma antiga conhecida me aborda. Havia chegado bem atrasada para a palestra (na verdade, fora apenas para tomar o passe), quando viu, no quadro de avisos, o tema que eu havia abordado. Interpelou-me:

- Que pena, Ricardo, ter perdido sua palestra; precisava tanto ouvir esse tema. Você sabe como é, minha vida é um sofrimento só. Mas, diga-me, você não vai repetir essa palestra em outro centro?

Eu respondi prontamente:

- Sim, na próxima semana, no centro espírita Maria de Nazaré, no bairro Benfica.

E ela, pesarosa:

- Puxa! Que pena! Benfica é tão longe!

Quase na mesma época, minha mãe foi procurada no centro por uma senhora, demonstrando tremenda aflição:

- Dona Beth, preciso tanto conversar com a senhora! Vivo uma situação muito difícil, e só a senhora pode me ajudar.

Minha mãe:

- Claro, Dona Fulana, vamos conversar sim. Pode ser agora?

- Agora, não – retrucou ela – preciso ir ao banco, que já está quase fechando.

- Então, amanhã, aqui, neste mesmo horário – insistiu minha mãe.

- Também não posso, já tenho compromisso – prosseguiu ela.

Minha mãe, ainda uma vez:

- Quem sabe depois de amanhã?

E ela, mais uma vez:

- Vou viajar.

E minha mãe encerrando, amorosamente, a conversa.

- Faça o seguinte, Dona Fulana, quando a senhora puder me procure.

Existem duas dimensões do *querer*. Os que querem de verdade, e os que julgam querer, mas, no fundo, não querem nada. Os que querem de verdade fazem acontecer, os outros lamentam, reclamam, justificam-se, postergam e nunca saem do lugar.

Aí reside a diferença entre *desejo* e *vontade*. *Desejo* é um querer adiado, postergado, que existe apenas no campo mental. Está presente no fumante que *deseja* abandonar o vício, mas não o faz. É apenas *desejo*.

E a *vontade*, que é um querer realizado, que se fez, que aconteceu. Exemplo: o gordinho que, fazendo uso da *vontade*, perdeu dez quilos. Aqui é *vontade*, porque aconteceu.

O desafio que se apresenta a cada um de nós: deixarmos a dimensão do *desejo* e mergulharmos na dimensão da *vontade*.

Só existe uma ferramenta capaz de nos fazer transpor a muralha que separa o *desejo* da *vontade*: o esforço pessoal. A educação é obra do sacrifício. Nada de bom, de belo, de grande, de verdadeiro e nobre foi conseguido sem esforço, sem luta íntima e sem sacrifício. O esforço é a lei da evolução.

05 – Justo sim, bonzinho não

Atribui-se a Chico Xavier este pensamento: *Ser bonzinho é muito fácil, o difícil é ser justo.*

Isso me faz recordar de um de meus preceptores na residência de Reumatologia no Rio de Janeiro, o médico Roque Ricarti.

Personalidade extraordinária: competente, estudioso, amoroso. Mas possuía uma dificuldade: não sabia dizer não. E, com isso, com a pecha de bonzinho, era explorado de todas as maneiras.

Os colegas médicos levavam suas funcionárias para se consultarem com ele no ambulatório do Hospital da Lagoa, sem agenda prévia, o que lhe causava uma sobrecarga de serviço. Atender os agendados e os extras. Roque não sabia dizer não.

Os pacientes do hospital ligavam para sua casa a qualquer hora, solicitando receita para um parente, atendimento extra, ou a interpretação do resultado de um exame. Roque não sabia dizer não.

Os parentes de sua esposa lhe incomodavam com as rogativas mais absurdas. Roque não sabia dizer não.

Roque irritava-se profundamente com essa situação, mas não sabia dizer não. Tornou-se hipertenso, diabético, ansioso, necessitando de medicamentos até mesmo para dormir, mas, para todos, Roque era um santo, bonzinho como ele só.

Eu via aquilo e pensava: eu não quero ser um médico bonzinho. Quero ser atencioso, acolhedor, justo, mas bonzinho, não.

Saber ponderar e decidir de forma consciente entre o sim e o não denota sabedoria. Dizer sim sempre que possível, mas dizer não quando necessário.

Foi por dizer não em um momento decisivo de sua vida que uma das minhas pacientes mais antigas conseguiu dar rumo ao seu casamento e a sua vida. Casada há mais de trinta anos, vive muito bem com o marido, ambos espíritas.

Há cerca de 10 anos, ele havia perdido o emprego, e acomodou-se à situação de coitadinho. Velho demais para conseguir emprego, lamuriava-se de sua falta de sorte e quase nada fazia para superar o desafio de um trabalho novo.

Foi quando ela, cansada daquela situação toda, voltou-se para ele e disse:

- Não dá mais. Não quero mais viver com você. Vamos nos separar.

Apesar das reiteradas argumentações e das promessas de mudança do esposo, ela manteve-se inflexível, e ele foi obrigado a deixar o lar, retornando para a casa da mãe.

Ficaram sem se ver por um bom tempo, quando, certa feita, recebeu uma cartinha dele, informando-lhe que, depois de vários meses de estudo, fora aprovado no concurso do Banco do Brasil. Gostaria de voltar a vê-la para conversarem. O reencontro se deu, e o casamento foi reconstruído em bases mais sólidas. Aquele *não*, no momento certo, rendeu-lhes belíssimos dividendos.

06 – O verdadeiro bem espalha bênçãos em nossos caminhos

Minha mãe disse-me certa feita:

- Está acontecendo comigo uma coisa muito estranha.

- O que é? – indaguei curioso.

E ela:

- Eu estou cada vez melhor!

Causa-nos surpresa esse pensamento vindo de uma senhora de 84 anos: *Eu estou cada vez melhor!* Particularmente para mim, que sou reumatologista e lido com idosos com dor. O que ouço é, via de regra, o contrário: - *Doutor, estou cada vez pior!*

Como entendermos isso? Através de um princípio, hoje, bem estabelecido pela psicologia: O bem faz muito bem àquele que o faz.

Minha mãe iniciou-se no movimento espírita aos 13 anos de idade, fazendo *Campanha do Quilo* na cidade mineira de Guarani. Durante mais de setenta anos, esteve vinculada a atividades espíritas, nos mais diferentes setores: social, doutrinário, mediúnico.

Era bem pequeno e me recordo de minha mãe, até altas horas da noite, cozendo roupinhas para as crianças pobres e enxoval para gestantes. Uma existência quase inteira voltada, em grande parte, para o exercício da solidariedade humana. Promovendo a alegria dos outros, ela construía um estado de espírito em que o bem-estar e a noção do dever cumprido cresciam juntos.

As pesquisas da Psicologia têm mostrado que as pessoas que procuram cultivar as qualidades boas são mais felizes, mais saudáveis emocional e fisicamente, desfrutam de uma convivência mais gratificante com a família e são melhores amigos.

Muitos estudos têm relacionado o trabalho voluntário e a participação em comunidades que lutam para o melhoramento coletivo com um maior bem-estar pessoal. Ajudar os outros faz com que as pessoas se sintam muito bem consigo mesmas.

Sabe-se, também, que, ao vivenciar emoções positivas (alegria, bom humor, gratidão), temos mais probabilidades de ajudar outras pessoas, raciocinarmos de uma forma melhor e produzir soluções para os nossos problemas.

Em um estudo sobre isso, os pesquisadores verificaram que médicos que recebiam dos pacientes, antes da consulta, um presentinho, como balas ou doces, apresentaram um raciocínio clínico e tomada de decisões superiores em relação aos que não receberam. Tem sido observado também que pessoas ativamente religiosas são mais felizes e enfrentam melhor as crises.

Conta-se que um senhor, de muitos recursos materiais, procurou Chico Xavier, e ele disse:

- Eu não sei o que se passa comigo. Tenho excelente situação econômica e invejável saúde. Meus filhos e minha esposa passam bem, aposentei-me e não tenho maiores preocupações, no entanto, me sinto muito infeliz. O que me falta, Chico?

E o médium, prontamente, respondeu:

- O que lhe falta é a alegria dos outros.

É por essa e por outras que a experiência humana, em hipótese alguma, pode ser levada à conta de brincadeira. O verdadeiro bem sempre espalha bênçãos em nossos caminhos.

07 – O filho do homem tem o poder de perdoar os pecados

Segundo o *Evangelho de Marcos*, Jesus, após curar um paraplégico, disse: *O filho do homem tem o poder de perdoar os pecados.*

Filho do homem é uma expressão que Jesus aplicava a si mesmo. Na época de Jesus, acreditava-se que as enfermidades seriam resultado de atitudes pecaminosas. Assim, ao curar o paraplégico, ele estava, indiretamente, perdoadando os seus pecados.

Em verdade, isso não é possível: não existe um perdão que vem de fora. Ninguém nos julga, nem nos premia, nem nos pune ou nos perdoa. Tudo isso acontece na nossa consciência, onde estão escritas as leis de Deus.

O que Jesus queria dizer então? Que a lei de Deus autoriza que ele e os Espíritos bons vinculados a ele possam intervir em nosso benefício, curando ou aliviando nossas enfermidades. É claro que, para que isso aconteça, nós precisamos criar condições favoráveis, por uma atitude mental saudável, ou por uma existência rica em experiências solidárias.

A esse respeito, reproduzo o seguinte fato:

Marília de Dirceu Oliveira Faria, ou Tia Lila, era a irmã mais velha de meu pai e residia em Brasília onde desenvolvia intensas atividades no movimento espírita local. Além de atuar como dirigente de reunião de estudos e trabalhos mediúnicos, na *Comunhão espírita cristã de Brasília*, Lila organizava chás e jantares beneficentes, e revertia os lucros para a localidade de Astolfo Dutra, na Zona da mata mineira, onde a família de seu pai, meu avô

paterno, mantinha uma casa de apoio a meninas em condição de orfandade. Durante mais de 40 anos, as atividades filantrópicas organizadas por ela foram o esteio financeiro dessa casa, a *Fundação Espírita Abel Gomes*.

Certa feita, Tia Lila vai submeter-se a uma cirurgia de catarata, e grave infecção surge como complicação do procedimento cirúrgico. Apesar de toda a terapêutica aplicada, o caso se agrava de tal forma que ela se vê acometida de cegueira parcial. No entanto, para preocupação geral, o olho sadio manifesta também um quadro infeccioso igualmente grave. Novos médicos são acionados, antibióticos ultramodernos, mas os resultados não se mostravam satisfatórios.

A terapia espírita através da magnetização estava sendo aplicada quando, certa feita, um de seus filhos, Sérgio Oliveira Faria, portador de segura mediunidade, ao aplicar-lhe o passe magnético, identifica uma entidade desencarnada de nome João Tomé. O Espírito era conhecido da família, de longa data; militara também no movimento espírita de Brasília, e era cego desde o nascimento. Ligando-se a Sérgio, pelos canais da mediunidade, a entidade, dirigindo-se a todos os presentes, disse:

- Nossa irmã Lila vai se recuperar do segundo olho, não se preocupem. Foi-lhe autorizada uma intervenção socorrista. Tudo vai evoluir bem.

E, ante o alívio geral, o Espírito prosseguiu:

- Lila, então vivendo uma experiência no corpo masculino, e eu estivemos juntos em uma encarnação na idade média. Desenvolvíamos atividades no sacerdócio católico, mais intimamente vinculados ao movimento inquisitorial. Nessa infeliz encarnação, cometemos barbaridades que ficaram marcadas em nossa mente. Deveríamos prosseguir a reparação nesta existência. Eu nasceria cego, como nasci. Lila, que tinha culpabilidade menor que a minha, seria acometida da cegueira por volta dos 60 anos.

Explica-se aí a complicação infecciosa da cirurgia. Todavia, pelos grandes méritos conquistados por ela, na tarefa assistencial espírita, foi autorizada uma amortização do débito, e, em lugar da cegueira completa, restou-lhe a cegueira de apenas um dos olhos.

A previsão da entidade se verificou: a infecção passou a responder aos antibióticos, e o olho teve sua função totalmente restaurada.

08 – Estratégia para dissolução de desafetos

Encontrava-me no meu terceiro ano no Rio de Janeiro. Após dois anos de Clínica médica, estaria me iniciando na residência de Reumatologia. Em todas as tardes, deveríamos atender, juntamente com os preceptores, no ambulatório do Hospital da Lagoa.

O primeiro dia reservou-me uma surpresa desagradável: a técnica de enfermagem, de nome Sandra, responsável pela parte administrativa do ambulatório, “não foi com a minha cara”. E eu acho que também “não fui com a cara dela”. Essas coisas tendem a ser recíprocas.

Sua má vontade para comigo era evidente: sequer me cumprimentava, minha sala ficava sem cadeiras, não localizava os prontuários nas gavetas, sempre faltavam os formulários de consulta.

Como seriam dois anos de convivência, todas as tardes, decidi comunicar ao chefe da residência. Conteí-lhe, com detalhes, o que estava ocorrendo, e, no final, disse:

- O senhor poderia tomar uma providência.

Ele voltou-se, após um sorriso algo irônico, e disse:

- A solução é muito simples: você pede demissão da residência e volta para sua cidade.

Assombrado com a resposta, voltei-me:

- Não precisa ser assim tão dramático, doutor, talvez o melhor fosse trocá-la de setor (via de regra, agimos assim, queremos que as mudanças ocorram fora de nós, nos outros, para continuarmos do mesmo jeito).

Ele, então, muito sábio, colocando uma das mãos em um dos meus ombros, disse:

- Meu filho, Sandra está conosco há 15 anos, e ficará mais 15. Você, em dois anos, volta para sua terra. Vou lhe dar um conselho: tente mudar; quem sabe dá certo.

Eu fiquei então diante de três opções: voltar para casa, suportar aquele ambiente desfavorável, ou tentar a mudança pessoal.

Lembrei-me, então, de Jesus e de sua estratégia para dissolução de desafetos:

Amem os seus inimigos e orem pelos que perseguem vocês, para que vocês se tornem filhos do Pai de vocês, que está no céu. Porque ele faz com que o sol brilhe sobre os bons e sobre os maus e dá chuvas tanto para os que fazem o bem como para os que fazem o mal.

Se vocês amam somente aqueles que os amam, por que esperam que Deus lhes dê alguma recompensa? Até os cobradores de impostos amam as pessoas que os amam!

Se vocês falam somente com os seus amigos, o que é que estão fazendo demais? Até os pagãos fazem isso!

Portanto, sejam perfeitos em amor, assim como é perfeito o Pai de vocês, que está no céu.

Comecei com elogios: os cabelos, a perda de peso etc. As coisas melhoraram um pouco. A seguir, evolui com os presentinhos para o filho de 6 anos. Tudo o que ganhava dos representantes de laboratório (canetas, bloquinhos, balas) dava para ela levar para o filho.

Gradualmente, as coisas foram melhorando: ela me recebia com um sorriso, cadeiras na sala, prontosuários sobre a mesa, formulários nas gavetas.

Ela estava gostando de mim ... e o mais importante: eu também estava gostando dela.

Sandra foi uma das amizades mais sinceras que deixei no Rio de Janeiro.

09 – Enquanto existe vida, há lições a serem aprendidas

Quando meu pai completou 80 anos, foi-lhe comunicada a falência completa de seus rins e indicada a hemodiálise. Era a consequência de uma hipertensão arterial gravíssima que o acompanhara por quase toda a vida. Herança materna: dona Anita Borela de Oliveira, sua mãezinha, desencarnara aos 41 anos, depois de uma série de acidentes vasculares cerebrais decorrentes da hipertensão.

Meu pai estaria irremediavelmente ligado a uma máquina, três vezes por semana, com duração de quatro horas cada sessão. Para agravar: residia na localidade de Guarani, distante 70km de Juiz de Fora, onde fazia as sessões.

Meu pai ficou muito triste, e com razão. Além das limitações decorrentes da idade avançada e de uma série de outras doenças, haveria o cansaço natural decorrente dos deslocamentos rodoviários.

A tristeza decorria também do fato de que os incômodos decorrentes da hemodiálise iriam reduzir sua intensa atividade no movimento espírita, não só de Guarani, como também de outras cidades, para onde eventualmente se deslocava.

Em conversa fraterna, ele me disse:

- Eu não entendo a razão dessa enfermidade no atual momento da minha vida! Afinal, em nada vai contribuir em prol das tarefas que realizo. Vai, sim, criar-me embaraços e obrigar-me a reduzir o ritmo das tarefas!

Atento aos seus comentários, coloquei:

- Eu não acredito que essa enfermidade tenha a ver com sua relação com os outros, e sim com sua relação com você mesmo.

E contei-lhe um fato relatado pela psiquiatra Elizabeth Klüber-Ross, quando sua mãezinha ficou enferma.

Elizabeth encontrava-se na América do Norte, vinculada ao Hospital da Universidade da Califórnia, quando é informada de que sua mãe, residente em Zurique, fora acometida de severo acidente vascular encefálico. Dirige-se para a Suíça e encontra-se com a mãe, com 77 anos, internada em uma casa de repouso. A patologia vascular comprometera áreas do movimento e da consciência, e ela não voltaria a andar, a falar ou a compreender qualquer coisa. Durante muitos dias, Elizabeth ficou junto dela (o quadro duraria quatro anos, até a desencarnação), dando-lhe toda a atenção e o afeto filiais.

Mas, certo dia, Elizabeth passou a cultivar alguns pensamentos negativos e desabou em uma reação de revolta:

- Não é justo! Isso não é justo! Uma mulher como ela, esposa dedicadíssima, mãe amorosa, cidadã do bem, que nunca disse não a quem lhe pedisse qualquer coisa, terminar seus dias dessa forma. Isso não é justo!

Estava, então, cultivando esses pensamentos, quando percebeu a aproximação de um Espírito amigo. A entidade chega amorosamente junto dela, e, pelos canais da inspiração, diz:

- Elizabeth, sua mãezinha, durante toda a vida teve excelentes oportunidades de vivenciar o bem, e o fez, com grande louvor! Jesus deve ter ficado muito feliz com ela. Mas, agora, a vida lhe convida a desenvolver outras disciplinas. Não mais a disciplina da bondade, que ela venceu de forma exemplar, mas as disciplinas da paciência, da humildade, da resignação. Porque enquanto existe vida, há lições a serem aprendidas.

10 – Cuida do seu próximo como da pupila dos seus olhos

Vale a pena recordarmos um diálogo de Allan Kardec com seu principal guia espiritual - o Espírito da Verdade. Isso se deu bem no início da codificação espírita.

Kardec perguntou-lhe:

– Você me disse que será para mim um guia, que me ajudará e protegerá. Compreendo essa proteção e o seu objetivo, no que se refere à organização do Espiritismo, mas poderia dizer-me se essa proteção também alcança as coisas materiais da vida?

O Espírito respondeu:

– Nesse mundo, a vida material é muito importante; não o ajudar a viver seria não o amar.

Comentando a resposta da entidade, Kardec escreveu:

– A proteção desse Espírito, cuja superioridade eu então estava longe de imaginar, jamais, de fato, me faltou. A sua atenção e a dos bons Espíritos que agiam sob suas ordens se manifestaram em todas as circunstâncias da minha vida, quer a remover dificuldades materiais, quer a facilitar a execução dos meus trabalhos, quer, enfim, a me preservar dos efeitos da maldade dos meus antagonistas. Se as tribulações inerentes à missão que me cumpria desempenhar não me puderam ser evitadas, foram sempre suavizadas e largamente compensadas por muitas satisfações morais gratíssimas.

É muito consolador sabermos que existem Espíritos bons que se preocupam conosco, que cuidam de nós e que tudo fazem para nos auxiliar nas experiências da vida.

O fato narrado a seguir ilustra esse pensamento.

Maria Carmem (tia Carminha), irmã mais nova de minha mãe, sonhava por assistir às nossas reuniões na Casa Espírita João de Freitas, de Guarani. Católica, educada em colégio de freiras, de repente, começou a ter sua atenção voltada para a Doutrina Espírita, religião de pessoas que ela estimava muito.

Costumava dizer para o marido:

– Espiritismo deve ser uma coisa muito séria! Minha irmã, minha tia, pessoas tão esclarecidas e tão inteligentes, não iriam se envolver com uma coisa que não fosse muito séria, muito verdadeira!

Queria ir, mas não queria ir de graça, de oferecida. Esperava um convite da irmã. Conversa vai, conversa vem, lá um belo dia surge o convite! Lágrimas molharam-lhe o rosto, na emoção do momento! Coração batendo apertado, e a alegria explodindo no peito!

Nossa sessão era um encontro em que misturávamos estudo, desenvolvimento mediúnico, desobsessão e vibrações para tratamento à distância. Nós aproveitávamos para fazer tudo de uma vez, porque só dispúnhamos de um dia na semana. Era uma festa! Noites memoráveis vivemos naquela Casa!

Maria Carmem sentou-se na primeira fila de cadeiras. Eu, do seu lado. Meu pai permitia que as pessoas que se preparavam para o desenvolvimento mediúnico assistissem às reuniões. Não tomavam assento à mesa. Ficavam no salão, mas fora da mesa.

Reunião começada, notou-se inusitada movimentação no plano espiritual. Médicos, enfermeiras, auxiliares diversos iam e vinham tomando providências. Interessantes instrumentos eram trazidos ao salão.

De repente, junto de nós, instalara-se moderníssimo centro cirúrgico!

– Alguém vai ser operado aqui, hoje – disse uma das médiuns videntes presentes ao trabalho.

– Sou eu! – disse imediatamente Tia Carminha. – Sou eu; estão me dizendo aqui; vão me operar; vão me operar!

Levada a uma sala ao lado, sala de atendimento especial, em companhia de duas médiuns, Floripes e Elizabeth, acompanhando tudo o que a equipe de médicos desencarnados ia fazendo, foi operada da vesícula.

Mas isso não é tudo. Melhor é o que viria a seguir. Maria Carmem, professora, desenvolvera tal quantidade de varizes nas pernas que já não podia usar nem saias, nem vestidos, só calças compridas. Eram um horror suas pernas! E ela era nova: trinta e poucos anos! Pois bem: os Espíritos disseram que iriam operar suas varizes na semana seguinte! Surpresa enorme! Ninguém havia pensado em pedir uma coisa dessas! Quem é que vai pedir intervenção espiritual para curar varizes? Foi um gesto espontâneo deles. Eles é que se ofereceram para isso!

Ela morava muito longe de Guarani. Seria muito sacrifício para ela e seus familiares retornarem a Guarani sete dias depois. Mas, em face da oferta, ela se dispôs, é claro, a voltar. Foi quando os Espíritos disseram que a operariam em sua própria casa. Ela não precisaria fazer a tão longa viagem!

E, na semana seguinte, às oito horas e dez minutos da noite, em sua própria casa, em Resplendor, Minas Gerais, recebeu a visita da equipe médica espiritual que eliminou, como num passe de mágica, todas as suas varizes.

Maria Carmem, aposentada, pernas renovadas, pôde desenvolver, enquanto aqui esteve encarnada, importante trabalho na seara espírita, na bela cidade de Guarani.

O Espírito Joanna de Ângelis esclarece, no livro *Vida feliz*:

Quando pensares que o socorro não te chegará em tempo, se continuares esperando, descobrirás, alegre, que ele te alcançou minutos antes do desastre. Quem se desespera já perdeu parte da luta que irá travar, avançando prejudicado.

11 – Não julgar pelas aparências, mas julgar com justiça

Uma experiência, ocorrida no início da minha vida profissional, marcou-me de forma significativa. Aprendi, bem cedo, que todas as pessoas têm um valor que lhes é próprio, e que, muitas vezes, esse valor nunca vai ser identificado, ou só será identificado em situações muito particulares.

Eu me encontrava no primeiro ano de residência em Clínica Médica, no Hospital da Lagoa. Esse hospital era a menina dos olhos dos hospitais do antigo INAMPS, no Rio de Janeiro. Arquitetura de Niemeyer e jardins de Burle Marx; em frente à Lagoa Rodrigo de Freitas, muito próximo do Jardim Botânico. Um corpo clínico de excelente qualidade; muitos médicos haviam feito sua especialização no exterior, outros eram professores universitários.

Mas um dos médicos do corpo clínico destacava-se de forma negativa: Dr. Mozart. Muito simplório, quase não falava nada, sempre quietinho no seu canto. Nas sessões da Clínica Médica ou nas visitas às enfermarias, nossos preceptores davam provas de grande erudição, com fala fácil e reflexões muito profundas sobre os pacientes e as doenças. Dr. Mozart apenas ouvia, muito atento.

Nós ficávamos indagando como o Dr. Mozart, com todas as suas limitações, conseguira pertencer a tão seletivo grupo de médicos.

Quando saíamos para tomar um chopp nos barzinhos da Lagoa, Dr. Mozart era sempre motivo de chacota e ironia.

Certo domingo, estava de plantão junto de outro colega, também residente de primeiro ano, quando nos chamam, em caráter de urgência, à enfermaria. Tratava-se de um senhor de cerca de 70 anos, que internara para operar uma úlcera de estômago, e, que, inesperadamente, começara a vomitar sangue.

Chegamos prontamente, examinamos o paciente, verificando que se tratava de um caso muito grave. Precisávamos agir rapidamente. Duas medidas eram necessárias: transfundir sangue e lavar o estômago com soro fisiológico gelado através de uma sonda nasogástrica.

Colocamos mãos à obra. Peguei a sonda para introduzir em seu estômago, mas não consegui. Ele estava muito agitado, o que dificultava o procedimento. Tentei por três vezes, e nada. Meu colega tentou também, e nada conseguiu igualmente. Desistimos provisoriamente da sonda nasogástrica e fomos pegar uma veia para transfundir o sangue, mas as veias do paciente eram muito finas e não conseguíamos. Nós sabíamos tudo o que tínhamos que fazer, só que não conseguíamos, e o paciente ia morrer na nossa frente.

De repente, ouvimos um assovio pelo corredor. Fui à porta; era o Dr. Mozart caminhando despreocupadamente pelo hospital. Meu amigo comentou:

- Que azar! Logo o Dr. Mozart! Se fosse o doutor fulano de tal, ou o doutor sicrano, salvava o doente.

Eu retruquei:

- Vamos chamá-lo assim mesmo. Não salva o doente, mas salva a nossa pele. Colocamos no prontuário que foi visto pelo Dr. Mozart.

Chamei-o. Ele veio prontamente, ouviu o que tínhamos para narrar a respeito do paciente e, para nossa surpresa, assumiu o total controle do tratamento. Tomou da sonda, que não conseguíamos introduzir no estômago do doente, e, na primeira

tentativa, colocou-a no lugar devido. O estômago começou a ser lavado com soro gelado. Logo a seguir, tomou da agulha e, sem delongas, pegou a veia, e o sangue passou a ser transfundido. Com uma autoridade que desconhecíamos, determinou tudo o que deveria ser feito e ficou do nosso lado até que tudo se normalizou.

Estávamos todos salvos ... pelo Dr. Mozart.

12 – A dor que nos alcança é nossa

Os espíritas aceitam a reencarnação, um conceito filosófico e religioso segundo o qual a consciência de um indivíduo (alma ou espírito), após a morte do corpo, retorna à vida corpórea em outros corpos. Através das vidas sucessivas, essa consciência se desenvolve tanto do ponto de vista intelectual, como do ponto de vista moral.

A reencarnação explica muitos dos sofrimentos humanos, esclarecendo que atitudes equivocadas cometidas em encarnações passadas podem estar relacionadas a diversas aflições, como enfermidades, carências, ingratidões, desilusões etc.

É claro que nem todas as aflições humanas estão relacionadas a erros cometidos em encarnações passadas. Muitas delas decorrem de nossos excessos, imprudências, descuidos, despreparo ou ignorância nessa própria existência, ou resultam da própria inferioridade do mundo em que vivemos, sem nenhuma relação com as nossas atitudes. Algumas aflições surgem também como resultado da intervenção dos bons Espíritos, para evitarem um mal maior.

Relato, a seguir, um fato em que o sofrimento estava indiscutivelmente relacionado ao passado.

Um amigo de meu pai, Celso de Oliveira, auditor fiscal de tributos federais, já aposentado, mas ainda com escritório de prestação de serviços a empresas, na área do direito tributário, vinha, desde a mocidade, sofrendo de terrível enxaqueca, com tudo aquilo que uma boa enxaqueca pode trazer de sofrimento: dor de cabeça intensa, localizada logo acima do nariz, entre um olho e outro, perturbações digestivas, náuseas, vômitos ... Um horror! Crise para ninguém botar defeito. Inutilizava seus dias de trabalho quando isso acontecia.

Não era espírita, embora tivesse, desde cedo, certa queda pela Doutrina. Ajudava nossos movimentos, sem qualquer tipo

de preconceito e ouvia, prazerosamente, os casos que a gente contava sobre Espíritos, mediunidade, reencarnação.

Um dia, pedi ao meu pai para assistir a uma das reuniões que frequentávamos, meu pai, minha mãe e eu, na Fundação João de Freitas, em Juiz de Fora. Tinha a intuição de que os Espíritos pudessem curar sua enxaqueca durante a sessão. Meu pai deixou.

Quando ele chegou à Fundação, meu pai apresentou-o ao grupo, como seu conterrâneo e companheiro de trabalho, mas não disse uma só palavra sobre o seu problema e sobre o motivo que o levava até ali. Aliás, meu pai sempre procedia assim. Não dizia aos médiuns quando desejava beneficiar alguém. Era segredo entre dirigente e protetores.

Sentamo-nos. Os participantes, em torno da mesa de trabalho. Celso na primeira fila de cadeiras do salão, onde desenvolvíamos o trabalho. Começa a reunião.

Dona Antônia, uma boa médium vidente, que fazia parte do grupo, começa a descrever:

– Interessante – dizia ela. – Vejo esse amigo do senhor, que nos visita hoje, em crises de terrível dor de cabeça! (E descreveu todo o sofrimento por que costumava passar o amigo visitante.)

E concluiu com uma revelação que, para nós espíritas, é muito comum:

– Estão me mostrando uma existência anterior desse moço, em que ele feitorava escravos, com um azorrague na mão. Vejo-o chicoteando um dos escravos e a lâmina seccionando uma das artérias exatamente no ponto da testa onde se localiza a dor que ele sente nos momentos de crise!

Não ficamos sabendo se o amigo de meu pai ficou, um dia, curado. Sabemos que as crises diminuíram e a intensidade da dor também diminuiu. Pode ser que o conhecimento da causa tenha dado a ele maior serenidade para conviver com a enxaqueca, que, às vezes, é incurável.

Afinal, as enfermidades são reais, mas é sempre relativa a importância que damos a elas.

13 – A dor tem a importância que nós damos a ela

Sofrer é sempre ruim, e tudo devemos fazer para que nossa vida seja constituída apenas de coisas boas, saudáveis e prazerosas, mas, muitas vezes, o sofrimento será inevitável. Se não temos, às vezes, como evitá-lo, podemos, ao menos, tentar compreendê-lo.

O Espiritismo ensina que as experiências de dor devem ser compreendidas como experiências de crescimento. Todos trazemos, de vivências anteriores, lições inacabadas que precisam ser concluídas, programas mentais equivocados que necessitam ser reinstalados, sentimentos que precisam ser depurados, amor acanhado que pede para ser expandido.

Muitas vezes, só o sofrimento é capaz de fazer por nós aquilo que deveríamos ter feito espontaneamente. Ao nos tornar mais sensíveis ao sofrimento alheio, depura os nossos sentimentos e amplia a nossa capacidade de amar. Nós nos tornamos mais compassivos e respeitosos. A dor vivenciada com dignidade sinaliza, para dentro de nossa intimidade, as emoções e os sentimentos que outras pessoas, em igual situação, estariam vivenciando. E isso promove o desenvolvimento moral.

Vejamus uma situação hipotética: vamos ao médico e, lá chegando, as coisas não são do jeito que esperávamos. Aguardamos em pé, espremidos em um canto da minúscula sala de espera, superlotada de clientes. Somos chamados com uma

hora de atraso. O facultativo nos atende sem tirar os olhos do computador (ou do celular). Quase não nos examina e nos passa uma receita sem uma explicação qualquer. Retornamos para casa, aborrecidos. E com razão! Mas terá isso um significado profundo para nós? Sim! Estamos aprendendo nesse episódio como *não* se deve agir, como se sente uma pessoa que é tratada como objeto e não como ser humano. Recebemos uma lição prática de descortesia e desconsideração, que deve ser aproveitada por nós como aprendizado, para que nunca venhamos a agir de tal maneira.

Mas é importante considerar que a dor, por si só, não representa crescimento espiritual, se não estiver acompanhada de uma atitude mental salutar.

Se a vida nos coloca em uma máquina de polir pedras, temos duas opções: sair dela moídos e triturados, ou polidos como o diamante. A experiência de sofrimento só será uma experiência de crescimento se, de alguma maneira, contribuir para o nosso amadurecimento. A dor terá um significado profundo se nos modificar por dentro.

Sobre isso, meu pai contava a história de um grande amigo, José Stippe, com quem conviveu, por algum tempo, na localidade de Garça, no interior de São Paulo. Isso, por volta de 1953. Moravam meu pai e ele, ambos solteiros, no fim de uma bela avenida que se iniciava na Praça do Cine Central. Era um quilômetro, mais ou menos, de caminhada que eles faziam, trocando ideias, recordando fatos, analisando a vida, todas as vezes que se dispunham a ir ao cinema.

Pois bem, um belo dia, chegando ao cinema, ao levar a mão ao bolso para tirar o dinheiro com que pagar os ingressos, um susto!

– Ih! Arthur, perdi o dinheiro! Deve ter sido quando eu tirei o lenço, sei lá, disse o amigo Stippe.

Meu pai ficou estarecido: era dinheiro demais, um mês de salário. Ele havia recebido naquela tarde e ainda não tivera tempo para depositar o dinheiro ou guardá-lo convenientemente.

Deram meia volta e retornaram para casa, pelo mesmo percurso, procurando em cada esquina, em cada passo, em cada sarjeta, o dinheiro perdido! Nada! Chegaram em casa, procurando lá dentro, também nada! Meu pai, acabrunhado, começou a lamentar. Resmungava, reclamava, sofria. Não era para menos.

Foi quando o José olhou para ele, calmo e sereno, e deu-lhe uma grande lição:

- Arthur, eu já esqueci! Fiz o meu dever, procurando reaver o que, por descuido meu, eu perdi. Não consegui; fato consumado: o prejuízo material está feito. Não permitamos que ele nos traga um prejuízo maior, desequilibrando nossa mente, perturbando nossa paz; senão, Arthur, nós sofreremos duas vezes!

14 – Quem vem a mim eu não o rejeitarei

A obra mediúnica de Chico Xavier informa que muitos espíritos assumiram, antes desta experiência corpórea, compromissos de tarefa no bem, por via da seara espírita.

Indiscutivelmente, ser bom, útil, justo e generoso é uma proposta espiritual de vida, e tem seus méritos próprios; assim, jamais deve ser limitada a este ou aquele setor específico. No entanto, o que os benfeitores espirituais têm mostrado é que um serviço anteriormente aceito faz parte de um programa extenso e complexo do qual não fazemos a mínima ideia.

Para ilustrar, consideremos a seguinte metáfora. Armando está construindo, na cidade de Astolfo Dutra, uma nova casa e pede a Arthur, amigo querido, colaboração no enchimento da laje. Combinam para a manhã do domingo seguinte.

Na data aprazada, Arthur levanta-se cedo e parte em direção à futura morada do amigo, conforme combinado. Todavia, em rua anterior, observa que um outro amigo, o Luciano, está igualmente envolvido em morada nova e prepara para também preencher a laje da residência. Atendendo ao convite de Luciano, Arthur fica por lá mesmo, auxiliando alegremente o amigo. Diante do acontecido, Armando fica impossibilitado de seguir sozinho na tarefa programada, transferindo-a para outro dia.

A questão que se coloca é esta: Arthur ajudou um amigo, fez o bem, mas faltou com um compromisso previamente assumido,

obrigando a uma revisão das tarefas, com os inconvenientes ligados ao fato.

Responsabilizar-se pelas tarefas espíritas representa, para muitos de nós, cumprir uma missão, preservando a fidelidade ao núcleo mais íntimo da nossa personalidade, e, conseqüentemente, aos avalistas de nossa reencarnação que, da dimensão espiritual, acreditaram em nós, investem incansavelmente em nossas realizações e se preocupam com nossa vida e com tudo aquilo que se relaciona a nós.

A respeito disso, meu tio Waldemiro conta um belo fato em que se torna evidente a solicitude dos Espíritos vinculados ao movimento espírita com os tarefeiros espíritas. O fato envolve minha avó Anita Borela de Oliveira, quando encarnada, e o bondoso Espírito do Dr. Bezerra de Menezes.

Dona Anita trabalhava intensamente na doutrina espírita e não media esforços para cuidar de sua prole de onze filhos. Entretanto, padecia de dores de cabeça permanentes, intensas, resistente aos analgésicos, que testavam sua fé e sua capacidade de resistência.

Em determinada sessão de tratamento magnético, o orientador espiritual recomendou que Anita deixasse a mesa de trabalhos e permanecesse recostada, em prece, num canto da sala, porque seria operada. Havia um tumor no cérebro, que era a causa daquelas terríveis dores de cabeça.

Logo após a prece de abertura, Anita começou a sentir os efeitos da cirurgia em andamento, e todos os participantes ficaram surpresos com o forte cheiro de éter e a materialização de gazes cirúrgicas umedecidas que não existiam no recinto do centro.

Ao final do procedimento, Dr. Bezerra manifestou-se e disse à Anita que logo surgiria um pequeno tumor, semelhante a um furúnculo, na coxa direita, pouco acima do joelho, que logo va-

zaria. Orientou-a para que não se preocupasse, pois todo o pus resultava da destruição do tumor.

Tudo se deu conforme o médico desencarnado havia dito, e Anita nunca mais teve dores de cabeça.

Um outro episódio envolvendo minha avó Anita demonstra como os bons Espíritos se preocupam com os tarefeiros espíritas.

Minha avó foi procurada por uma mulher, muito aflita, que implorava assistência ao filhinho enfermo, febril, que trazia nos braços.

Auxiliada por meu tio Waldemiro, Anita fez uma prece pedindo a intercessão dos Espíritos amigos junto à criança doente. Mal terminara a prece, o Espírito de Bezerra de Menezes surgiu aos olhos de minha avó e disse energicamente:

- Manda este menino para o posto médico imediatamente, pois ele irá morrer em menos de uma hora e, se a morte ocorrer aqui, em sua casa, os inimigos da doutrina espírita irão denunciá-la na delegacia de polícia.

A determinação do Dr. Bezerra foi acolhida, e a mãe, com o filhinho, dirigiu-se ao posto de saúde. Lá, o médico mal teve tempo de examinar o menino, que faleceu mesmo antes de terminar o exame clínico.

15 – É indispensável criar esperanças novas

Conversando com um padre que conheci quando trabalhei como médico generalista, na Clínica de psiquiatria São Domingos, ele me disse algo que, de certo modo, vai de encontro à teologia católica:

- A Igreja dá muito valor à fé, mas existe uma virtude maior do que à fé: a esperança.

E se justificou:

- Muitas vezes, me deparei com suicidas que, escrevendo aos pais, disseram: “que Deus me perdoe”, ou “que Deus os abençoe”. Ora, fé eles possuem; o que lhes falta é a esperança.

Concordo com ele. O apóstolo Paulo apresentou a esperança como uma das grandes virtudes, ao lado da fé e da caridade. Paulo considerava a caridade como a mais importante. Isso é correto, se considerarmos o progresso moral. Mas, do ponto de vista da sobrevivência e da superação, a esperança é a maior. Quantas pessoas existem por aí sem fé e profundamente egoístas, e vivendo relativamente bem! Mas, sem esperança, poucas pessoas conseguem sobreviver. Os deprimidos graves que se matam o fazem pela desesperança: estão muito mal e acreditam que vão ficar assim para sempre.

Quando Kardec perguntou aos benfeitores espirituais o que mais faz sofrer os Espíritos maus em expiação no além, eles responderam: o fato de acreditarem que sofrerão para sempre.

E quando Kardec estabelece as bases para a felicidade possível na Terra, ele coloca três condições: a satisfação das necessidades materiais, a consciência tranquila e a fé no futuro, ou seja, a esperança.

Para sobreviver, precisamos estar sempre esperando por alguma coisa: o domingo, um feriado, as férias, um aniversário, a aposentadoria. Precisamos sempre renovar as expectativas, criar coisas novas, redescobrir objetivos para a nossa vida, para sobrevivermos com um mínimo de bem-estar interior.

Meu tio Dico, irmão mais velho de meu pai, depois de aposentado, começou a comprar bilhetes de loteria. Meu pai, ao saber disso, comentou, brincando:

- Mas Dico, você, espírita, jogando na loteria? Você não sabe que propriedade legítima é somente aquela que se origina do trabalho honesto?

E ele, rindo muito:

- Mas, Arthur, eu não compro para ganhar, não. Sei que não vou ganhar. Compro apenas para ter alguma coisa para esperar. Afinal, estou aposentado, meus filhos se casaram, meus netos não querem mais nada comigo... só me resta esperar a morte! E como esperar a morte não é nem um pouco agradável, compro uns bilhetinhos e fico esperando o resultado!

16 – Cura de verdade, só no final

Recordo-me de uma paciente que, durante muitos anos, visitou-me, regularmente, no consultório, saindo sempre com uma receitinha.

Certo dia, ela, com seus 85 anos, voltou-se e disse:

- Dr. Ricardo, venho aqui há mais de vinte anos, e até hoje o senhor não me curou!

É próprio da natureza humana a expectativa por saúde, prosperidade e ventura. Justo, portanto, que todos nos empenhemos no encontro do bem-estar físico e mental, valendo-nos de todos os recursos tecnológicos disponíveis, desde que éticos. Jesus aludiu a isso ao falar em *vida em abundância*.

Assim, diante de um desarranjo orgânico, falamos na cura, buscamos a cura, desejamos ansiosamente a cura.

Mas será isso possível na fase evolutiva em que nos encontramos?

A experiência mostra que não! Grande parte das enfermidades são crônicas, e o tratamento apenas alivia os sintomas ou controla seu agravamento. Mesmo as enfermidades agudas, que podem ser debeladas, seguem-se, quase sempre, de outras, de forma que estamos, habitualmente, às voltas com contratempos na saúde.

Os motivos são claros. A Terra, na definição de Alan Kardec, é um mundo de provas e expiações. Nesses mundos, estamos expostos a uma gama enorme de fatores propiciadores de enfermidades: a ignorância, a maldade, as intempéries do meio ambiente, as imperfeições do corpo, uma alimentação inadequada, atitudes mentais doentias e muitos outros.

Embora uma saúde completa não seja, por ora, possível, podemos, ao menos, tentar, com uma certa dose de esforço, cuidado e temperança, vivenciarmos uma saúde relativa. Viver em harmonia a fase evolutiva em que nos encontramos é o caminho para um bem-estar possível.

E, também, valendo-nos dos recursos médicos disponíveis que, muitas vezes, deverão ser utilizados de forma permanente, embora muitos relutem.

Nunca me esqueço de uma senhora de 92 anos que atendi no SUS. Terminada a consulta – tratava-se de uma artrose de joelhos – passei-lhe a receita e pedi que retornasse, caso fosse necessário.

Ela tomou a receita e, quando verificou que estava escrito *uso contínuo*, voltou-se para mim e disse:

- E o senhor acha que eu vou tomar isso aqui a minha vida toda!?

Não sei por que tanta importância algumas pessoas dão ao fato de necessitarem tomar remédios pela vida toda. Tantas coisas não são para a vida toda? Banho, escovar os dentes, cortar os cabelos, fazer a barba ... são para a vida toda.

Por que recursos que prolongam a vida, aliviam as dores e aumentam nosso bem-estar não devem ser, também, para a vida toda?

Uma amiga fisioterapeuta me disse:

- Duro trabalhar com seus doentes. Todo o dia, quando pergunto se melhoraram, dizem que não.

Eu respondi:

- O problema está na sua pergunta. Não deu tempo para melhorar ainda. Diga apenas: bom dia, olá. Deixe para perguntar se está melhor apenas no final do tratamento.

Assim, também, conosco. Cura para valer, só no final. E esse final ainda está muito distante de nós.

17 – Felizes os que não viram e creram

Chico Xavier visitava, anualmente, a serviço, a cidade de Leopoldina, na zona da Mata mineira, numa época em que trabalhava como auxiliar de escritório da Fazenda Experimental de Pedro Leopoldo, do Ministério da Agricultura.

Numa dessas visitas, estive na Semana Espírita de Astolfo Dutra, distante 40km de Leopoldina.

Nessa tradicional Semana Espírita, na parte da manhã, ocorre o que denominam *Reabastecimento*. Os confrades sentam-se em círculo, no pátio da Fundação Abel Gomes, abre-se o evangelho ao acaso, lê-se uma página, e todos comentam.

Naquela manhã, o texto calhado foi a passagem da mulher samaritana, que, junto ao poço, enchia seu jarro de água, quando Jesus se aproximou.

Os confrades iniciaram os comentários, mas, sempre que Chico ameaçava dizer qualquer coisa, alguém contestava:

- Você, Chico, fica para o final!

Muitos, então, teceram comentários: Astolfo Olegário, Carlos Imbassahy, Mirtes Terezinha e outros. Ao final, quando só restava Chico Xavier, ele voltou-se e disse:

- Bom, só me resta dizer que o jarro era de barro. E, a seguir, teceu luminosos comentários em torno do tema.

Na localidade de Leopoldina, Chico aproveitava a oportunidade para participar da reunião pública semanal do centro espí-

rita *Amor ao próximo* e fornecia receitas mediúnicas aos enfermos.

Numa dessas reuniões, um médico recém-chegado da Inglaterra, muito descrente, introduziu o seu pedido em idioma inglês, certo de que provaria que Chico era um embusteiro.

A rapidez com que os Espíritos, pela mão do médium, escreviam as receitas não permitiu sequer que o médico percebesse o momento em que o seu pedido fora atendido.

Ao final da reunião, a secretária, ao entregar as receitas, chamou o médico para receber a sua. O doutor, admirado com a orientação, redigida igualmente em inglês, fez questão de lê-la, traduzindo-a para a plateia admirada:

- O irmão, que é médico, não precisa de receita médica, pois sabe qual a doença que tem e quais medicamentos precisa tomar, como cardiopata que é. Sua pior enfermidade, contudo, não é a cardiopatia, mas a descrença.

18 – Não faça o que critica no outro

Hillel, um conceituado rabino, chamado a resumir todo o ensino moral dos judeus, disse:

- O que for desagradável a você, não faça a seu próximo.

Pensei sobre isso quando, certo dia, deparei-me com uma cena curiosa. Estava parado no cruzamento, com o semáforo fechado, e observei um moço forte, de cerca de 30 anos, de um lado da rua, que, gesticulando agressivamente, gritava palavras chulas e ofensivas a um adolescente, que, do outro lado, trazia no colo um cachorrinho. Percebi o que havia acontecido: o garoto, de alguma forma, havia maltratado o animalzinho, e o moço, revoltado com tal atitude, reprovava o comportamento do agressor, mas agindo, também, de forma agressiva.

Pensei com meus botões: a atitude do moço é correta, pois veio em defesa de um animalzinho que estava sendo maltratado, mas a maneira como agiu é igualmente reprovável, pois agiu da mesma forma que o outro a quem condenava.

O filósofo grego Tales de Mileto ensinava que agimos corretamente quando não fazemos aquilo que criticamos nos outros.

Jesus disse algo semelhante, quando recomendou que fizéssemos aos outros apenas aquilo que gostaríamos que nos fizessem.

Eu gostaria que me vendessem algum produto com defeito, sem me informarem do defeito? A resposta certamente será não; consequentemente não devo fazer isso.

Eu gostaria que alguém se insinuasse de forma sensual em relação ao meu parceiro ou a minha parceira? Claro que não; portanto não deverei fazer isso.

Eu gostaria que alguém entrasse na minha frente em uma fila, sem pedir autorização?

Não! Também não farei isso.

Eu gostaria que um CD com músicas que eu compus fosse pirateado, e eu nada recebesse por isso? Acredito que não; então não farei o mesmo.

Eu gostaria que uma pessoa comprasse um objeto que me foi furtado? Obviamente não; não farei o mesmo.

Segundo Kardec, se nós aplicássemos essa regra, chamada de regra de reciprocidade, acertaríamos quase sempre.

19 – Cupido existe

Durante alguns anos, trabalhei como clínico geral em um hospital psiquiátrico – a Clínica São Domingos. Um experiente psiquiatra, que se encontrava lá há mais de 15 anos, gostava da seguinte frase: *gambá cheira gambá*.

Ele se referia ao fato de que os pacientes internados tendiam a se aproximar, naturalmente, de outros, que possuíam a mesma problemática. Os alcoolistas eram vistos com os alcoolistas. Os dependentes químicos juntos de outros igualmente dependentes. Os psicóticos se aproximavam dos psicóticos. Não sei se esse tipo de pensamento tem confirmação científica, mas, na vida ordinária, isso se verifica: via de regra, estamos buscando aquilo ou aqueles que nos atraem e nos interessam e, assim, naturalmente, vamos nos encontrar com pessoas que se identificam com nossas aspirações. Isso, talvez, explique muitos encontros que vão dar origem a parcerias ou a relacionamentos afetivos, muitas vezes, gratificantes para todos.

Mas existem outros fatores, de natureza espiritual, na origem dos encontros afetivos.

O Espírito Emmanuel, no livro *Vida e sexo*, relaciona alguns desses fatores:

- a) Inteligências que traçaram entre si a realização de compromissos afetivos, ainda no mundo espiritual.
- b) Criaturas que já partilharam experiências no campo sexual em vidas passadas.
- c) Corações que foram cúmplices em crimes passionais, em outras eras.
- d) Influência exercida pelas inteligências desencarnadas no jogo afetivo ou, mais claramente, pelos Espíritos que se corporificarão no futuro lar, na condição de filhos.

O último pensamento do autor espiritual deixa evidente que os antigos escritores gregos talvez estivessem certos ao apresentarem o mito do Cupido. Cupido era, geralmente, representado como um menino alado que carregava um arco e flechas. Os ferimentos provocados pelas setas que atirava despertavam amor ou paixão em suas vítimas. Embora fosse, algumas vezes, apresentado como insensível e descuidado, Cupido era, em geral, tido como benéfico em razão da felicidade que concedia aos casais, mortais ou imortais. No pior dos casos, era considerado malicioso pelas combinações que fazia, situações em que agia orientado pela deusa Vênus.

Estou casado há quase 32 anos, e, quando procuro compreender os fatores que me levaram a conhecer minha esposa Karla, sou levado a acreditar que foram decorrentes de estratégia muito bem montada pelo Cupido: meus filhos Estêvão e Vítor.

Explico melhor: minha vida se resumia a duas coisas: meu trabalho como médico e a atividade espírita. Não me deslocava para lugar algum que não fosse o centro espírita e os ambulatórios médicos.

Eu residia no centro da cidade, e Karla, na zona norte. Karla era muito saudável e não precisava de médico. Era católica, e não iria conhecê-la em um centro espírita. O encontro, portanto, seria improvável.

E o que os dois, provavelmente, fizeram? Agiram através de minha futura sogra. Eu atendia como voluntário no ambulatório do centro espírita Vinha de Luz, no bairro Francisco Bernardino. A avó materna da Karla residia nesse bairro. Pois bem, minha futura sogra vai visitar a mãe e comenta com ela que estava apresentando alguns problemas digestivos e precisava de uma consulta médica. É informada, então, da existência do ambulatório. Minha sogra segue até lá, acompanhada da Karla... e o encontro, então, se deu.

Namoramos menos de um ano e nos casamos. Estêvão e Vítor puderam então retornar ao mundo corpóreo.

20 – Mudar o outro? Desista!

Conversando com uma tarefeira espírita, disse-me ela, desanimada, após uma crise com o marido:

- Vou deixar o Espiritismo. Frequento o centro, há mais de dez anos, e meu marido não melhorou nem um pouco!

Minha condição de inferioridade levou-me a pensar: está no Espiritismo, há dez anos, e não compreendeu nada.

Uma atitude relativamente comum: aplicarmos os ensinamentos espíritas nos outros. Diante de uma palestra edificante, costumamos pensar: “Pena que o fulano não estava aqui para ouvir; o que o expositor disse se encaixa perfeitamente nele”. Isso significa que ainda não fomos tocados afetivamente pelo ensinamento, que está em nossa cabeça, mas não desceu para o coração.

O ensino começa a funcionar quando nos damos conta de que o progresso é pessoal e intransferível. O contato com pessoas boas pode nos sensibilizar para a mudança, mas ela, efetivamente, se dará dentro de nós, a partir de uma tomada de decisão pessoal.

Desde que me entendo por gente, meu pai gostava de uma cachacinha e minha mãe de um cigarrinho. A vida toda, um implicando com o outro. Quando o jornal publicava uma matéria sobre os malefícios do cigarro, meu pai mostrava para minha mãe, dizendo: “Tá vendo?”

Quando saía uma notícia falando dos problemas da cachaça, minha mãe mostrava para meu pai: “Olha só!”

Foram assim, mais de cinquenta anos. Resultado: meu pai morreu tomando sua cachacinha, e minha mãe fuma até hoje.

Não com isso que devemos fechar os olhos para os defeitos das pessoas que queremos bem, como se isso não fosse da nossa conta. Se as amamos de verdade, queremos que vivam melhor e sejam melhores, mas é preciso saber como agir.

A esse respeito, *o Evangelho segundo o Espiritismo* traz lição em duas questões propostas por Kardec e respondidas por um de seus guias:

Como ninguém é perfeito, podemos deduzir que ninguém tem o direito de repreender o próximo?

- Certamente que não, pois cada um de vocês deve trabalhar para o progresso de todos, e sobretudo dos que estão sob a sua responsabilidade. Mas isso deve ser feito com moderação, com uma intenção útil, e não como geralmente se faz, pelo prazer de criticar. Neste último caso, a censura é uma maldade; no primeiro, é um dever que a caridade manda cumprir com todas as cautelas possíveis. Outra coisa importante: a censura que fazemos ao outro deve ser endereçada também a nós mesmos, para vermos se não a merecemos.

Será repreensível observar as imperfeições dos outros, quando disso não possa resultar nenhum benefício para eles, e mesmo que não as divulguemos?

- Tudo depende da intenção. Certamente que não é proibido ver o mal, quando o mal existe. Seria mesmo inconveniente ver somente o bem: essa ilusão prejudicaria o progresso. O erro está em fazer essa observação em prejuízo do próximo, desacreditando-o sem necessidade diante da opinião pública. Seria ainda repreensível agir assim com um sentimento de maldade, e de satisfação por identificar os outros em falta. Mas quando observamos o mal para proveito pessoal, ou seja, para estudá-lo e evitar aquilo que censuramos nos outros, isso é válido.

21 – O homem que ignora caminha às escuras

Encontrava-me no centro espírita, quando um tarefeiro da casa me pediu que conversasse com uma moça, que se encontrava muito agitada. Ela queria, de todo jeito, conversar com um Espírito. Passava por graves provas, e só um Espírito poderia orientá-la. Cheguei junto dela e indaguei:

- O que está havendo? Como posso ajudá-la?

E ela, aflita:

- Preciso conversar com um Espírito da Casa.

Respondi, prontamente:

- Já está conversando; eu sou um Espírito da casa. Espírito encarnado.

Ela arregalou os olhos. Imagino que deve ter pensado: esses espíritas são mesmo todos malucos. Refez-se do susto e disse:

- Bom, eu estou me referindo a um Espírito de morto, entendeu?

Voltei-me, então, preparando para encerrar a primeira fase da conversa, e disse:

- Olha só: não há nada que um Espírito desencarnado possa lhe dizer, que eu também não possa. Sabe por quê? Porque estudamos nos mesmos livros e somos alunos dos mesmos mestres, que são Jesus e Kardec. Portanto podemos conversar!

Vivemos uma epidemia de pedidos de orientação. Orientação para tudo: questões financeiras, afetivas, trabalhistas, até queda de cabelo. Nos centros espíritas, procuramos fazer o me-

lhor possível: acolhemos, fortalecemos, consolamos, mas orientação de verdade é sempre problemática, porque não somos nós que estamos vivendo a situação de quem pede a orientação. Toda orientação tem o viés do orientador, que é outra pessoa, muito diferente do orientando. Por isso, a mais eficaz orientação é aquela que sensibiliza ao estudo, à leitura e ao esclarecimento. Os livros espíritas contêm todos os recursos de que as pessoas necessitam para, com conhecimento de causa, orientarem-se a si mesmas.

Lembramo-nos de Chico. Ao ser procurado por uma jovem espírita, vinculada ao departamento de ensino do Espiritismo para crianças, pedindo-lhe orientação, disse:

- Filha, você tem toda a farmácia e vem me pedir um remédio?

22 – Basta que você comece a sorrir

Eu atendia na Policlínica de Benfica, quando a paciente entrou amparada, de um lado, pela filha adolescente e, do outro, pela irmã. Parecia um robozinho. As articulações quase todas comprometidas por uma artrite, certamente, de muitos anos. Não conseguia levantar os braços, sentar-se, abrir ou fechar as mãos.

Iniciei a conversa, indagando quanto ao tempo de início dos sintomas.

Ela respondeu:

- Há uns 20 anos, doutor.

Perguntei, então, quanto aos tratamentos que já havia feito e os médicos que já havia consultado.

Surpreendentemente, ela disse:

- Nunca tratei; nunca procurei médico para isso.

Fiquei perplexo. Ela residia no bairro São Judas Tadeu, muito próximo de onde eu atendia. Ela nunca havia procurado socorro. As juntas foram sendo destruídas pela doença, sem que ela procurasse ajuda. Isso era inconcebível, considerando os dias em que vivemos, numa cidade como Juiz de Fora, com excelentes recursos na área médica!

Indignado, indaguei:

- Mas como você permitiu isso? Por que não procurou ajuda?

A sua justificativa me surpreendeu mais ainda.

- Sabe como é, doutor, a vida é tão difícil, tanta coisa para fazer: casa, marido, filhos. Nunca tive tempo para cuidar de mim.

Eu ia dar-lhe uma baita bronca, quando surgiu na minha mente, certamente, por influência dos Espíritos amigos, o pensamento seguinte:

- A explicação dada por ela não corresponde à realidade. A coisa é muito mais séria. Ela traz uma culpa tão grande do passado, que não se permitiu procurar ajuda. Mesmo sem se lembrar do ocorrido na existência anterior, no seu inconsciente, ela sente-se bem na infelicidade, porque, intimamente, está, através do sofrimento, punindo-se por algo que fez e muito a envergonha.

Importante saber que muitas pessoas que estão sofrendo, em virtude da lei do carma, poderiam resolver seus problemas espirituais de outra forma, que não através da dor. Lembra J.L. Simmons, autor do livro *O despertar da nova era*:

Se você quebrou o braço de alguém na sua vida anterior, não precisa ter o seu braço quebrado nesta; a não ser que você acredite que precisa disso.

Se você foi carrancudo com as pessoas na vida passada, não é necessário que as pessoas sejam carrancudas com você nesta vida. Basta que você comece a sorrir.

23 – A palavra convence, o exemplo arrasta

Antropólogos que estudaram as religiões em sua forma mais primitiva afirmam que um dos propósitos essenciais da religião não é colocar os indivíduos em contato com Deus, mas sim o de colocá-los uns em contato com os outros.

Uma das finalidades da religião é reunir as pessoas de modo que possam partilhar momentos importantes de suas vidas. Existem acontecimentos na vida de cada um de nós que não desejamos vivenciar sozinhos, coisas alegres, como o nascimento ou o casamento de um filho, e coisas tristes, como a morte de um ente querido ou uma guerra e desastres naturais.

Mas os grupos religiosos têm também um outro papel: o de nos sensibilizar para o processo de transformação pessoal. E, isso, através do contato, dos exemplos, dos estímulos que reciprocamente promovemos uns nos outros.

Meu pai, durante alguns anos de sua vida, foi um grande fumante e tinha, como amigo do movimento espírita, Adalcino Scanapieco, também grande fumante. Ficaram sem se ver alguns meses, quando, ao se reencontrarem, notou que Adalcino não trazia o tradicional maço de cigarros no bolso da camisa. O amigo, então, esclareceu-o, confiante:

- Deixei o cigarro, Arthur.

Meu pai, surpreso e feliz com a vitória do amigo, chega em casa e diz a minha mãe:

- Se o Adalcino parou, eu também paro.

E, após dias de muito esforço, abandonou o vício que o acompanhava, desde o início da idade adulta.

Passam-se novamente alguns meses e se reencontram na cidade de Guarani. Adalcino fora visitar minha tia avó Elza Baesso. Ao se identificar com o amigo, meu pai nota, entre seus dedos, um maldito cigarro. Exclamou, então, surpreso:

- Mas, Adalcino, eu parei de fumar pelo seu exemplo!

E o velho amigo, vexado, rematou:

- Sendo assim, Arthur, paro agora. E, aproximando-se da lata de lixo, lá jogou o cigarro e todo o maço. E nunca mais fumaram.

24 – Considerar as necessidades alheias

Um amigo, professor universitário, de ideias brilhantes e comentários inteligentes, perguntou-me certo dia:

- Você concorda que, quando alguém faz uma pergunta, espera por uma resposta?

Disse, prontamente:

- Acredito que sim, mas o porquê da pergunta?

- Como você sabe - prosseguiu ele - depois da cirurgia bariátrica que fiz, passei a sentir-me muito mal: náuseas constantes, sensação de empanzimento, azia e outras coisas mais. Pois bem, quando um colega me perguntava como eu estava, e eu dizia a verdade (“estou péssimo”), parece que eles se sentiam incomodados com isso. Como se eu tivesse que mentir, dizendo que está tudo bem. Alguns diziam assim: “mas é importante que você diga que está tudo bem, mesmo estando mal; é a força do pensamento positivo”! Você concorda com isso? A gente tem que dizer que está bem, mesmo quando não está?

Venho refletindo bastante sobre essa questão e coloco alguns pensamentos a respeito.

Primeiro: poucos de nós estamos preparados emocionalmente para lidar com a aflição alheia. Quando perguntamos se está tudo bem, esperamos que digam que sim, e quando a resposta é não, nós nos desconcertamos; não sabemos o que fazer com essa resposta. Ou porque não temos tempo para ouvir, interesse em fazê-lo ou amadurecimento para lidar com essa situação.

Segundo: quando alguém nos diz que não está bem, não espera comentários tipo autoajuda (isso é péssimo, pois reproduzem chavões que servem mais para nos livrarmos de sua presença e seguirmos em frente). O que espera é apenas ser compreendido, escutado de forma acolhedora, sentir que sua dor é respeitada. E isso pode ser mostrado sem palavras.

Terceiro: Quem diz que não está tudo bem deseja sentir que não está sozinho, que vive um momento existencial em que necessita compartilhar sua dor. Acima de tudo, é uma demonstração de humildade. Reconhece suas limitações, que não é nenhum super-homem, que esse é um instante na vida em que precisa pedir ajuda de alguém que simplesmente diga: “conte comigo”; “você não está só”; “diga em que posso ajudá-lo”.

Caio Fábio que, nas décadas de oitenta e noventa do século passado, foi o mais prestigiado pastor evangélico do Brasil, foi, nessa época, procurado por seu filho mais velho, que havia completado dezoito anos. Demonstrando evidente aflição, o rapaz colocou:

-Pai, vou lhe dizer uma coisa muito séria, e o senhor vai ficar muito triste e decepcionado comigo: eu sou gay.

Podemos imaginar o impacto dessa afirmação, dita há mais de trinta anos, para um pastor de renome nacional. Caio voltou-se e disse:

- Olha, filho, para mim, isso não tem importância alguma. Tampouco para sua mãe. Como decepcionado, se não foi você que escolheu sua orientação sexual? Você é obra de Deus. Quem sou eu para bater de frente com uma obra de Deus. Há um projeto divino em você, que estamos longe de compreender. Mas você vai sofrer muito, pois nossa família, a igreja e essa sociedade hipócrita não vão aceitar. Mas quero que você saiba uma coisa: você não vai sofrer sozinho. Cada lágrima que brotar em seus olhos será uma lágrima que brotará nos meus. Cada soluço que arder em seu peito será um soluço a arder no meu. Mas nós não vamos permitir que ninguém destrua a nossa paz.

25 – Quando o passado não passou

Todo Espírito, encarnado ou desencarnado, esteja onde estiver, é um núcleo irradiante de forças que criam, transformam ou destroem, exteriorizadas em vibrações que a ciência terrestre, presentemente, não pode compreender. Kardec denominou essas forças de *fluidos espirituais*. Quem pensa, sente ou age está sempre fazendo alguma coisa a distância, além, é claro, de tudo aquilo que facilmente identificamos.

Assim, fica explicado por que certos sentimentos brotam em nosso mundo íntimo quando nos deparamos com certas pessoas ou estamos em certos locais. Podemos registrar seus fluidos, que, por suas características particulares, de forma inconsciente, disparam em nós reações diferentes.

Existe outra explicação para o fenômeno: pessoas e ambientes podem funcionar como gatilhos que disparam em nós reminiscências do passado, sepultadas nos porões do inconsciente e que, por motivos ignorados, ressurgem na consciência presente.

Muitas coisas que aconteceram conosco em outras encarnações, e nos marcaram profundamente, ficam arquivadas em nossa mente, sem que nos recordemos delas, como, por exemplo; culpas, ódios, medos, desesperanças, fixações no poder, na beleza, no sexo.

Determinadas situações podem fazer com que as emoções e os sentimentos vinculados a essas marcas psíquicas possam ser percebidos por nós, sem que saibamos o porquê.

A Dra. Tais Moriyama, psiquiatra residente no Estado de São Paulo, conta o seguinte fato:

Atendi um casal que, por volta dos 50 anos, iniciou (os dois juntos) uma depressão muito severa. Como a recuperação estava

muito lenta e acometendo os dois, pedi socorro a uma amiga médium, supondo que fosse uma obsessão. E nada disse a ela, apenas pedi orações.

Ela indagou:

– Os dois adoeceram ao mesmo tempo, não é?

Respondi:

– Sim

E ela:

– E você está pensando em obsessão?

Disse:

– Sim.

Ela concluiu:

– Pois não é obsessão. Nessa mesma idade, em outra vida, eles foram responsáveis por um navio, e, por erro deles, toda a tripulação se perdeu, e as pessoas acabaram passando por muita privação e sofrimento. Eles não conseguiram libertar-se da culpa.

Eu me lembro de uma conhecida do movimento espírita, de valorosos dotes mediúnicos, que se sentia muito mal na presença de agrupamentos de crianças: creches, escolas, ou mesmo no setor do centro espírita destinado à infância. Isso sempre a acompanhou, desde a adolescência, sem que uma explicação plausível lhe fosse dada.

Dotada de uma capacidade de desdobramento espiritual notável, muitas vezes, retornando da cidade de Três Rios, onde trabalhava, até Juiz de Fora, onde residia, afastava-se do corpo, que cochilava no ônibus, e chegava na rodoviária antes do corpo, retornando a ele, quando o veículo estacionava.

Num desses desdobramentos, foram mostrados a ela lances da existência passada, quando, mãe de três crianças pequenas, as abandonou em busca de uma aventura amorosa. Nunca se perdeu pelo deslize, e a emoção vinculada ao remorso retornava ao seu mundo íntimo, sem que se desse conta do motivo, diante de quadros que evocavam o passado recente.

26 – A evolução é solidária

O Dr. Gustavo Geley, médico francês, morto em 1924, escreveu o seguinte:

As consequências práticas da reencarnação são fáceis de conceber. Antes de tudo, ela impõe o trabalho e o esforço; não o esforço isolado, a luta pela vida egoísta, mas o esforço solidário, porque tudo o que favorece ou retarda a evolução de outrem e a evolução geral favorece ou retarda a evolução de qualquer membro da coletividade. Os sentimentos baixos e inferiores, como o ódio, o espírito de vingança, o egoísmo e a inveja, são incompatíveis com esta noção de evolução solidária. O reencarnacionista elevado evitará muito naturalmente prejudicar quem quer que seja, auxiliando a todos na medida de suas posses.

O pensamento do Dr. Geley amplia o conceito de evolução, advertindo-nos de que, além da evolução pessoal, fruto do esforço do indivíduo, existe uma evolução coletiva, resultado do esforço de toda uma coletividade, que ele chama de *evolução solidária*.

Importante que a gente considere esse aspecto quando nos depararmos com situações de vitória ou queda, de mérito ou fracasso, de sucesso ou insucesso. Temos que compreender que ninguém vence ou perde sozinho; que ninguém cai ou se levanta sozinho; que ninguém adoece ou se cura sozinho. Tudo acontece como resultado de diferentes fatores em que o esforço do indivíduo é apenas um desses fatores.

Quando examinamos a questão do merecimento humano, temos que considerar muitos fatores que não dependem do esforço do indivíduo envolvido. Vejamos alguns deles:

1- Inteligência: as pessoas possuem inteligências distintas. A inteligência é, em grande parte, definida pela genética, portanto, não é apenas uma questão de esforço ou de vontade. Inteligências diferentes dão aos indivíduos chances diferentes de alcançarem o mesmo objetivo.

2- Condições sociofamiliares: nem todos nascem em famílias com os mesmos recursos financeiros, com os mesmos valores morais, dando a mesma importância a questões como escolaridade ou necessidade de preparação para a vida. Os indivíduos, durante a sua infância e juventude, são submetidos a estímulos culturais diferentes, alimentos mais ou menos nutritivos, acompanhamento médico/odontológico também diferente.

3- Oportunidades: as oportunidades surgem em proporções diferentes para as diferentes pessoas durante a vida. Nem todos têm a mesma oportunidade. Existem coisas que definem a nossa vida e que não dependem de nós, como, por exemplo: se eu não tivesse ido àquela festa, não teria conhecido minha esposa, que foi decisiva em meu sucesso profissional; se eu não tivesse pegado aquele livro na biblioteca, não teria descoberto minha vocação profissional; se eu não tivesse atendido aquele telefonema, jamais teria conseguido tal emprego etc.

Pensei bastante sobre isso, quando li, no jornal *Voz de Rio Branco*, da cidade de Visconde de Rio Branco, a notícia sobre Ana Paula, jovem negra de 19 anos, cadeirante, de uma família muito pobre, estudante de escola pública daquela localidade, que foi aprovada no vestibular de Medicina da Universidade Federal de Juiz de Fora.

Bela vitória do esforço e da dedicação de Ana Paula que, em virtude de uma moléstia neurológica, nunca andou.

Mas será que Paulinha venceu sozinha? E sua mãe, Dona Tatianna, que sempre cuidou dela com esmero, que, quando pequena e ainda sem uma cadeira de rodas, carregava a filha da escola

para casa e de casa para a escola, no próprio colo? Não venceu também?

E seu pai, Sr. Paulo, trabalhador modesto do setor de limpeza da empresa Pif Paf, também não venceu? Podemos imaginar as tantas horas extras que deve ter se submetido, na empresa, para melhorar o parco salário mínimo.

E sua irmã Júlia, de nove anos, que, na foto ilustrativa da matéria, mostrava um sorriso encantador, como se ela tivesse sido aprovada, não venceu também?

E a escola? Quando Ana Paula foi transferida para um colégio distante da sua residência, a diretora conseguiu um veículo da prefeitura para transportá-la. E seus professores e coleguinhas que acreditaram no seu potencial e tudo fizeram para que essa vitória se desse, não venceram também?

Muita razão tem o Dr. Geley: a evolução é solidária.

27 – Companhia que aborrece

Darci Oswaldo, colega de trabalho do meu pai, andava desassossegado. Mal punha os olhos no livro para iniciar seu trabalho, tinha a impressão de que alguém atravessava a sala pela sua esquerda. Levantava os olhos para ver quem era, se sua esposa, ou algum de seus filhos, não era ninguém. Parece que o vulto se escondia atrás do armário. Ia para a copa. A sombra passava à sua direita. Olhava rápido, mas a sombra se escondia atrás da geladeira.

Aquilo o estava incomodando demais. Já começava a ficar com medo! A qualquer hora, em qualquer lugar, na sala ou no jardim, lá estava ele às voltas com aquela sombra a brincar de esconder. De manhã, ao acordar, de noite, ao pôr-se na cama, aquela assombração a lhe pôr grilos à cabeça!

Procurou meu pai, animando-se a contar-lhe o que estava acontecendo, e meu pai convidou-o a comparecer à nossa reunião de intercâmbio mediúnico.

Quando ele chegou, meu pai apresentou-o ao grupo, mas, como de costume, nada falou sobre o seu problema.

Mal começada a reunião, Dona Antônia, uma das médiuns videntes, descreve o drama do Darci, tal qual ele contara antes! E identifica a causa. Tratava-se de um ex-companheiro de trabalho dele, no Rio de Janeiro, alto, gordo, que costumava usar a camisa desabotoada, pondo o peito à mostra, e que, já desencarnado, vinha visitar o velho amigo!

Meu pai conversou com o “morto” e lhe demos a ajuda necessária; ele foi recolhido por assistentes espirituais, e o problema

ficou definitivamente resolvido. Meses depois, Darci, remexendo papéis antigos, depara-se com uma dessas fotografias de fim de ano, dos companheiros de trabalho, estando no grupo o colega falecido. Meu pai pediu a foto emprestada e levou-a à reunião. Ele costumava ficar à porta, aguardando os companheiros para saudá-los um a um. Quando Dona Antônia chegou, mostrou-lhe a foto e perguntou se ela conhecia alguém que estivesse naquela foto.

Ela não vacilou. Com o dedo apontando as figuras, identificou de pronto:

- Este (apontando para o Darci) é o seu colega que esteve aqui, há alguns meses, e este (apontou um jovem gordo, camisa aberta no peito) é o Espírito que o perturbava e que nós conseguimos encaminhar para o bem.

Casos como esse, do Darci, são muito comuns, e, graças à mediunidade focada no bem, têm sido favoravelmente resolvidos.

28 – Perdas que são ganhos

Quando meus filhos eram pequenos, algumas vezes nós os levamos a um posto de saúde, ou mesmo a uma farmácia para tomar uma vacina ou uma injeção, diante de uma infecção mais grave.

A estratégia era a seguinte: minha esposa se sentava, deitava-os em seu colo e eu, postado de pé, segurava as perninhas. Fazia-se então o procedimento.

Ficava pensando: meus filhos devem achar que lhes fazemos uma terrível maldade. Como deve ser perverso o funcionário que trouxe aquela agulha enorme e lhes enfiou pelas nádegas. Em suas mentes infantis, jamais conseguiriam entender que aquele breve incômodo os livraria de enormes sofrimentos depois.

Artur Riedel, a respeito disso, construiu a seguinte imagem: uma criança brincava na sala, quando uma belíssima abelha dourada entrou pela janela e começou a dar voos rasantes. A criança, extasiada com aquele inseto tão diferente, movimentou-se para pegá-lo; queria o inseto como quem deseja um brinquedo todo especial.

No entanto, quando a abelha se vê perseguida, foge pela mesma janela de onde entrou. A criança, então, põe-se a chorar convulsivamente: não realizou seu desejo! Um adulto que assistisse à cena pensaria: está chorando porque não realizou seu desejo, mas choraria muito mais se o tivesse atingido e levado uma ferroada.

Como muitos de nós ainda somos crianças do ponto de vista espiritual, Deus, através dos Espíritos bons, muitas vezes, nos

protege de “ferroadas” na vida, lançando mão de recursos que, a princípio, nos são frustrantes e desagradáveis.

Escreveu o Espírito André Luiz, através de Chico Xavier:

- Geralmente, quando os nossos amigos encarnados gritam, chorosos, por socorro, nosso serviço de assistência já se encontra completo. Outros benfeitores, muito mais elevados que aqueles dos quais podemos guardar conhecimento direto, velam por nós e inspiram-nos, devotadamente, no campo das obrigações comuns, sem que vejamos a sua forma de expressão nos trabalhos referentes aos divinos desígnios.

29 – Cura espiritual

A mediunidade é uma faculdade humana, mais desenvolvida em algumas pessoas do que em outras, que permite aos Espíritos desencarnados se manifestarem, de forma mais ostensiva, no mundo corpóreo.

Quando exercida de forma responsável, pode produzir resultados excelentes, esclarecendo Espíritos perturbados, fornecendo informações sobre a realidade espiritual e contribuindo no alívio das aflições humanas.

O texto que se segue registra um belo exemplo da força da mediunidade, quando focada no bem. Foi escrito por meu pai e publicado na revista eletrônica oconsolador.com.

Minha sogra Ladinha (Geralda Alves Baesso) tinha uma ferida estranhíssima na perna, talvez ruptura de uma das varizes, inúmeras varizes, que povoavam suas pernas. Ladinha morreu há alguns anos, mas continua sendo minha sogra querida a quem recebo, de vez em quando, em minha casa, com extrema alegria. Mulher criada à moda antiga tinha horror a médico. Médico só para amigo como a da amizade dela com o Dr. Armando, que iluminou durante vários anos o céu e os lares de Guarani com o seu incomparável saber. Nenhum outro. Falar com ela em consultar um médico era convidá-la a uma crise de mau humor. Gostava mesmo era do chazinho da sua avó.

Mas aquela ferida era uma agressão à natureza e à vida. Não reclamava. Quantas vezes, por qualquer esbarrão, a ferida se abria e jorrava sangue para todo lado. Uma pena.

Um dia, numa das sessões mediúnicas que eu presidia, chegou um Espírito, com um sotaque meio arrevesado, que soltou essa, sem ninguém perguntar:

– Tenho um remédio que cura qualquer ferida (Parece até que aquilo era um recado para mim, preocupado sempre com o problema da sogra.).

Entusiasmado, pedi-lhe a receita. Não pôde dar porque a essência que curava era de uma planta que não existe no Brasil. Somente num cantão da África onde levara sua última existência.

Lamentei, mas ele me prometeu:

– Não tem importância, eu darei um jeito.

Pensamos que aquilo fosse brincadeira de quem outra coisa não tem a fazer. Terminamos a reunião, fomos para casa e não mais pensamos no assunto.

Qual não foi a minha surpresa quando, quinze dias depois, visitando Ladinha, vi sua perna limpinha, sem inclusive qualquer sinal que pudesse indicar que ali, durante anos, morara uma ferida tão persistente.

30 – Mais rico é quem tem menos necessidades

Laura Maria Braga Borges de Matos, médica pediatra e professora da UFJF, era neta de Ismael Gomes Braga, tarefeiro espírita do primeiro time. Ismael tinha o hábito de escrever cartinhas à neta querida. Algumas dessas cartas foram selecionadas por mim, e publicadas pelo *Instituto de difusão espírita de Juiz de Fora*, em um pequeno livro, denominado *Cartas a Laura*.

Em uma dessas cartas, o professor Ismael chama a atenção para algo que é tão óbvio, mas que, frequentemente, é esquecido: o valor que damos às coisas. Ele lembrava na carta que os trabalhos mais importantes, assim como os bens mais necessários, não são pagos. Quanto custam nove meses de aluguel dentro da barriga da mãe? Qual o preço de um carinho? De um beijo de amor? De uma noite indormida que a gente costuma passar ao lado do filho cuja febre maltrata? Quanto vale um conselho? Quanto vale o amor pela Pátria? E a generosidade dos bons? E o ar que nos sustenta? E o Sol que nos aquece? E a chuva que recompõe os nossos mananciais? E a fruta que você chupa no pé? Quanto valem essas coisas?

Gilberto Dimenstein, jornalista conceituado, morto em maio de 2020, veio a público, seis meses antes de sua morte, para narrar a dolorosa experiência que vinha passando: o tratamento de grave câncer de pâncreas com metástases ao fígado. Disse ele, em entrevista à Folha de São Paulo:

- Aquele Gilberto Dimenstein de antes do câncer morreu; câncer é algo que não desejo para ninguém, mas desejo para todos a profundidade que você ganha ao se deparar com o limite da vida. Não queria ter ido embora sem essa experiência, pois grande parte da minha vida foi marcada pelo culto a bobagens. É como se eu estivesse passando por um lugar lindo em um trem em alta velocidade: vendo tudo borrado.

Com o câncer começaram a aparecer coisas incríveis, as relações emocionais se sofisticam – só agora descobri a profundidade da relação homem/mulher; a pessoa do seu lado o tempo todo. Não conhecia essa cumplicidade nesse nível. Nós vivemos nos meios digitais a era da indelicadeza, 500 mil pessoas criticando. Eu acabei entrando no mundo das gentilezas. Cada pessoa tem uma palavra, um chá, uma oração, um olhar gentil. O outro mundo vai ficando ridículo!

A experiência da doença severa, da dor e da proximidade da morte ativa em nós pensamentos diferentes sobre a vida e nos sensibiliza para uma visão diferente das coisas. Bom seria se essas visões diferentes do habitual se instalassem independentemente da dor.

Jesus propôs isso, e grande parte de seus ensinamentos tinha como foco direcionarmos nossos desejos e nossas perspectivas para o belo, o bom, o justo, o solidário, o sadio, o ético: “Busquem primeiro o reino de Deus...”

Simone Weil, a filósofa cristã francesa, dizia que nós sofremos certa deformação decorrente de nossa vida na atmosfera da sociedade contemporânea, e até nossas aspirações em prol de uma sociedade melhor trazem a sua marca. Nossa sociedade está atacada de uma mania única: a monomania da contabilidade. Para ela, nada tem valor se não pode ser registrado em francos e centavos, onde as coisas representam o papel dos homens e os homens representam o papel de coisas.

Segundo Simone, o mal essencial da humanidade é a substituição dos fins pelos meios. Considerava os fins como a vida humana em sua plenitude, ou seja, o ser espiritual e os meios como os recursos que permitem ao indivíduo desenvolver a sua espiritualidade: o comer, o beber, o fazer sexo, comprar o necessário à sobrevivência, possuir o essencial à vida etc.

Segundo essa filósofa, é essa inversão da relação entre o meio e o fim, essa loucura fundamental, que explica tudo o que há de insensato e triste no curso da história.

Revivendo Jesus, o Espiritismo nos convoca a examinarmos atentamente o que temos cultuado em nossa vida. Bobagens? Tolices? Futilidades? Inconsequências? Excessos? Aguardar o câncer, o sofrimento atroz ou perdas doídas para ativarmos atitudes de vida saudável e produtiva é desnecessário. Podemos fazer isso agora!

31 – Ser bom e esclarecido

Trabalho há trinta e seis anos no SUS, como clínico e reumatologista, e todos esses anos me levaram à seguinte constatação: a ignorância é tão nociva quanto a pobreza; duas condições relacionadas às aflições humanas.

Muitas pessoas sofrem, não pela falta dos recursos materiais necessários à sobrevivência, mas pela falta de informação, esclarecimento, atenção, concentração, memória, que são recursos mentais ligados ao que se denomina habitualmente de desenvolvimento intelectual.

Recordo-me de vários pacientes que tiveram o seu tratamento prejudicado porque chegaram atrasados e perderam a consulta, ou esqueceram os exames e tiveram que remarcar para três meses depois, ou perderam a receita e não tomaram o remédio, ou confundiram o que estava escrito na receita e fizeram tudo errado, e muitas outras coisas.

Nunca me esqueci de uma moça, residente em um bairro de Juiz de Fora, com necessidade urgente de uma consulta, que não conseguiu localizar o Departamento de clínicas especializadas no PAM Marechal, onde eu atendia, porque, em vez de ir em direção ao Parque Halfeld, foi em direção ao bairro Bom Pastor. Quando chegou ao local, com 1 hora de atraso, eu já havia deixado o prédio.

Inúmeros estudos têm mostrado que um mundo mais informado é um mundo menos violento, mais saudável e com maior expectativa de vida.

Dentre os vários fatores relacionados ao progresso intelectual-moral da humanidade, chama a nossa atenção uma delas: o

aumento na produção de livros, o hábito da leitura, o esclarecimento e o incremento das informações.

A leitura (até mesmo de romances) promove uma mudança de mentalidade, pois ler é uma tecnologia para mudança de perspectiva. Quando nós temos na cabeça os pensamentos de outra pessoa, observamos o mundo do ponto de vista dessa pessoa, o que nos seduz a pensar e a sentir como pessoas muito diferentes de nós mesmos, elevando grandemente o espírito da tolerância e do respeito, e ampliando nossa capacidade de amar.

Tudo isso havia sido dito por Alan Kardec em meados do século dezenove: o progresso intelectual estimula o progresso moral, fazendo compreensíveis o bem e o mal. O homem pode, então, agir com conhecimento de causa. Por isso, Kardec, sempre que se referia ao desenvolvimento espiritual, falava das duas formas de progresso: o moral, que se refere às qualidades morais, e o progresso intelectual, relacionado à inteligência, à memória, à concentração, à atenção e ao raciocínio.

Aprendemos com a Doutrina espírita que não basta sermos bons; devemos ser bons e instruídos.

32 – A calma é garantia do êxito

Certo conhecido era um bom companheiro do nosso centro, o IDE-JF, no bairro Santa Luzia. Psicólogo clínico, possuía uma boa clientela. No centro, vinculara-se à tarefa mediúnica na condição de esclarecedor. Também dava passes nas reuniões públicas. Conversávamos, sempre que possível, antes e depois das tarefas do centro; sempre amável, inteligente, estudioso. Há alguns anos, deixou Juiz de Fora e não tive notícias dele.

Certo dia, seu filho adolescente acidentou-se e como ele encontrava-se com pacientes no consultório e sua esposa ocupada na escola, orientou que ele procurasse um atendimento ortopédico. Ele iria logo depois.

Cerca de 90 minutos depois, deslocou-se para o Centro Médico Rio Branco para pegar o garoto, que, a seu ver, já devia ter sido atendido há bastante tempo. Mas, lá chegando, verificou que o menino ainda se encontrava na sala de espera, aguardando ser chamado.

Ele viu-se, então, invadido por uma raiva imensa. Pensou logo que seu filho, por ser um adolescente, havia sido preterido por outros que, certamente, passaram na frente do garoto. Dominado pela indignação, antes mesmo de conversar com o filho, pôs-se a gritar com as funcionárias, valendo-se de palavras chulas e ofensivas.

Nesse momento, estou chegando à clínica para iniciar meu atendimento e deparo-me com o nosso conhecido, tremendamente irritado.

Curiosamente, quando me viu, parece que levou uma espécie de choque (tudo isso ele me contou depois), pois minha pre-

sença funcionou como uma espécie de gatilho, levando-o a dar-se conta da atitude que tomara, em absoluta contradição com tudo aquilo que estudávamos no centro espírita.

Ele, então, se refez como que por milagre e, quando veio conversar comigo, seu filho levantou-se da sala de espera, aproximou-se de nós e disse:

- Pai, ninguém passou na minha frente! Todos estavam aqui quando eu cheguei.

33 – Prece: poderoso mecanismo de defesa espiritual

Tratava-se de uma garotinha de 4 anos, que vinha sofrendo uma estranha mudança de comportamento. Sempre que o pai chegava em casa, retornando do trabalho – era bancário – a menina ficava em pânico; desesperada, apontava para o pai, gritando, fugia para o quarto e chorava convulsivamente até adormecer. Isso se dava de segunda a sexta, sempre no mesmo horário, por volta das 19 horas, coincidindo com a chegada do pai.

O pediatra da pequena cidade mineira de Guarani, onde residiam, não sabia explicar o que se passava. Tampouco o padre local.

Sem saber o que fazer e como agir, a mãe e as tias da garotinha, embora de tradição religiosa católica, pediram ajuda ao modesto centro espírita local. A orientação foi a seguinte: que familiares e amigos se reunissem, na residência da família, se possível, todos os dias, lessem uma página edificante e fizessem uma oração.

A sugestão do centro foi seguida, e, em poucas semanas, o problema desapareceu por completo.

A explicação veio depois: o pai, ao retornar da agência bancária onde trabalhava, passava por um boteco da cidade, e, juntamente com alguns colegas do banco, tomavam umas cervejas. Ao retornar para casa, levava consigo alguns Espíritos desencarnados, ainda ligados ao álcool. A criança via aqueles Espíritos e entrava em pânico. A prece coletiva no lar teceu defesas ener-

géticas em torno da residência, de forma que os Espíritos não conseguiram entrar.

Lembra o Espírito André Luiz que o hábito da prece coletiva em família, da leitura edificante ou do estudo do Espiritismo no lar não são tão só um curso de iluminação interior, mas também processo avançado de defesa exterior pelas claridades espirituais que acende em torno da residência. O trabalho da prece é mais importante do que se pode imaginar no círculo dos encarnados. Não há prece sem resposta. E a oração, filha do amor, não é apenas súplica. É comunhão entre o Criador e a criatura, constituindo, assim, o mais poderoso mecanismo de defesa espiritual que conhecemos.

34 – Vantagens de fazer o certo

O prédio onde atendo os pacientes do SUS é servido por três elevadores. O mais antigo deles (comenta-se que é da época de Getúlio Vargas) é reservado para os funcionários, e os outros dois, maiores e mais novos, destinam-se aos pacientes.

Diariamente, o elevador dos funcionários está repleto de... pacientes. Na porta do dito elevador, em letras garrafais, pode-se ler: *Apenas para funcionários*. Frequentemente, observo que as pessoas chegam, param em frente a ele, leem o aviso e entram assim mesmo.

Sempre que me deparo com essa cena, penso com meus botões: por que é tão difícil fazer o certo? A energia gasta para entrar nos elevadores é a mesma, por que, então, não seguir o que está sendo solicitado pela gerência?

O tema é complicado, mas acho que podemos tentar uma explicação. Informa o *Livro dos Espíritos*, que as leis de Deus estão gravadas em nossa consciência. Assim, ninguém pode alegar ignorância. Fazemos o errado, sabendo o que é o certo. Estudos com bebês de menos de 2 anos mostraram que eles podem, muitas vezes, diferenciar o certo do errado, e o justo do injusto.

Mas por que, então, insistimos em fazer a opção errada? Penso que isso acontece porque a opção errada nos é mais “vantajosa”, considerando, apenas, o imediatismo da vida. Ou melhor, nós pensamos ser mais vantajosa. Aí, fala mais alto o egoísmo, que Allan Kardec considerava como a fonte de todas as imperfeições humanas.

A vantagem pode ser de natureza material, como dinheiro e propriedades (adquiridas com o furto, o roubo, a propina, por exemplo), relacionada com o tempo (ultrapassar o sinal vermelho ou parar onde não pode para agir mais rápido).

Mas a vantagem pode ser também emocional: sentir-se forte ou sentir-se superior por não “precisar” seguir as regras, chamar a atenção, ou destacar-se perante as pessoas por ser ousado e corajoso.

A verdade é que temos muitas dificuldades em levar uma vida honrada. Aí estão o empresário e o político que enriqueceram através de propinas e desvio de dinheiro público, os guardas e fiscais que aceitam uns trocados para facilitar as coisas, ou os ladrões comuns, os traficantes, os assaltantes de banco. Diante de tudo isso, há quem acredite que não vale a pena ser honesto. Quando homens reconhecidamente desonrados desfilam em seus carros de luxo ou são vistos em suas mansões, podemos ter a impressão de que o crime compensa.

Grande engano pensarmos assim. Não podemos acreditar nas aparências e precisamos examinar essas condições com mais profundidade.

Primeiro, esses homens não conhecem o contentamento real: vivem atormentados pelo medo de serem pegos pela polícia e ficarem eles e seus familiares desmoralizados pela opinião pública. Muitos acabam se viciando em drogas e álcool, tomando altas doses de calmantes e sendo obrigados a lidar com outros tantos bandidos que, muitas vezes, vivem de chantagens e de exigências absurdas. Seus filhos, por outro lado, muitas vezes, só lhes trazem aborrecimento pois, seguindo o exemplo dos pais, eles se perdem nas trilhas do crime.

Segundo, muitos deles são descobertos, mortos na flor da idade ou passam longos anos na cadeia, afastados da família. É curioso notar que a população carcerária, em maioria esmaga-

dora, é formada de pessoas jovens, o que nos leva a pensar que bandidos raramente envelhecem, pois morrem antes.

Terceiro, em algum momento, a consciência vai cobrar deles as atitudes más. Eles tomarão ciência do sofrimento ocasionado e só encontrarão a paz quando repararem todo o malfeito. Nossa consciência é um juiz implacável. Durante algum tempo, conseguimos resistir aos seus apelos, sempre à custa de muita angústia e desespero, mas o momento do despertar surge sempre. Só o bem tranquiliza a alma e dá a alegria de viver. Quando lesamos o outro, lesamos a nós mesmos, pois todos estamos interligados na teia do amor divino.

Existe a história de um homem que começa a fazer um furo no barco onde ele se encontrava. Reprovado pelos demais passageiros, retrucou que nada tinham a ver com sua atitude, pois fazia o buraco sob seu próprio assento. Consciência coletiva não é mero jogo de palavras ou frase de efeito político, mas representa a nossa própria sobrevivência. É infantilidade de nossa parte acreditar que nossas ações não têm consequências. Tudo na vida tem as suas consequências. Se não conseguimos identificá-las na atual existência, certamente, as veremos nas existências seguintes.

Apenas, quando jogamos dentro das regras, damos significado profundo a nossa vida. Somente o que adquirimos através do trabalho honesto nos pertence de verdade.

Escreveu Allan Kardec:

Propriedade legítima só é aquela que foi adquirida sem prejuízo de outro.

35 – Mudar não é fácil, mas é possível

Quando mudamos para o prédio em que residimos hoje, notamos uma coisa curiosa. Quando chegávamos no nosso andar, Vítor, meu filho caçula que tinha à época cerca de dez anos, apertava alguma coisa no elevador.

Até que um dia, a curiosidade venceu, e eu perguntei:

- O que você aperta no elevador? Afinal, já chegamos em nosso apartamento!

E ele:

- Ora, pai. Aperto o térreo. Lá embaixo será mais útil do que aqui no nosso andar, onde moramos só nós mesmos.

Desse dia em diante, todos nós, Karla, meu filho mais velho, o Estêvão, e eu, adquirimos um novo hábito: devolver o elevador ao térreo onde é útil a um número maior de pessoas.

O exemplo é singelo, mas exemplifica como as mudanças para melhor são possíveis, desde que nos interessemos por elas.

Muita gente pensa que nossas más inclinações, por fazerem parte de nossa personalidade, vão nos acompanhar a vida toda, não podendo ser eliminadas. Esse é o significado do dito popular *pau que nasce torto morre torto*. Essa ideia foi divulgada também pela música Gabriela, tema de abertura da novela da TV Globo, no ano de 2012: *Eu nasci assim, eu cresci assim, e sou mesmo assim. Vou ser sempre assim*.

Se isso fosse verdade, de nada valeriam nossos esforços para vencer as inclinações ruins. A reforma íntima seria um conceito

vazio, e, pensar nisso, seria absoluta perda de tempo. Mas, felizmente, esse pensamento está equivocado.

Por meio do autocontrole, podemos impedir que tendências e inclinações ruins se manifestem. Um estudo realizado com estudantes universitários na América do Norte mostrou que 80% deles tiveram vontade de matar outra pessoa nos últimos doze meses, mas nenhum deles fez isso. A mesma pesquisa mostrou que 35% dos estudantes do sexo masculino confessaram ter vontade de fazer sexo com uma mulher, sem o consentimento dela, violentando-a. Mas nenhum deles nunca fez isso.

Estudos na área da Psicologia têm mostrado que o autocontrole pode ser comparado com um músculo: se desenvolve mais quanto mais exercitado. Autocontrole é uma palavra usada para designar a força de vontade, o domínio que podemos exercer sobre os impulsos inferiores, como os vícios, a violência e muitos outros.

Os pesquisadores fizeram o seguinte: pediram a um grupo de pessoas que, durante certo tempo, fizessem coisas ou deixassem de fazer coisas que eram difíceis para elas, como, por exemplo: ficar sem comer doces, ingerir álcool, comprar coisas desnecessárias, não interromper ninguém enquanto o outro está falando, não comunicar nada pessoal, não iniciar frases dizendo *eu*, ficar sem ver TV, ler um livro por semana, nunca deixar a louça acumular na pia, caminhar 30 minutos por dia. Depois de várias semanas de treinamento, os participantes mostraram, através de testes específicos, um maior autocontrole em suas vidas, ou seja, quanto mais nos esforçamos para resistir às tentações, menos difícil fica controlá-las.

Podemos cultivar a faculdade do autocontrole ao longo do tempo, e as pessoas que fazem isso são mais saudáveis e mais satisfeitas com sua vida.

36 – Só é verdadeiramente livre quem aprende a obedecer

Tratava-se de uma estudante da turma de Medicina da SUPREMA, que demonstrava muito interesse nas aulas práticas, que eram dadas junto aos pacientes, no ambulatório do Hospital Maternidade Therezinha de Jesus. Educada com os pacientes e com os colegas, inteligente e participativa, mas tinha uma dificuldade: chegava sempre atrasada, 30, 40, às vezes, 50 minutos.

Eu procurava falar para a turma (é claro que se dirigia indiretamente a ela) que a pontualidade, além de um dever, é também uma forma de respeito e homenagem a quem nos espera ou depende de nós. Que o hábito de chegar em tempo é adquirido da mesma forma que o da irregularidade de horários e outras coisas mais. Não resolvia; ela continuava com os mesmos atrasos.

Certo dia, voltou-se para mim e disse:

- Ricardo, minha mãe vai se consultar com você. Marquei para ela.

Eu disse, então:

- Ótimo, vamos vê-la direitinho.

Duas semanas depois, chega sua mãezinha ao meu consultório, uma senhora inteligente, educadíssima, mas com 1 hora de atraso.

É possível que a falta de pontualidade, de compromisso ou de respeito ao tempo dos outros tenha um componente familiar, talvez vinculado à convivência em comum, mas,

independentemente disso, é um hábito negativo, que deve ser considerado como uma má inclinação humana, pois traz prejuízos a terceiros. Quantas consultas médicas são perdidas na rede pública de assistência à saúde pelo fato, muito frequente, de pessoas agendarem a consulta e não comparecerem, sem nenhum aviso prévio!

A palavra disciplina vem da palavra discípulo. Discípulo é aquele que aprende com seu mestre segundo um método. Disciplina significa fazer as coisas, ou mesmo viver, com método, organizadamente, responsabilmente, pensando que o tempo e os compromissos das pessoas têm um valor, que precisa ser considerado.

Pode ser considerada como a obediência ao conjunto de regras e normas que são estabelecidas por determinado grupo. Também pode se referir ao cumprimento de responsabilidades específicas de cada pessoa.

Do ponto de vista social, a disciplina ainda representa a boa conduta do indivíduo, ou seja, a característica da pessoa que cumpre as ordens existentes na sociedade. Nesse aspecto, o oposto de disciplina é a indisciplina, quando há a falta de ordem, regra, comportamento ou de respeito pelos regulamentos.

A disciplina é uma virtude; a indisciplina, uma imperfeição que traz danos físicos e psíquicos àqueles que são obrigados a conviver com o irresponsável.

37 – Onde está o seu tesouro, aí estará o seu coração.

Dr. Armando Xavier Vieira, médico humanitário e líder político, foi uma criatura ímpar. Os antigos habitantes de Guarani, na zona da mata mineira, lembram-se dele com muito respeito e carinho, pela sua competência profissional, seu amor à profissão e pela dedicação aos doentes, independente de cor, sexo ou condição social.

Dr. Armando gostava de um cigarrinho, e, durante muitos anos, era sempre visto com um cigarro entre os dedos. Morreu de câncer de pulmão. Fumava até mesmo durante as consultas. Sobre a mesa de seu consultório, via-se um cinzeiro repleto de cinzas e bingas de cigarro.

Uma vez, atendia um senhor da zona rural acometido por grave enfisema pulmonar tabágico. Depois de examinar o doente, acendeu um cigarro e pôs-se a conversar com ele:

- Se o senhor não parar de fumar, vai morrer!

E, mostrando a radiografia, disse:

- Olha só como estão pretos os seus pulmões!

Conta-se, então, que o cidadão se voltou para ele e disse:

- Dr. Armando, o senhor está mandando eu parar de fumar, mas já fumou dois.

E ele, prontamente:

- Você veio aqui para tratar do seu enfisema ou do meu?

Alguns meses depois da morte do Dr. Armando, fui visitar um valoroso médium da Casa Espírita, na rua Sampaio, em Juiz

de Fora, que conhecera o médico guaraniense. Era o Sr. Geraldo Ribeiro, que se encontrava acamado, em virtude de moléstia grave.

Conversa vai, conversa vem, perguntei ao Geraldo:

- Caro amigo, tem notícias do Armando, na dimensão espiritual?

Ele, prontamente:

- Sim, vejo-o sempre. É uma coisa curiosa: continua fumando.

Uma explicação: não é que o Espírito esteja fumando de verdade. O que acontece é o seguinte. O corpo do Espírito depois da morte (perispírito) é formado segundo os moldes mentais, mantidos pelo Espírito. Se um cidadão tivesse por hábito usar um chapéu, é provável que, depois de morto, seja visto com um chapéu sobre a cabeça. Assim se deu com o Dr. Armando que, quase a vida inteira, conviveu com o hábito do tabaco. Sua mente, ao plasmar seu corpo espiritual, plasmou o cigarro junto.

Fato semelhante se deu com Manoel Quintão, também fumante inveterado, importante dirigente da *Federação Espírita Brasileira*, morto em 1954. Segundo relato de Chico Xavier, Quintão sentia-se profundamente constrangido, nos primeiros meses de seu desencarne, quando, na presença de vultos importantes do movimento espírita, como Dr. Bezerra, vinha-lhe a vontade de fumar. Imediatamente surgia, entre seus dedos, um cigarro.

Cerca de um ano mais tarde, recebi um recado do Geraldo, por meio de um amigo comum:

- Diga ao Ricardo que o Armando parou de fumar.

Com o tempo, ele aprendeu a criar pensamentos novos, e sua mente se libertou do condicionamento do vício. Assim, já não mais plasmava o cigarro entre os dedos.

A esse respeito, Chico Xavier comentou, no livro *Lições de Sabedoria*, que, quando a vontade do interessado não está sufi-

cientemente desenvolvida para arredar de si o costume inconveniente do fumo, o tratamento dele, no mundo espiritual, ainda exige quotas diárias de sucedâneos dos cigarros comuns, com ingredientes análogos aos cigarros terrestres, cuja administração ao paciente diminui, gradativamente, até que ele consiga viver sem qualquer dependência do fumo.

38 – Cuidado para com nós mesmos

Estêvão, meu filho mais velho, teve um sonho com meu pai, pouco tempo depois de seu desencarne, que acredito ter sido um encontro espiritual.

Em certo momento do diálogo, Estêvão perguntou-lhe se o que ele havia encontrado no mundo espiritual tinha a ver com tudo aquilo que ele havia lido nos livros espíritas. Meu pai respondeu que sim e fez um comentário curioso:

- Tem pouca comida!

O Espírito André Luiz informa que a colônia espiritual *Nosso Lar* oferece cursos para superação do medo. Penso que devem existir também treinamentos mentais para superação da fome, da sede, do sono, do desejo sexual, que são condicionamentos muito fortes que levamos para o além. E, ainda, cursos para vencer a pressa, a ansiedade, o mau humor e outros.

Kardec verificou, desde os primeiros contatos com os seres desencarnados, que a morte não promove nenhuma mudança extraordinária em nosso jeito de ser e de pensar. Despertamos, no além, com os mesmos traços de personalidade que nos caracterizava enquanto vivendo no plano físico. Continuamos tristes, se éramos tristes; aflitos, se éramos aflitos; preguiçosos, se éramos preguiçosos; estudiosos, se éramos estudiosos; dependentes, se éramos dependentes; generosos, se éramos generosos etc.

Seremos convidados, no além, a expandirmos as inclinações boas e promovermos esforços para superarmos as más. Aí, talvez, o papel dos diferentes cursos (haja cursos para muitos de nós).

Diante de tudo isso, devemos nos perguntar: por que não começarmos já? Por que não organizarmos o nosso curso pessoal de superação de tendências infelizes? Ganhamos tempo e poupamos trabalho aos nossos futuros instrutores.

39 – A transformação moral se dá no encontro com o outro

Quando Jesus percebeu que seus discípulos mais próximos já haviam adquirido o conhecimento mínimo das realidades espirituais, separou-os em duplas e disse:

- Sigam e preguem o evangelho, curem os leprosos e outros doentes, ressuscitem os mortos e expulsem os demônios. Vocês receberam sem pagar; portanto, deem sem cobrar.

Jesus estava mostrando que a transformação moral se dá, sobretudo, a partir do interesse pelo bem-estar geral, desenvolvendo uma ação que cuida do melhoramento pessoal e do melhoramento coletivo. Praticar a reforma íntima, estando recostado confortavelmente no sofá da sala, é enganar a si mesmo. O egoísmo, que Kardec considerou a fonte de todas as imperfeições humanas, só pode ser combatido com a caridade, e a caridade só se estabelece na convivência com os outros.

Kardec escreveu, na conclusão do *Livro dos Espíritos*:

Quando o homem tiver a soma de felicidade que o progresso intelectual lhe pode dar perceberá que essa felicidade não é completa, reconhecendo que ela é impossível sem a segurança das relações sociais. E esta segurança ele só a encontrará no progresso moral. Então, por força das circunstâncias ele mesmo impulsionará o progresso nesse sentido.

Kardec esclarece com muita clareza: podemos alcançar tudo de bom que o progresso material oferece (conforto, boa comida, viagens, luxo etc.) e, ainda assim, não seremos felizes. Se todos os que convivem conosco não possuírem o essencial para uma vida digna, nossa felicidade não será possível, pois nos faltará

a segurança das relações sociais, ou seja, estaremos sempre em perigo, correndo o risco de sermos atingidos pela criminalidade, que, em grande parte, é resultado da injustiça social.

É também por isso que devemos fazer a nossa parte, colaborando no progresso moral da sociedade, instruindo, esclarecendo, socorrendo e tudo fazendo para reduzir a absurda desigualdade social existente em nosso meio.

Pensei muito sobre isso ao me encontrar, em um Congresso de Reumatologia no Rio de Janeiro, com um colega, residente na “cidade maravilhosa”. Trata-se de um médico profissionalmente muito bem-sucedido: uma bela clínica na zona sul, carro importado, uma mansão na Barra da Tijuca e viagens constantes à Europa.

Perguntei-lhe, como fazemos de costume:

- E aí? Tudo bem?

Para minha surpresa, denotando pesar e angústia, ele respondeu:

- Tudo bem, Ricardo? Como pode estar bem alguém morando no Rio de Janeiro?

E passou a me relacionar dados, que tinha na ponta da língua:

- Só no mês passado, foram aproximadamente 600 assassinatos, 300 roubos de cargas, 6 mil roubos de casas e 2 mil roubos de veículos. Minha clínica foi assaltada duas vezes, por bandidos armados. Fui obrigado a contratar uma firma caríssima de segurança para o consultório e para minha casa e blindar meu carro. E mais, só saio de carro e só vou ao shopping ou em casa de amigos. Está vendo, insistiu comigo, como não dá para viver bem aqui?

Respondi, pensativo:

- É verdade, não dá mesmo!

E me despedi dele convencido, mais uma vez, de que pouco vale o sucesso pessoal e financeiro, estando em um mundo onde a miséria, a desigualdade e a falta de oportunidades vigoram para a maioria, e nada fazemos para mudar as coisas.

40 – Dois erros não fazem um acerto

Meus dois filhos eram bem pequenos e haviam feito alguma coisa muito errada.

Coloquei-os sentadinhos no sofá da sala, e eu, em pé, na frente deles, com a cara mais brava do mundo, perguntei:

- E agora? O que é que eu vou fazer com vocês?

Um deles respondeu, prontamente:

- Conversa com a gente, pai!

Punir ou conversar, qual a atitude mais eficaz? A questão vem à tona quando nos deparamos com o grave problema da criminalidade. O que fazer com os criminosos?

Estudando, atentamente, o pensamento de Allan Kardec, propomos enfrentar o problema a partir de quatro atitudes:

Primeira atitude: limitadora do dano.

Indivíduos que ainda não se encontram em condições de viver em sociedade, em decorrência de seu comportamento, devem ser afastados dela, até que demonstrem o desejo sincero de mudança de comportamento.

O afastamento provisório do faltoso tem três finalidades: poupar a sociedade de sua ação deletéria, impedir que ele continue agravando seu comprometimento espiritual e levá-lo a refletir em torno de sua ação equivocada, por meio de uma ação corretiva e educadora.

Na obra *Memórias de um suicida*, recebida pela mediunidade de Yvonne Pereira, o autor espiritual relata que, no Hospital Maria de Nazaré, que se responsabiliza pelo acolhimento de suicidas, existe um local destinado à reclusão de grandes criminosos, e que ali são detidos até que demonstrem sinais de arrependimento. Um desses criminosos, Agenor Penalva, ali se encontrava há 38 anos.

Necessário enfatizar que esses locais precisam ser obrigatoriamente condizentes com a dignidade humana, e nunca depósitos cruéis de seres humanos.

Segunda atitude: compassiva.

Lemos no *Livro dos Espíritos* que *a justiça não exclui a bondade*, pois jamais devemos tratar com desprezo o nosso semelhante, independentemente de qualquer coisa. Se agirmos em relação ao criminoso de forma equivalente àquela em que ele tem agido em relação à sociedade, nós nos igualamos a ele e perdemos a autoridade para corrigi-lo. Lembra Kardec que *autoridade legítima é a que se apoia no exemplo que dá do bem*.

Assim, a tortura, a desconsideração, a humilhação e os maus tratamentos apenas agravam o rancor que muitos nutrem em relação à sociedade e em nada contribuem em seu melhoramento moral. Além de ser uma atitude covarde e incompatível com os princípios cristãos.

Terceira atitude: instrutiva.

Os índices de criminalidade são muito menores nas nações com mais alto nível de escolaridade e estudos. Oferecer ao falto as oportunidades de esclarecimento, estudo e formação profissional deveria ser prioritário.

Quarta atitude: educadora.

Agenor Penalva, asilado no Hospital Maria de Nazaré, há 38 anos, recebia visita diária de um sacerdote/psicólogo que dialogava longamente com ele, apresentando-lhe os princípios fundamentais da ética universal da criatura humana. Embora as leis morais existam na consciência humana, muitos de nós as esquecemos, e torna-se necessário que nos sejam lembradas.

Comenta Kardec que: *não há culpados que se não possam regenerar por meio da persuasão e do exemplo [...]. Os Espíritos, por mais perversos, acabam por corrigir-se com o tempo. O fato de muitas vezes ser impossível regenerá-los prontamente, não importa na inutilidade de tais esforços. Mesmo a contragosto, as ideias sugeridas a tais Espíritos fazem-nos refletir. São como sementes que, cedo ou tarde, tivessem de frutificar.*

41 – Pela paciência é que possuiremos nossas almas

O pensamento de Jesus, segundo o qual possuímos nossa alma, ou seja, somos senhores de nós mesmos e conseguimos o controle sobre nossas ações, com a aquisição da paciência, dá a essa virtude um valor extraordinário.

Realmente, a impaciência está na origem de muitas atitudes humanas que são bastante prejudiciais ao semelhante, atropelando-o, não o ouvindo adequadamente, desrespeitando os seus direitos, não dando a ele o tempo que precisa, ou as respostas que necessita etc. Além dos inconvenientes que causa ao próprio impaciente: pressa, angústia, desespero, aflição, tarefas incompletas ou malfeitas.

Desenvolver em nossa intimidade essa virtude é algo que não deve ser desconsiderado. Alguns Espíritos solicitam ou aceitam certas experiências com o justo objetivo de desenvolver a paciência.

Cito um caso ilustrativo envolvendo um primo de minha mãe, José Eduardo Baesso, radicado na cidade do Rio de Janeiro. Por volta dos 40 anos de idade, ao submeter-se a um tratamento dentário, o anestésico aplicado acarreta-lhe uma crise hipertensiva com ruptura de um aneurisma cerebral.

Durante cerca de 40 dias, José Eduardo esteve em estado de coma, sob a supervisão amorosa da mãe, da esposa e dos amigos, até que veio a falecer.

Algumas semanas depois, encontrava-me em uma reunião de intercâmbio mediúnic, na cidade mineira de Guarani, quan-

do ele se apresenta através de um médium que ignorava toda a sua história. Agradece, emocionado, o carinho de todos, envia saudações à mãe e à esposa, e, ao despedir-se, diz:

- Os quarenta dias em que meu corpo permaneceu em estado de coma foram mais importantes para mim do que todo o período da atual existência. Só o corpo estava inerte. Eu presenciei tudo, ansiava pela volta ao corpo, sofria pelas limitações físicas e fui levado a construir dentro de mim valores de paciência e serenidade.

Efetivamente, todos que conheciam José Eduardo se surpreendiam com sua inteligência invulgar, mas com sua notória impaciência, incapaz de aguardar qualquer coisa, impulsivo, agitado, extremamente inquieto.

No livro *O mundo em que eu vivo*, recebido pela mediunidade de Zibia Gasparetto, o autor espiritual Silveira Sampaio conta que, visitando um vasto parque florido da colônia espiritual em que se encontrava hospedado, observou, junto a um canteiro, uma entidade, sentada à beira da estrada, enxada ao lado, pensativa. Aproximou-se, cumprimentando:

- Boa tarde.

- Boa tarde, respondeu o Espírito.

- Que beleza de lugar! Estou encantado com este jardim, prosseguiu puxando papo.

Ele olhou um pouco desconfiado. Querendo ser amável, Silveira indagou:

- É o jardineiro?

- Sou. Trabalho aqui.

- Ajudou a fazer este jardim?

- Eu?! Não. Sou só ajudante. Tenho a incumbência de cuidar das plantas, tirando o mato e regando.

- Deve ser muito agradável trabalhar aqui — tornou com um sorriso.

Ele deu de ombros:

- É o que me deram para fazer. Não me queixo. Sei que preciso submeter-me à disciplina. Preciso melhorar.

- Parece que não gosta muito daqui.

- Não é isso. Estou lutando para me acostumar. Mas, se quer mesmo saber, gostaria de estar em outro lugar. Fazer algo mais ativo, mais dinâmico.

- Como assim?

- Isto por aqui é muito parado. Na Terra, eu sempre morei na cidade. Sou da era moderna, do cimento armado, do progresso. Esse negócio de jardim, plantinhas e flores só é bom para criança, mulher e velho. Mas eu estou na melhor forma física.

- Pelo visto, não escolheu essa atividade, perguntou Sampaio.

- Bom, escolher eu escolhi, mas não por prazer. Sou da velocidade, do som e da máquina voando, a secura na boca, a ânsia, a emoção! Isso é vida!

Silveira indagou, admirado.

- E por que agora escolheu coisa tão diferente?

- Por necessidade. Deixei o corpo aos trinta e cinco anos, em plena saúde física, uma jovem esposa e um filho de três anos. Foi uma loucura.

E, então, explicou que sua morte se deu em decorrência do excesso de velocidade, da pressa, da impaciência. Sempre fora muito impulsivo, agitado, e o resultado foi triste para muita gente. Depois de vinte anos de perturbação no mundo espiritual, foi recolhido por amigos desencarnados, e lhe sugeriram ficar alguns anos, cuidando do jardim. Seria como um curso intensivo de paciência.

Segundo o Espírito Emmanuel, extraído do livro “Pronto-socorro”, *um notável sinal de paciência é aquele da pessoa que, interpelada por mais de cinco vezes, sobre o mesmo assunto atende sempre, com a mesma gentileza e com o mesmo tom de voz da primeira resposta.*

42 – Trabalhem pelo alimento que permanece para a vida eterna

André, um belo e inteligente garoto, filho de um amigo nosso, quando quer muito uma coisa, vale-se de uma estratégia curiosa: ele transforma um desejo em uma necessidade. Diz assim:

- Pai, eu estou precisando tanto tomar um sorvete!

Ou assim:

- Pai, preciso muito ir ao cinema no domingo!

Muitos de nós temos agido como o André: confundimos desejo, capricho, vícios e paixões com necessidades.

Necessidade deve ser entendida como os recursos que a vida exige para se manter. Alguns recursos mantêm o aspecto físico da vida: o ar, a água, o alimento, a reprodução, o trabalho etc. Outros recursos, também necessários, relacionam-se ao aspecto emocional da existência: conviver com aqueles que ama, exercer uma certa influência no meio em que vive, ser benquisto, sentir-se seguro etc.

Para diferenciar desejo de necessidade, a filósofa francesa Simone Weil propõe o seguinte pensamento: as necessidades são limitadas, finitas, se bastam. Os desejos, os vícios e as paixões são ilimitados, nunca são satisfeitos.

Qual o limite da avareza? Em que momento o avarento diz: basta, não preciso acumular mais, já tenho o suficiente?

Qual o limite da vaidade? Em que momento o vaidoso afirma: não preciso mais destacar-me?

Qual o limite do poder? Em que momento o mandonista desiste de buscar o poder e almejar o mando?

A resposta para as três indagações acima é *nunca!* São condições que retratam desejos, caprichos e paixões, e não necessidades reais.

Lembra, também, Simone Weil que, muitas vezes, nós só vamos descobrir o significado real do necessário em momentos de dor profunda ou de grave carência. Diz ela que *a desgraça simplifica tudo!*

O Dr. Ivo Pitanguí conta, em seu livro de memórias, que seu paizinho, acometido de grave enfisema pulmonar, vivia ligado a um tubo de oxigênio. Um dia, junto da família, conversavam sobre o que era necessário à felicidade. Depois de ouvir a opinião de todos, ele voltou-se e disse:

- Felicidade é um pouco mais de ar.

43 – Prazer não é felicidade

Dona Joaquina havia completado 80 anos quando fui visitá-la, atendendo a solicitação de um colega do centro, que acreditava que ela precisava de um reumatologista.

Residia, por caridade, em uma casa de cinco cômodos, ao lado do esposo e de uma ajudante, que os servia por caridade. Joaquina tinha uma forma gravíssima de Artrite reumatoide. Em decorrência da enfermidade, há mais de vinte anos, encontrava-se acamada, com todas as articulações bloqueadas. E ficara cega, também, em virtude da moléstia.

Quando a vi, pela primeira vez, verifiquei que ela já não precisava de médico. Nada havia a ser feito. Nem ela queria mais um médico, mas não dispensava um novo amigo.

Voltei a vê-la muitas vezes, e cheguei a medicar o esposo, às voltas com uma artrose de joelhos. Joaquina, sempre jovial, espirituosa, sem nunca se queixar de qualquer coisa. Não precisava de consolo; ela é que consolava os outros.

Um dia, ela me disse, rindo gostosamente:

- Veja como são as coisas Dr. Ricardo, as pessoas olham para mim, veem tudo o que eu sou, e ainda se queixam da vida!

Certa feita, eu a provoquei:

- Diga-me uma coisa, Joaquina, você, com todas as suas limitações, cega, imóvel em cima de uma cama, tem medo da morte?

E ela, jocosamente:

- Medo nenhum, mas também não tenho pressa. E sabe por quê? Eu sou feliz porque creio na reencarnação.

Joaquina me faz lembrar da diferença entre prazer e felicidade. Ela se considerava feliz e quase não usufruía dos desejados prazeres materiais.

Prazer é a sensação agradável que decorre da satisfação de um desejo.

Exemplo: tenho sede; meu desejo é beber um copo de água; ao ingerir um copo de água fresca, eu sou invadido por uma sensação agradável. Isso é o prazer; geralmente, possui um forte componente biológico.

Felicidade, por sua vez, é algo muito diferente, muito mais profundo e muito mais difícil de ser alcançado.

O *Livro dos Espíritos* define felicidade como o bem-estar íntimo que decorre da satisfação das necessidades materiais, da consciência tranquila e da fé no futuro.

Observamos, então, que são três os pré-requisitos para alcançarmos esse bem-estar íntimo, denominado felicidade:

1- A satisfação das necessidades materiais, ou seja, possuir tudo o que é absolutamente preciso para a manutenção da vida: alimento, água, ar, segurança etc.

2- Consciência tranquila, pois o sentimento de culpa impede qualquer possibilidade de paz interior.

3- Fé no futuro, que dá força para superarmos os momentos difíceis da vida.

Joaquina, apesar de todas as suas limitações, considerava-se feliz porque tinha o necessário à sua sobrevivência (não desejava nada além disso), a consciência absolutamente tranquila (vivera uma vida ética e compassiva), e a fé no futuro, pois acreditava na reencarnação.

44 – Todo aquele que se humilhar será exaltado

Recordo-me de uma reunião do Departamento de Farmacologia da UFJE, em que fiz um comentário ofensivo em relação a um colega ali presente. Ele não revidou, mas, depois, disse ao chefe do departamento que eu havia sido infeliz.

Meditando sobre o ocorrido, pensei que talvez ele tivesse razão. Procurei-o e me desculpei, acrescentando que levaria o pedido de desculpas para a próxima reunião. Como a ofensa tinha sido pública, o pedido de desculpas também deveria ser.

Em uma atitude de nobreza, ele voltou-se e disse:

- Peço que não faça isso. A nossa conversa já me bastou. Agradeço sua consideração.

Um pedido de desculpas pode ser uma das formas de reparação, termo proposto por Allan Kardec. Reparar, segundo Kardec, consiste em fazer o bem a quem se fez o mal.

Imaginemos um indivíduo percorrendo uma estrada estreita e que vai deixando atrás de si pregos, pedaços de vidro quebrado, arbustos venenosos etc. Mas, ao concluir seu percurso, dá-se conta de sua atitude equivocada e se arrepende. Se seu arrependimento foi sincero, o que fará? Retornará por onde andou, recolhendo tudo o que deixou no caminho. Aqui ou acolá, encontrará pessoas que se feriram, e cuidará delas, e é provável que também se fira.

Essa ilustração foi apresentada por um confrade do Rio de Janeiro, em palestra proferida em Juiz de Fora há mais de 30

anos, e sintetiza, de forma elegante, a lei da reparação: voltar para corrigir, amparar e socorrer.

É da lei de Deus que aqueles que causaram danos a outras pessoas retornem, um dia, ao encontro delas, para recompensá-las de alguma forma.

Isso deve ser, realmente, muito importante, pois Jesus fez desse tema um dos pontos capitais de sua mensagem. E Jesus foi além, mostrando que não precisamos aguardar uma nova encarnação para reparar; podemos começar a reparação já.

Disse Jesus:

Se você estiver oferecendo no altar a sua oferta a Deus e lembrar que o seu irmão tem alguma queixa contra você, deixe a sua oferta ali, na frente do altar, e vá logo fazer as pazes com o seu irmão. Depois volte e ofereça a sua oferta a Deus.

Se alguém fizer uma acusação contra você e levá-lo ao tribunal, entre em acordo com essa pessoa enquanto ainda é tempo, antes de chegarem lá. Porque, depois de chegarem ao tribunal, você será entregue ao juiz, o juiz o entregará ao carcereiro, e você será jogado na cadeia.

Eu afirmo a você que isto é verdade: você não sairá dali enquanto não pagar a multa toda.

45 – O contrário da inveja

Os defeitos humanos possuem, via de regra, virtudes que lhes são contrárias.

A paciência se contrapõe à impaciência; a caridade ao egoísmo; a humildade ao orgulho; a gratidão à ingratidão. E qual a virtude que se contrapõe à inveja?

Max Scheler, pensador alemão, morto em 1928, propôs a virtude da *congratulação*, como sendo o contrário da inveja.

O que é *inveja*? A inveja consiste na sensação de desprazer, angústia, raiva ou frustração com a alegria, o sucesso, a reputação ou a vitória de outra pessoa.

Vejamos um exemplo.

Eu tinha cerca de 14 anos e subia a rua São Sebastião, onde morávamos, quando um garoto, que devia ter a mesma idade que a minha, vestindo roupas surradas e muito sujas, ao aproximar-se de mim, retirou de uma vasilha restos de comida e atirou no meu rosto.

Levei um tremendo susto! Nós não nos conhecíamos. Refazendo-me do susto, perguntei:

- Por que você fez isso?

E ele:

- Porque você é rico!

Entre os judeus, os rabinos costumam dizer que o último mandamento da Lei de Deus é tão importante que foi necessário colocá-lo por último: *Não cobiçarás a casa do teu próximo, nem sua mulher, seu servo, seu boi e tudo que seja do teu próximo*. Este é o último dos Mandamentos, dizem os rabinos, porque aquele que o tiver cumprido terá, com certeza, cumprido os demais.

Um pastor que trabalhava em uma prisão conta um fato relacionado a um jovem que cumpria pena por ter assaltado e assassinado um rapaz de 18 anos, a sangue frio. O mais triste da história é que a vítima não havia resistido ao assalto e dera tudo que possuía ao assaltante. E, mesmo assim, foi morto. O pastor lhe perguntou: Mas por que você o matou se já tinha tirado o que queria? O preso lhe respondeu: *Porque senti uma imensa raiva ao ver que uma pessoa da minha idade (tinha 18 anos) havia podido desfrutar de uma infância com brinquedos, com pais, havia podido ir à escola, e eu nada tive disso. Eu não resisti ao ódio que senti naquele momento.*

Muitos acreditam que as redes sociais têm contribuído no agravamento desse fenômeno, pois o comentário maldoso ou a fofoca se espalham numa velocidade espantosa, dando à maledicência um alcance que ela não possuía no passado. A fofoca sempre encontra ouvidos desejosos do malfeito, ampliando e disseminando os fatos narrados, sem o cuidado, pelo menos, de verificar a veracidade deles. Se não nos interessasse esse tipo de assunto, a divulgação do malfeito perderia a graça e sua linha de propagação seria interrompida. Segundo o dito popular, o ouvido que escuta retrata a boca que fala.

Uma característica importante e comum dos invejosos é que eles sempre acham que aquilo que o outro conseguiu foi conseguido de forma injusta. Para ele, as pessoas nunca fizeram por merecer o que tem ou aquilo que conquistaram.

Se alguém elogia uma bela mulher, o invejoso diz: *Mas, também, cheia de Botox! Até eu!* Se alguém comenta sobre um jovem que passou em um concurso difícil, o invejoso alega: *Mas, também, sempre teve tudo de mão beijada; filhinho de papai!*

Mas o que nos interessa é o contrário da inveja – a congratulação.

Congratular-se é alegrar-se com a alegria alheia, felicitar-se com a vitória dos outros, comemorar o sucesso do próximo, estar junto deles quando boas coisas acontecem com eles, e compartilhar com eles, como se essas coisas tivessem se dado conosco.

Um dia seremos assim...

46 – Somos livres para fazer o certo

Um confrade muito estimado em nosso movimento espírita assumiu um cargo muito importante na UFJF. Ao ser indagado por que aceitara tal tarefa administrativa, na medida em que era um cidadão plenamente realizado do ponto de vista pessoal, familiar, profissional e religioso, ele respondeu:

- Estou cansado de ser mandado por quem é pior do que eu!

O fato nos leva a refletir sobre a grave questão da autoridade humana, e Kardec não se omitiu, dando o seu parecer. Ao examinar, no *Evangelho segundo o Espiritismo*, a passagem evangélica da mulher adúltera, Kardec colocou que *autoridade legítima é a que se apoia no exemplo que dá do bem*. E acrescentou que *a consciência íntima nega respeito e submissão voluntária àquele que, investido de um poder qualquer, viola as leis e os princípios que está encarregado de aplicar*.

Todos temos nos submetido (involuntariamente e a contragosto) a dirigentes de conduta ética pouco recomendável. Temos nos submetido porque a insubmissão civil levaria a sociedade para a anarquia, à balbúrdia e à violência. Mas, intimamente, sonhamos com o fim de todos esses desmandos. Estamos na expectativa de que nossos dirigentes sejam exemplos de boa conduta. Afinal, eles são observados por todos que, muitas vezes, se miram neles para tomarem certas atitudes.

Durante o julgamento do chamado *Mensalão*, que condenou, por corrupção, dezenas de políticos brasileiros, uma socióloga paulista, passeando pela praia de Copacabana, observou um engraxate cobrar cem reais, de um turista estrangeiro, pela

limpeza do par de sapatos. Ao adverti-lo quanto àquela atitude, ouviu dele o seguinte comentário:

- Esse aqui, dona, é o meu mensalão!

É claro que o exemplo deve vir de cima. Os que detêm o poder deveriam ser os primeiros a agir corretamente, mas ninguém é obrigado a imitá-los quando o que eles fazem não é certo.

Lembra o Espírito Emmanuel que cada um é livre para fazer o que deve ser feito, ou seja, agir sempre corretamente. Não somos obrigados a fazer o que fazem as autoridades desonestas e aproveitadoras, simplesmente porque elas fazem.

Devemos lembrar sempre que só temos um modelo e guia: Jesus.

47 – Ter razão ou sentir-se em paz?

Meu pai se aproximava dos oitenta anos. Saía de carro da garagem de casa, quando atingiu uma moto, ou foi atingido por ela, jogando o condutor ao chão. Felizmente, ninguém se machucou, e meu pai assumiu as perdas materiais.

Dias depois, meu irmão procurou-o e lhe disse que havia conversado com o motoqueiro e este colocara toda a responsabilidade pelo acidente no meu pai. Meu irmão, então, foi incisivo:

- Eu acho que você não deveria dirigir mais.

Tenho minhas dúvidas de que a responsabilidade tivesse sido de meu pai. Nunca conheci alguém que conduzisse um veículo como ele, com competência e muito cuidado. Mas, diante da fala de meu irmão, meu pai nada argumentou, e tampouco se justificou. Voltou-se para o Ronaldo e disse:

- Tudo bem, não vou dirigir mais.

Acredito que, com essa decisão, meu pai fez a opção pela paz em detrimento da razão.

O fato evoca o trecho de um artigo que Ferreira Gullar escreveu, na *Folha de São Paulo*, em uma coluna que possuía aos domingos:

- Numa de minhas intervenções, na Flip, em Paraty (RJ), em agosto passado, afirmei que uma das piores coisas do mundo é querer ter razão. Referia-me, implicitamente, à guerra entre judeus e palestinos, mas exemplifiquei com as brigas de casais. O cara insiste em ter razão, discute com a mulher, ela contra-argumenta, os dois se exaltam e, daqui a pouco, estão amuados, cada um no seu canto. Cheios de razão, mas infelizes. Não quero ter razão, disse eu, quero ser feliz.

O pensamento desse conceituado intelectual brasileiro remete-nos a algumas reflexões.

Por querer ter razão, nós infernizamos a vida dos outros, humilhamos afetos sinceros, desprezamos relações que sempre nos foram caras.

Por querer ter razão, nós nos exaltamos, ofendemos, encolerizamos e agredimos.

Por querer ter razão, nós nos magoamos com facilidade e construímos antipatias.

Por querer ter razão, perdemos boas oportunidades de estarmos bem, em paz com os outros e com a nossa consciência.

Conviver pacificamente com pessoas que pensam de forma diferente é indiscutível sinal de amadurecimento emocional. Deixar que os outros digam a última palavra e acreditem que venceram a discussão é evidência notável de que estamos vencendo o nosso eu inflado e nos preparando para voos espirituais mais altos. Calar diante do tolo, quando a sua fala não vai prejudicar ninguém, nos dá uma prazerosa sensação de que estamos avançando no árduo caminho da ascensão espiritual.

Afinal, o que conta mesmo é o que trazemos dentro de nós, os valores que cultivamos e as ideias boas que acalentamos em nosso mundo íntimo. Quando nos preocupamos excessivamente com a opinião dos outros, isso significa que damos mais importância aos outros do que a nós mesmos.

48 – Mais vale pouca virtude com modéstia do que muita com orgulho

Minha tia avó Elza Baesso, com frequência, era vista estudando o *Livro dos Médiuns*, obra escrita por Allan Kardec, que trata de aspectos científicos da Doutrina espírita.

Certo dia, comentei com ela:

- Puxa, tia Elza, a senhora gosta mesmo da parte científica do Espiritismo, não é mesmo?

E ela, com sabedoria:

- Não, meu filho, gosto mesmo é do *Evangelho segundo o Espiritismo*. Mas tenho mais facilidade com os temas ligados ao evangelho. Eu me dedico mais ao *Livro dos Médiuns*, porque sempre me pareceu mais difícil.

A resposta da tia Elza nos faz refletir sobre o conceito de humildade.

De todas as virtudes, a humildade, talvez, seja a de mais difícil entendimento.

Humildade não é ser crédulo, tolo, ingênuo.

Humildade não é ser covarde ou bajulador.

Humildade não é a falta de cuidado ou higiene.

Humildade não é ser pobre; muitos pobres são acentuadamente orgulhosos.

Humildade não é ser submisso, aceitar tudo, concordar com tudo.

Humildade não é negar o próprio valor.

Mas o que é ser humilde?

O Espírito Emmanuel define humildade como *o reconhecimento de nossa pequenez diante do universo*. Trata-se, portanto, de uma atitude íntima onde reconhecemos todas as nossas limitações diante da imensa realidade existente. Mas esse sentimento não nega o que já somos e já alcançamos e nos motiva a sermos mais e melhores.

Assim, vamos encontrar na humildade: (1) identificação de nossas imperfeições, (2) reconhecimento de nosso valor e (3) atitude de quem quer aprender e evoluir. Sem o reconhecimento de nossa pequenez, não nos colocamos na posição de aprendizes (achamos que nada há a ser aprendido). Sem a identificação do que já temos, não conseguimos saber para onde ir.

Imaginemos um cidadão que vai, pela primeira vez, à cidade do Rio de Janeiro, assistir a uma conferência no Hotel Copacabana Palace. Em certo momento, verifica-se completamente perdido, sem saber o que fazer. Encosta, então, seu carro, toma o celular e liga para um amigo que lá reside e indaga:

- Como faço para chegar ao Hotel Copacabana?

Obviamente, o amigo lhe fará a seguinte pergunta:

- Onde você está?

Se ele não souber dizer onde está, será impossível saber aonde ir.

Os três traços que caracterizam a humildade estão presentes na personalidade de Jesus. Recusou o adjetivo de bom, mesmo sendo um Espírito puro, mas aceitou o qualificativo de mestre. Não se considerava bom porque, diante de Deus, reconhecia sua pequenez, mas admitiu ser mestre, ou seja, o que ensina.

Isso também é evidente em Pitágoras. Um de seus contemporâneos, encantado com suas virtudes, lhe disse:

- Você é um sábio!

Ele retruca:

- Não, não sou; conheci muitos sábios, mas eu não sou. O que eu sou é um filósofo (amante da sabedoria).

49 – A boca fala do que está cheio o coração

No Novo Testamento, consta uma carta escrita por Tiago, um dos discípulos de Jesus. Nessa carta, encontramos profundas advertências em torno daquilo que falamos:

Alguém está pensando que é religioso? Se não souber controlar a língua, a sua religião não vale nada, e ele está enganando a si mesmo.

É isto o que acontece com a língua: mesmo pequena, ela se gaba de grandes coisas. Vejam como uma grande floresta pode ser incendiada por uma pequena chama!

A língua é um fogo. Ela é um mundo de maldade, ocupa o seu lugar no nosso corpo e espalha o mal em todo o nosso ser. Com o fogo que vem do próprio inferno, ela põe toda a nossa vida em chamas.

O ser humano é capaz de dominar todas as criaturas e tem dominado os animais selvagens, os pássaros, os animais que se arrastam pelo chão e os peixes.

Mas ninguém ainda foi capaz de dominar a língua. Ela é má, cheia de veneno mortal, e ninguém a pode controlar.

Tive a oportunidade de verificar a validade das ideias de Tiago em uma senhora que atendi certa feita.

Ela entrou na sala, acompanhada pela filha, e percebi logo tratar-se de um caso grave de artrite reumatoide. As articulações bastante inflamadas, a dificuldade em andar, sentar-se e levantar os braços e abrir e fechar as mãos. Tudo havia começado de forma súbita há menos de dez dias.

Indaguei quanto a fatores que poderiam estar relacionados ao surgimento da doença. A filha, então, esclareceu:

- Dr. Ricardo, algo muito estranho aconteceu com a minha mãe. Ela estava superfeliz, pois iria completar oitenta anos, e faríamos uma bela festa para ela. Alguns dias antes, foi ao salão fazer as unhas, o cabelo etc. Conversando com a funcionária, disse que estava muito feliz pois faria oitenta anos.

Lamentavelmente, a funcionária voltou-se para ela e disse:

- Se eu tivesse oitenta anos, dava um tiro na cabeça.

Ela saiu dali arrasada. Foi para casa, fechou-se no quarto, chorando convulsivamente e disse que não haveria festa alguma. Mergulhou num estado de profunda tristeza e, logo depois, as juntas começaram a inchar e a doer.

Percebi, pelo relato da filha, que o trauma emocional havia sido o gatilho para o desencadeamento da doença, fato relativamente comum em algumas doenças autoimunes. Procurei motivá-la com algumas palavras positivas, mediquei e pedi que retornasse em trinta dias.

Três dias depois, a filha me liga, comunicando o falecimento da mãezinha. Na madrugada anterior, acordara com fortes dores no peito. Levada ao hospital, diagnosticaram um infarto do miocárdio. Tudo foi tentado, mas ela não resistiu.

50 – Culpar-se não. Responsabilizar-se sim

A paciente se referia ao marido como a pior pessoa do mundo: desalmado, maldoso, insensível, machista e outras coisas mais. A sua enfermidade, caracterizada por dores crônicas, por todo o corpo, tinha nele a razão de ser. Na sua indiferença, no seu descaso, na sua impaciência.

Eu procurava dar à conversa um outro rumo, fazendo com que ela pensasse em outras coisas, tirando o foco do esposo. Nada conseguia. Medicava. Ela retornava, alguns meses depois, com os mesmos sintomas e com novos relatos envolvendo o esposo truculento. Foi assim, anos a fio, e eu acabei construindo uma imagem do esposo condizente com seus relatos.

Certa feita, chegam ao meu consultório, para uma consulta, duas jovens irmãs. Eram suas filhas. Conversamos longamente e, quando procurei mais dados a respeito do esposo – o pai das meninas, elas colocaram algo, para mim, surpreendente. Tal cidadão era uma pessoa exemplar, amoroso, cuidadoso, que tudo fazia em benefício da esposa, que, na verdade, lhe infelicitava a vida.

Os psicólogos sociais colocam, como um dos grandes obstáculos ao automelhoramento, o papel do *Bode expiatório*, que consiste em transferir para outrem uma responsabilidade que é nossa. Como proteção a autoestima, recusamos encontrar em nossa própria realidade íntima as causas dos fracassos, das más escolhas e dos erros morais. O problema está sempre nos outros.

A tradição atribui aos antigos hebreus a expressão *bode expiatório*. Tratava-se de um costume pelo qual o sacerdote, durante um período de expiação de culpas da tribo, pousava as mãos na cabeça de um bode e, por meio das devidas rezas, exortações e enunciação dos pecados cometidos transferia-os para o animal, que depois era abandonado no deserto para morrer, levando consigo os pecados e limpando a comunidade de seus erros. O termo ficou e hoje é usado para designar aqueles que levam a culpa de algo, ainda que sendo inocentes.

Exemplo lamentável e trágico de bode expiatório vamos encontrar na Alemanha nazista, onde, após a derrota na Primeira Guerra Mundial, responsabilizou os judeus pela inflação, pela recessão e pelo sentimento de frustração então existentes.

Outro cruel exemplo: nos Estados Unidos, entre 1882 e 1930, o número de linchamentos de negros aumentava fortemente, na medida em que se verificava a queda do preço do algodão nos estados sulinos.

Em nossos dias, muitos médicos deparam-se com a atitude hostil de familiares ante um final indesejado de um paciente grave, culpabilizando a equipe médica, o hospital etc. Via de regra, agem assim os familiares do enfermo que se omitiram durante o tratamento.

Se desejamos, de forma sincera, o melhoramento moral, precisamos afastar, de nosso campo mental, o bode expiatório, assumindo a responsabilidade ante as más inclinações que ainda possuímos. Reconhecê-las, corajosamente, e identificar-se com uma estratégia eficaz para superá-las é algo que não pode ser adiado.

51 – Religião é coisa boa

Certa feita, minha mãe chegava ao centro para uma atividade espírita, quando se deparou com uma tarefeira da casa, tendo ao seu lado uma menina de cerca de cinco anos. Ela se aproximou e disse:

- Dona Beth, quero lhe apresentar a minha filha!

Minha mãe conhecia essa senhora. Havia feito com ela o *Curso básico de Espiritismo*, o *Curso de orientação e educação mediúnica* e se iniciara nos trabalhos do passe. Estranhou, no entanto, o fato de ser apresentada a uma filha tão jovem, já que ela possuía uma idade um pouco avançada. Minha mãe indagou então:

- Não sabia que você tinha uma filha!

Ela respondeu, contendo o entusiasmo.

- Não tinha! Agora tenho! Sabe de uma coisa, eu sempre desejei muito ter um filho, mas não conseguia por problemas de saúde. Pensava em ter um filho de coração, mas minha família sempre foi contra. Eles diziam: “Criar filho dos outros não dá certo”! “Se fosse da vontade de Deus, viria por meios naturais”. Assim, meu marido e eu fomos deixando para lá, mas a vontade nunca desapareceu.

Mas convivendo com vocês aqui, aprendendo nos textos espíritas que eu sou a construtora do meu destino, que ninguém fará por mim aquilo que me compete fazer, e que eu posso fazer mais por mim mesma, decidi adotá-la. Estamos todos muito felizes!

O episódio torna evidente a força da religião em nossa vida, quando decidimos vivê-la de forma autêntica. As religiões estão entre os fenômenos naturais mais poderosos do planeta.

O encantamento que enriquece a vida, vindo da própria religião, transparece no depoimento bem-humorado de uma senhora modesta, do interior de Minas, ao ser entrevistada em uma pesquisa de mestrado:

- Por isso, seu moço, é que eu digo: todas as religiões são boas, mas cada uma para uma ocasião. Para quem não tem problema na vida, a melhor religião é a católica; a gente se pega com os santos, vai à igreja quando quer e ninguém incomoda a gente. Para quem está em dificuldade financeira, a melhor é a dos crentes, porque eles ajudam a gente como irmãos; só que não pode beber, fumar, dançar nem nada. Agora, para quem sofre de dor de cabeça, a melhor religião é a dos espíritas; ela é exigente, não se pode faltar às sessões, mas cura mesmo. Se Deus quiser, quando eu ficar curada de tudo, eu volto para o catolicismo.

Os erros cometidos em nome da religião são de responsabilidade de quem os cometeu, e não da instituição em si mesma, que prega honestidade, compaixão, desprendimento e autocontrole.

Todas as religiões pregam o bem e auxiliam no combate às más inclinações.

O atual Dalai Lama, em entrevista recente a um grande jornal norte-americano, disse:

- Eu sinto desejos perto de uma moça bonita. Mas, quando me dou conta disso, digo a mim mesmo: você é um monge! E o desejo desaparece.

Algo semelhante disse-me, quando encarnada, Elizabeth Montenari, do movimento espírita da cidade mineira de Leopoldina, que passou toda a sua laboriosa encarnação sobre uma cadeira de rodas:

- Desejo é algo que vem e passa! E, se a gente não alimenta, passa mais rápido.

52 – Respeitar é ver com outros olhos

Conversando, recentemente, com uma companheira do movimento espírita, contou-me que foi convocada pelo diretor de uma grande empresa de Juiz de Fora, onde desenvolve atividades profissionais nos recursos humanos, a selecionar, através de entrevista, um profissional para a função de jornalista.

Dezenas de candidatos se apresentaram. Momento antes de iniciar a seleção, foi convocada à sala do presidente da empresa e ouviu dele a seguinte recomendação:

- Rapazes cabeludos, ou com tatuagem, e moças de piercing, ou chininho de dedos elimine de cara.

A expressão “elimine de cara” nos coloca diante de um sério problema moral: a exclusão daquele que nos parece inadequado, diferente, ou simplesmente nos incomoda. É cruel, pois significa o mesmo que não ouça, não deixe que ele se mostre, não permita que ele demonstre seu talento, julgue unicamente pela aparência.

Estudos têm demonstrado que mulheres de boa aparência se dão muito melhor na carreira profissional que as outras e recebem penas mais leves quando condenadas por crimes comuns. Homens altos conseguem progressão nas empresas muito mais rapidamente que os de baixa estatura. Mulheres com excesso de peso, pessoas de cor negra ou trajando roupas modestas não são acolhidas com mesmo interesse quando vão às lojas fazer compras. Rapazes e moças ainda são excluídos pela própria família por questões sexuais.

Minha esposa, que teve recusada sua pretensão a uma vaga como educadora em uma escola tradicional de nossa cidade, ouviu da responsável pela instituição a seguinte justificativa:

- Seu problema é que você não é simplesmente espírita, você é uma evangelizadora espírita. E, além disso, seu esposo é expositor espírita. Você entende como são essas coisas.

Atendia, certa feita, no consultório, quando entrou uma jovem portadora de grave obesidade mórbida. Ao entrar em minha sala, notei em seus olhos semblante de alívio, que ela justificou:

- Graças a Deus vou poder me sentar em sua sala. Eu não caibo em cadeiras com proteção lateral. Por isso, deixei de ir aos cinemas e tenho que permanecer de pé em muitos locais aonde vou.

Até que ponto temos nos preocupado com o que o outro é na sua expressão profunda, sua competência, sua humanidade, suas virtudes? Até quando vamos excluir pessoas pela cor, pela idade, pela orientação sexual, pela religião ou pela aparência?

Na superação do preconceito e da discriminação, destaca-se a atitude mental do *respeito*. A palavra *respeito* vem do latim *respectus*, que é a união dos termos *ré*, que significa *de novo*, e *espectus*, que significa *ver*. Respeitar é ver de novo, ver com outros olhos, olhar de forma diferente, identificando a humanidade que existe em todas as pessoas, que precisam ser consideradas pelo seu valor humano, como filhas do mesmo Pai, e, como todos nós, herdeiras do Universo.

Respeitar não significa concordar plenamente com outra pessoa, mas significa não discriminar, ofender ou impedir que uma pessoa realize suas próprias escolhas, e viva a sua vida como deseja.

Sobre o respeito, Simone Weil, pensadora francesa do século passado, escreveu:

- A mesma quantidade de respeito e de atenções é devida a todo ser humano, porque o respeito é devido ao ser humano como tal e não tem graus.

Por consequência, as diferenças inevitáveis entre os homens jamais devem ter o significado de uma diferença no grau de respeito.

53 – Vamos ver o que pode ser feito agora

Cometi alguns erros em minha vida profissional. Não por maldade, mas por ignorância, despreparo ou descuido. Sentia-me muito mal quando me dava conta deles, envergonhado, e, algumas vezes, desanimado.

O que me salvava do desânimo e do desalento era o fato de me lembrar das vitórias e dos acertos, às vezes, em casos difíceis, e do compromisso que assumia comigo de tentar fazer melhor das próximas vezes.

Não é fácil lidar com as próprias culpas, mas precisamos aprender a fazer isso.

O rabino Harold Kushner, da cidade de Boston, na América do Norte, conta que, certa feita, um hospital comunitário judeu ganhou uma capela. Ele, como um dos membros do comitê de planejamento, foi convidado a fazer um pequeno sermão na inauguração. Então, decidiu falar sobre os usos que a capela teria e da dimensão extra que ela acrescentaria à rotina do hospital. Durante a recepção que se seguiu, um jovem médico puxou-o para um lado e disse:

- Rabino, gostei muito de seus comentários, mas existe uma coisa que essa capela promete fazer e que o senhor, por certo, ainda não se deu conta, porque não é um médico. Ela, sem dúvida, responde à seguinte questão: aonde um médico vai quando ele sente que cometeu um erro? Porque não há outro lugar aonde eu possa ir quando tenho um sentimento assim! Não posso comunicar ao doente ou à família: perderia a confiança deles e correria

o risco de ser processado. Não posso, tampouco, compartilhá-lo com minha esposa ou com meus amigos, porque eles dariam pouca importância ao fato. Na capela, eu poderia conversar com Deus. Eu diria a ele como me sinto mal com o que fiz. Que, se pudesse voltar no tempo, faria diferente. Porque Deus, rabino, não diria: “Tudo bem! Você fez o seu melhor! Essas coisas acontecem mesmo”. Eu penso que Deus, ao contrário, diria assim: “O que você fez foi muito grave, mas vamos ver o que pode ser feito agora”.

Procurado por uma jovem mulher atormentada pela culpa – ao sair de uma festa (ela e o esposo), após terem feito uso de bebidas alcoólicas, atropelaram e mataram um garoto de 13 anos – o rabino Kushner disse:

- Se houvesse qualquer coisa que você pudesse fazer para trazer o menino de volta à vida, por mais doloroso e dispendioso que isto fosse, tenho certeza de que faria isso. Mas a verdade é que não há. Sendo assim, vamos falar a respeito do que você pode fazer para recuperar um pouco da autoestima e do amor-próprio perdido. Vejamos o que você e seu marido podem fazer que os ajude a dizer: certa vez, fomos fracos e descuidados, mas, algumas vezes, também somos nobres e generosos. Será que não podem contribuir para uma instituição que combata o uso de bebidas por motoristas, ou coisa semelhante?

Seu marido, na condição de advogado, não poderia prestar assistência jurídica gratuita aos mais pobres e necessitados? Isso não seria uma penitência, mas uma forma de deixar seu lado bom e nobre vir à tona e suplantar a tragédia do acidente?

Esse é o único pensamento que cabe diante da culpa: “vamos ver o que pode ser feito agora”! Não há outra saída para o sentimento de remorso. É como se nós disséssemos para o administrador da vida: “Me dê uma nova chance! Quero a oportunidade de provar que não sou tão ruim quanto pareço”!

54 – O que importa é não desperdiçar a vida

O confrade Ronaldo Tornel da Silveira, da cidade de Juiz de Fora, contou-nos o seguinte fato:

Em visita a Chico Xavier, em Uberaba, levou alguns exemplares do livro *O Evangelho segundo o Espiritismo*, para apresentar algumas pessoas que seriam visitadas por Chico, em um bairro da cidade.

O grupo visitava as residências de uma comunidade de periferia, fazia-se uma prece, Chico dialogava afetuosamente por alguns minutos e seguiam para outra casa. Ronaldo, então, ia deixando um exemplar do livro em cada residência.

Em certo domicílio, habitado por um simpático casal de velhinhos, Ronaldo deixou, como vinha fazendo, um exemplar de “O evangelho”. Fora da casa, Chico, dirigindo-se a ele, afirmou:

- Emmanuel pede para dizer-lhe que foi muito bom ter deixado o livro. Será útil para outros, mas não para eles, pois são analfabetos. E para sua instrução, esclarece que esses velhinhos são analfabetos em espírito, ou seja, em encarnação alguma aprenderam a ler ou a escrever.

O fato nos traz duas lições.

A primeira é que devemos sempre cultivar um espírito de tolerância e carinho para com aquelas pessoas que possuem certas dificuldades. Pode ser que nunca tiveram, nesta encarnação ou em outras encarnações, oportunidades para desenvolver as habilidades que hoje lhes faltam.

E a segunda coisa que nos ensina: tudo devemos fazer para ajudar as pessoas na superação de suas limitações, contribuindo para que elas possam viver da forma mais rica possível. Oferecer instrução a quem não tem, trabalho a quem necessita dele, consolo aos aflitos deve ser considerado como um dever, do qual não podemos nos furtar.

Nesse particular, eu me recordo do depoimento de meu pai a respeito do Sr. Abel Gomes, antigo morador da cidade de Astolfo Dutra, morto em 1934, e que foi um dos precursores do Espiritismo na zona da mata mineira.

Sr. Abel, quando jovem, foi acometido de grave moléstia dos nervos, que o levou para uma cadeira de rodas. No final de sua vida, trabalhava como alfaiate. Mas o que nos interessa é a maneira toda especial como ele lidava com os mendigos da cidade.

Quando se aproximava de sua alfaiataria um pedinte ou uma pedinte, ele oferecia trabalho e os remunerava de imediato.

- Senhor fulano - dizia o Sr. Abel - que bom que o senhor apareceu aqui. Estou com um mato danado no quintal. Será que o senhor limpava para mim?

E ainda:

- Dona Sicrana, parece que a senhora adivinhou. Estou com umas roupas para passar. Posso contar com a senhora?

E findo o serviço, ele os remunerava dignamente.

Allan Kardec, o codificador do Espiritismo, também pensava assim. Escreveu, em certa oportunidade, que dar sem discriminação às pessoas que não têm necessidade, ou que poderiam ganhar a vida num trabalho honesto, seria estimular o vício e a preguiça. Se os preguiçosos encontrassem, aberta com muita facilidade, a bolsa dos outros, multiplicar-se-iam ao infinito, em prejuízo dos verdadeiros infelizes.

55 – Quando falha o exemplo

Dentre alguns conhecidos, dois sempre se destacaram como ferrenhos críticos da corrupção pública, em qualquer nível, em qualquer governo. Mostravam-se indignados com o desvio de verbas públicas, com as propinas aceitas em nome do partido político e com tudo o mais.

Acho que, como cidadãos, é válida, e até mesmo necessária, a indignação ante o malfeito, todavia, nossa atitude crítica deve ser acompanhada de um esforço sincero no sentido de não reproduzirmos em nossos atos aquilo que condenamos nos outros.

Dois fatos para ilustrar a gravidade do problema.

Caminhávamos no Campus da Universidade com um deles, em uma época em que conseguir uma carteira de motorista, em Juiz de Fora, equivalia a ganhar na loteria, quando ele voltou-se para o grupo e disse:

- Ontem resolvi um problemão: meu filho tirou sua carteira de motorista.

Alguém indagou quanto à dificuldade do feito. Ele concluiu:

- Nem tanto assim, só custou cinco mil reais.

Outro episódio. Seguia com meus filhos, à época com 8 e 10 anos, em direção ao estádio municipal, quando fomos interceptados por dois policiais militares, informando que não poderíamos seguir pela rua habitual. Como se tratava de uma partida decisiva do campeonato mineiro, nosso acesso seria por outro portão, bem distante do portão por onde habitualmente entrávamos.

Atrás de mim, um dos conhecidos citado anteriormente, um médico conceituado, que se acompanhava também de dois filhos com a mesma idade dos meus. Percebi, então, que ele se voltou para os guardas e disse:

- Olha só, eu não estou indo ao jogo; vou a um churrasco na casa de um amigo que reside do lado do estádio.

Diante de sua explicação, os policiais liberaram sua passagem. Ele seguiu pela rua interditada, estacionou calmamente ao lado do estádio e foi, com os filhos, assistir ao jogo.

56 – A experiência da gratidão

Era noite e chovia muito. Eu seguia em direção ao centro es-pírita, onde faria a palestra da noite, quando notei um movimen-to estranho no carro. Encostei próximo do passeio, olhei para baixo e vi a “tragédia”: o pneu furado.

Se tentasse trocar o pneu, ficaria encharcado e sujo; além do mais, acho que não trocaria a tempo de chegar ao centro. Não havia sinal de táxi por ali, e, à época, não existiam celulares. De-finitivamente, eu não sabia o que fazer.

Quase de imediato, estaciona atrás de mim um fusquinha bem surrado, e surgem três rapazes em trajes esportivos.

- Professor Ricardo, precisa da gente? - disseram muito ani-mados.

Eram meus alunos da Faculdade de Medicina, que retorna-vam de uma partida de futebol. Em menos de cinco minutos, trocaram o pneu e foram embora felizes da vida pela boa ação.

Perplexo, pensei: “Deus existe mesmo”! E, naquele momen-to, senti-me invadido por um sentimento de tamanha gratidão que, qualquer coisa que me pedissem, acho que faria. Pena que esse sentimento costuma passar muito rapidamente.

O episódio merece reflexão porque nos fala do valor das ex-periências boas na construção de um estado de espírito favorá-vel. Não são apenas as situações ruins que nos ensinam. Também as boas, porque sentimos o que sentem as pessoas quando são beneficiadas, e isso dá um sentido profundo às ações nobres.

Sentimos isso, minha família e eu, nos últimos anos de meu pai que, frequentemente, recorria aos serviços médicos e de en-

fermagem, em virtude de várias moléstias graves. Sempre fomos muito bem atendidos e retornávamos para casa com a convicção de que deveríamos agir da mesma forma.

A gratidão é o sentimento que povoa a alma quando nos damos conta dos benefícios recebidos e nos enchemos de reconhecimento. Como toda emoção positiva, é acompanhada de um bem-estar íntimo e do desejo sincero de compartilhar a alegria.

A evolução não se dá unicamente nos desafios impostos pelas aflições, mas, igualmente, nas alegrias de um coração enternecido pela gratidão.

57 – Bagagem para o além

É comum os espíritas brincarem sobre o que serão na próxima encarnação.

Brincando assim, com um amigo da Universidade, ouvi dele o seguinte:

- Pare com isso, Ricardo, nada de próxima encarnação. Pense assim: não terá nova encarnação; vamos ficando por lá mesmo, que é muito melhor do que aqui.

Dr. Tornel disse a sua esposa Elaine, que é médium, alguns meses depois de seu desencarne:

- Como é bom viver aqui!

É claro que nem todos estarão tão bem assim, pois nossa condição no além depende, em grande parte, do que preparamos para a “viagem”.

Um Espírito disse a Allan Kardec que o homem só possui, de verdade, aquilo que pode levar do mundo. O que ele encontra ao chegar e o que deixa ao partir, goza durante sua permanência na Terra; mas, desde que é forçado a deixá-los, é claro que só tem o usufruto, e não a posse real.

O que é, então, que possui e pode levar para o lado de lá? Nada do que se destina ao uso do corpo, e tudo o que se refere ao uso da alma: a inteligência, os conhecimentos, as qualidades morais.

Isso é o que ele traz e leva consigo, o que ninguém tem o poder de tirar-lhe, e o que lhe servirá ainda mais no outro mundo do que neste. Portanto, depende dele mesmo estar mais rico ao partir do que ao chegar neste mundo, porque a sua posição no mundo espiritual depende do que ele houver adquirido no bem.

Ao viajante que chega a uma pensão, se ele pode pagar, é dado um bom alojamento; ao que pode menos, é dado um pior. Assim acontece com o homem, quando chega ao mundo dos Espíritos: sua posição depende de suas posses, com a diferença de que não pode pagar em dinheiro, cartão ou PIX. Não lhe perguntará: Quanto ganhava na Terra? Que posição ocupava? Era empresário ou operário?

Mas lhe será perguntado: O que trouxe? E só serão computadas as suas virtudes.

Jesus falou sobre isso, ao advertir que deveríamos trabalhar pela comida que permanece para a vida eterna.

58 – Não perdoar é tolice

Minha mãe, em certo momento de sua vida, sofreu séria humilhação vinda de pessoas às quais ela devotava muita afeição. Ficou, como era de se esperar, muito triste.

Algum tempo depois, estando com ela, perguntei:

- Você conseguiu perdoar essas pessoas?

E ela, prontamente:

- É claro; não lhes perdoar seria uma grande tolice!

Tenho atendido pessoas que adoeceram por cultivarem sentimentos de mágoa. Magoados, humilhados e minorados, não se dispuseram ou não conseguiram superar o incidente, permitindo que o lixo mental da mágoa se mantivesse, com todas as suas consequências infelizes.

Mas o que é perdoar?

Se entendemos o perdão como apagar a falta, considerá-la nula, não acontecida e esquecer-la, isso não é possível. É um poder que não temos. O passado é irrevogável, e nada pode fazer com que o que tenha sido feito possa ser desfeito. Quanto a esquecer a falta, também não é possível, a não ser que a nossa memória comece a falhar em decorrência de algum motivo.

Nem deveríamos esquecer. Deveríamos esquecer o que fizeram os nazistas? Não esquecer, até mesmo para que não volte a acontecer. Não esquecer igualmente por prudência: para que não venhamos novamente a ser vítimas daquele indivíduo ou de outros que possam agir como ele. Certo comerciante nos furtou ou um amigo nos traiu; corremos o risco de ser enganados novamente se esquecermos o que aconteceu.

Perdoar não é apagar, perdoar não é esquecer, e não é também absolver (porque só a consciência do culpado é capaz de fazer), e tampouco renunciar à punição, que deve ser efetivada, não por nós, mas por instituições competentes, objetivando o melhoramento do culpado.

Então o que é o perdão? É não odiar mais, é cessar de ter raiva de quem nos magoou.

Segundo a Psicologia, perdoar é abrir mão das emoções negativas, retirar-se do papel de vítima, ou seja, escolher livremente cancelar a dívida, abrindo mão da necessidade de vingança ou de punições merecidas e de qualquer busca de compensação.

O perdão não implica, necessariamente, o retorno à convivência do faltoso, nem na obrigatoriedade de se colocar como eterna vítima do agressor. Deus não pede isso de nós. Somos livres para renovar o destino quando quisermos, e ninguém é obrigado a suportar, a contragosto, a truculência e a maldade do outro. Voltar a conviver com aquele que nos traiu, humilhou, caluniou ou nos prejudicou é opção nossa. Nada tem a ver com o perdão, que é algo que se dá do fundo do coração: um coração livre do ressentimento, mas desobrigado de continuar, permanentemente, como vítima.

Todavia é preciso considerar também que há sempre grandeza em dar uma nova chance. Retirar o amor do outro por um erro é esperar dele a perfeição, algo que não existe na Terra. Deus não para de nos amar a cada vez que fazemos uma coisa errada, nem deveríamos parar de amarmos uns aos outros, por termos sido menos perfeitos. Um erro não precisa levar à rejeição e à expulsão. Somos muito mais que nossos erros. Podemos errar em qualquer coisa na vida, sem sermos um erro como pessoas.

O perdão é uma virtude bastante louvável, pois cometemos faltas demais, somos miseráveis demais, fracos demais, vis demais, para que o perdão não seja necessário.

59 – O limite do prazer é o bem-estar do nosso próximo

Havia terminado a palestra, e, ao entrar no carro, aproximou-se, pelo vidro da janela, um moço que eu conhecia de vista.

Muito gentilmente, ele disse que queria muito me agradecer por coisas que eu havia dito e o tocaram, profundamente.

E, rapidamente, contou-me que a esposa havia pedido o divórcio, saindo de casa com a filha pequena. E ele era o responsável pelo fim do casamento, pois vinha se envolvendo com uma moça do serviço. Quando ela saiu de casa, ele viu a tolice que havia feito, desculpou-se, mas ela manteve-se firme, decidindo pela separação.

Eu havia dito na palestra que, quando nós erramos e desejamos sinceramente corrigir o erro, devemos provar a quem foi prejudicado que estamos arrependidos de verdade, que desejamos ser outra pessoa. Vamos buscar uma vida mais próxima dos valores espirituais, fortalecendo-nos, e, assim, talvez, poderemos reconquistar o ente querido que se afastou.

Fatos como esse se dão diariamente e nos colocam diante da seguinte constatação: muitas aflições humanas decorrem de escolhas equivocadas. Segundo Allan Kardec, a maior parte dos sofrimentos humanos tem origem em atitudes infelizes cometidas na atual encarnação.

Se me mantenho sedentário, obeso e com alimentação pouco saudável, posso desenvolver diabetes ou hipertensão.

Se cultivo maus hábitos de postura posso ser acometido por grave problema de coluna.

Se gasto mais do que ganho, querendo viver uma vida que não condiz com minha condição financeira, posso me encalacrar com uma multidão de dívidas.

Se pouco me empenho, ou quase não me preparo, posso nunca vir a ser promovido na empresa.

Se não valorizo minha família, posso terminar sem ela.

Essas aflições são preveníveis se compreendermos de verdade que os prazeres têm um limite, e que o limite do prazer é o bem-estar do nosso próximo. Porque nossas escolhas equivocadas, em grande parte, decorrem de extrapolarmos o limite do prazer, ferindo outros corações, prejudicando o nosso corpo, criando dificuldades para nós e para os outros.

Kardec escreveu, no *Evangelho segundo o Espiritismo*, que Deus não condena os prazeres materiais, mas condena o abuso desses prazeres, porque trazem prejuízo para a alma. Deus não poderia condenar os prazeres, pois foi ele que permitiu que a evolução os criasse. Mas condena os abusos, os excessos, os vícios e as paixões, porque interferem, negativamente, no bem-estar de outras pessoas.

60 – Trabalhando nos pontos fracos

Tratava-se de um cidadão de cerca de 50 anos, que pediu para falar comigo depois de uma palestra sobre sexualidade.

Ele começou se apresentando: era casado, tinha três filhos, trabalhava como professor na Universidade e vinculava-se ao centro espírita onde eu havia feito a palestra. No centro, participava de grupo mediúnico e reunião de estudos.

Após a apresentação, seguiu dizendo que ele se considerava uma pessoa boa, muito bem-adaptada aos princípios morais propostos pelo Espiritismo. Havia apenas uma questão que passou a intrigá-lo, após ouvir minha palestra. Era o fato de ter, desde sempre, algumas namoradas, apesar de casado. Ele queria saber se isso era mesmo muito grave, na medida em que ele se considerava muito bom em tudo o que fazia: pai amoroso, profissional dedicado e espírita atuante.

Eu, então, indaguei:

- O senhor faz muito esforço para ser pai dedicado, amoroso, presente na vida de seus filhos?

Ele respondeu, prontamente:

- De jeito nenhum, amo meus filhos de paixão!

Voltei, com outra pergunta:

- O senhor faz muito esforço para ser um professor responsável?

E ele:

- Também não, o magistério é a minha vocação.

Insisti, mais uma vez:

- O senhor faz muito esforço para ser um espírita atuante?

E ele:

- Negativo. O Espiritismo deu um sentido a minha vida.

Eu voltei, então, e disse:

- É pena, mas acho que o senhor está perdendo a sua encarnação.

Ele ficou perplexo:

- Mas, como pode ser? Eu sou bom em tantas coisas!

Conclui, dizendo:

- O senhor é bom nas coisas que não exigem sacrifício, porque lhe são espontâneas. Essas coisas são vitórias de outras existências, problemas resolvidos. A única coisa que exige esforço do senhor – o autocontrole nas questões sexuais – está absolutamente desconsiderada. O nosso desafio para esta encarnação está nas coisas difíceis, que exigem sacrifício, renúncia e luta interior. E, nessas, o senhor está fracassando gravemente.

O fato nos remete à passagem evangélica do moço rico.

Segundo o texto, alguém se aproximou de Jesus e lhe perguntou:

- Mestre, que preciso fazer para ter a vida eterna?

Respondeu-lhe Jesus:

- Siga os mandamentos: não matar, não furtar, não dar falso testemunho, honrar pai e mãe.

Disse-lhe o jovem:

- A tudo isso tenho obedecido, desde a minha adolescência.

O que me falta ainda?

Jesus respondeu:

- Se você quer mesmo ser perfeito, venda todos os seus bens e dê o dinheiro aos pobres. Depois, venha e siga-me.

Ouvindo isso, o jovem afastou-se triste, porque tinha muitas riquezas.

Causa estranheza, no episódio, a atitude exagerada de Jesus, pedindo que ele desse tudo aos pobres. Não parece lógico que

alguém possa fazer isso. Mesmo porque não iria resolver o problema da pobreza – com o fim do dinheiro, todos voltariam a ser pobres novamente. Iria mesmo agravar a situação, pois teríamos mais um pobre, o moço rico.

Temos que compreender o sentido da atitude de Jesus. O rapaz acreditava-se muito bom em tudo. Ele havia dito que seguia todos os mandamentos. Jesus, então, mostrou-lhe o seu ponto fraco, que era o apego ao dinheiro e às coisas prazerosas que o dinheiro permite. Quando colocado diante do seu real problema moral (os outros ele já havia resolvido em encarnações anteriores), ele desistiu.

A lição que fica: as coisas que doem mais custam mais e exigem mais, representam nossas maiores necessidades.

61 – Acreditar sim, mas com os pés no chão

Uma paciente com artrite reumatoide severa e deformante me mostrou uma mensagem espírita que falava sobre a autocura e me perguntou se isso era verdade, se ela poderia se curar com o pensamento positivo. Expliquei-lhe, então, que a atitude mental favorável é, reconhecidamente, um fator que contribui no melhoramento de diversas enfermidades, mas, daí, afirmar que pode levar à cura, há muita distância.

Penso ser muito perigoso iludirmos as pessoas com promessas de que as coisas vão se arrumar, e que tudo vai dar certo, se acreditarmos, de verdade, nisso. Também perigoso acreditar que a fé e o poder positivo podem resolver todos os problemas. Ninguém discute a importância da atitude mental favorável, mas existem dificuldades em nossa vida que não serão resolvidas com pensamento positivo, ou coisa semelhante, porque não dependem de nós.

Mas possuir uma atitude realista não significa “jogar a toalha” ou fechar a porta para possibilidades favoráveis futuras. Necessário sempre acreditar em um futuro melhor, embora com os “dois pés no chão”.

A história das irmãs Mariana e Ana Maria de Castro, residentes em Manaus, fala por si mesma. As gêmeas amazonenses ficaram 24 anos sem andar e sem falar por causa de uma doença neurológica que se manifestou quando as duas tinham dois anos de idade, após uma febre muito alta e convulsão. Elas viveram,

todos esses anos, deitadas, e, para se comunicar com a mãe, elas piscavam os olhos. O diagnóstico feito à época era de paralisia cerebral.

A família é humilde e mora num bairro pobre de Manaus. Sobrevivem da aposentadoria de uma delas. A mãe é analfabeta e lava roupa para fora para ganhar um dinheiro extra que serve para a manutenção da casa e compra de alimentos.

Há dois anos, elas foram examinadas por uma nova equipe de neurologistas e levantou-se uma nova possibilidade diagnóstica, uma doença caracterizada pela falta de dopamina no cérebro. Elas foram, então, medicadas com drogas usadas no tratamento da doença de Parkinson, que agem aumentando os níveis cerebrais de dopamina e, para surpresa geral, voltaram a falar e a andar.

Dona Socorro, a mãe das meninas, declarou que essa foi uma das maiores emoções de sua vida, ver as filhas andando e se alimentando sozinhas.

A ciência, às vezes, realiza também seus milagres. Mas o maior de todos os milagres é a disposição interior de confiança e perseverança.

Isso me faz lembrar de um casal que nos procurava, na Casa Espírita, para pedir pela filha de vinte anos, que vivia o drama do vício em cocaína. Orientávamos, consolávamos, fortalecíamos. A mocinha já estivera internada três vezes em decorrência da gravidade do vício. Eles voltavam ao centro, recebiam o passe, fluidificavam a água, conversávamos longamente.

Um dia, a mãezinha me perguntou aflita:

- Não há mais nada que o Espiritismo possa fazer por ela?

Esclareci, então:

- Infelizmente nada. Tudo já está sendo feito, mas a solução final depende dela. Mas não vamos nos desesperar, o tempo e o sofrimento podem fazer por nossos amores aquilo que nós ainda não podemos fazer.

Passaram-se alguns anos, quando reencontro com a sofrida senhora, desta vez acompanhada da filha. Sorriso nos lábios e encantamento nos olhos:

- Ricardo, disse-me ela, quero lhe apresentar a minha filha. Está há nove meses sem usar a droga.

Aproximei-me dela, abracei-a, afetuosamente, e perguntei, curioso por entender o que havia ocorrido:

- O que fez você vencer o vício?

E ela:

- Eu cansei de sofrer!

62 – O dia que nunca chega

Nestes tantos anos de movimento espírita, já perdi a conta do número de pessoas que me procuraram dizendo que se tornariam voluntários em tarefas no bem, mas nunca assumiram coisa nenhuma. Algumas argumentações:

- Quando meus filhos crescerem ...
- Quando terminar a faculdade ...
- Quando me aposentar ...

Os filhos cresceram, terminaram a faculdade. Eles aposentaram-se e ... nada!

O filósofo Aristóteles dizia que o começo é mais da metade do todo. E sair da inércia, para assumir uma tarefa altruísta, exige certa força de vontade, que muitos não se dispõem a ter. É como o arrancar de um automóvel: exige a marcha mais forte, que é a primeira.

Minha mãe comentava que, quando precisava de alguém para colaborar em uma atividade nova no centro espírita, ela procurava os mais ocupados. Eles sempre davam um jeito de ajudar. Os desocupados nunca podiam, porque nunca tinham tempo.

Sobre isso, Chico Xavier contava um caso engraçado.

Existia, em Pedro Leopoldo, um fazendeiro muito rico e que gostava muito do Chico. Sempre que o via, no mercado, na farmácia ou na padaria, dizia:

- Olha, Chico, eu vou fazer uma doação muito boa para suas obras sociais. Qualquer dia eu procuro você no centro.

Um detalhe: embora a promessa se repetisse sempre que se encontravam, ele nunca foi.

Um dia, o cidadão teve um infarto fulminante e morreu. Meses depois, Chico Xavier chega ao centro para determinada reunião, quando o vê, sentadinho na última fila, com um talão de cheques e uma caneta em uma das mãos.

Surge, então, pela visão mediúnica de Chico, seu guia Emmanuel. Voltando-se para o médium, o benfeitor disse:

- Olhe, Chico, tenho duas notícias para lhe dar, uma boa e outra ruim.

O Chico:

- Dê primeiro a boa, meu irmão.

E Emmanuel:

- A boa notícia é que nosso irmão finalmente veio. Ele não dizia isso? Pois então, veio.

Chico retrucou:

- É verdade, é uma boa notícia. E a ruim? Diga logo!

E o benfeitor, concluindo:

- A ruim é que ele não sabe que morreu, e é você que vai ter que lhe dizer.

63 – Precisamos de ídolos?

Era o dia 01 de maio de 1994, e Ayrton Senna havia falecido em lamentável acidente de carro, no Grande Prêmio de San Marino. Chegamos à Casa espírita, para o nosso tradicional grupo de estudos, quando notamos que Renato, companheiro assíduo, demonstrava profunda tristeza. Quando lhe indagamos o que lhe havia acontecido, ele respondeu:

- Perdi, hoje, meu único ídolo!

Outro companheiro, atento à resposta do Renato, indagou:

- E para que você precisa de um ídolo?

Naquela noite, o tema foi este: Precisamos de ídolos? E quais têm sido nossos ídolos?

Caio Fábio, prestigiado pregador evangélico, havia terminado um sermão, quando foi procurado por um fiel que lhe disse, com muito entusiasmo:

- Pastor, dos dez mandamentos, eu já resolvi oito!

Surpreso, Caio comentou:

- Puxa vida, que legal. Parabéns!

E o outro:

- E o senhor, pastor, já venceu quantos?

E Caio:

- Nenhum, meu amigo, não venci nenhum. E vou comentar com você apenas o primeiro, que todos achamos completamente resolvido: *Não tereis, diante de mim, outros deuses. Não os adorareis e não lhes prestareis culto.* Esse pensamento, encontrado em textos cuja origem ultrapassa 3 mil anos, pode ser atualizado.

Quantas vezes temos considerado coisas, pessoas, situações e eventos muito mais importantes do que a construção do bem em nossa vida? Aí não está o deus do consumo, do poder, do lazer sem fim, do destaque, da comida e da bebida, do sexo sem amor? Quantos não elegemos nossos ídolos na política partidária, na música, no esporte, no Big Brother Brasil? Quantos de nós não temos aplaudido aqueles que desconsideram os mais elevados valores da criatura humana, estimulando o vício e as más paixões?

E Caio continuou dissertando sobre o tema, até que o fiel voltou-se e disse:

- Pode parar no primeiro mandamento, pastor. Vou reconsiderar tudo o que eu pensava.

Eu me lembro de um pensamento do Dr. Bezerra de Menezes, dito através da médium Yvone Pereira, em obra escrita em meados do século XX:

- Como faltam, aos jovens, bons exemplos!

64 – O limite do trabalho é o limite das forças

Narra um dos contos de Grimm que um gigante desafiou um modesto alfaiate para um duelo de forças. No dia aprazado, diante da população do vilarejo, o gigante pegou uma pedra enorme, atirou-a para o alto, e ela, depois de um bom tempo, caiu. O alfaiate, por sua vez, pegou um pássaro e soltou-o no ar. A avezinha nunca mais voltou. A lição é esta: quem não tem duas asas acaba caindo.

A história nos remete ao pensamento do Espírito Emmanuel, quando fala das duas asas que nos conduzirão a Deus: a asa da inteligência e a asa das virtudes morais. Allan Kardec sempre valorizou as duas forças do progresso: o progresso moral e o progresso intelectual. Para Kardec, precisamos ser bons e instruídos.

O progresso moral se dá quando superamos as más inclinações, expandindo as virtudes: a caridade, a humildade e todas as outras. O progresso intelectual se verifica quando desenvolvemos a inteligência, a memória, o raciocínio, a atenção etc. O progresso moral é movido pelo autoconhecimento e pelo autocontrole, que denominamos de reforma íntima.

E o progresso intelectual, como ele se dá? O progresso intelectual se verifica pelo estudo e pelo trabalho, principalmente, o trabalho desafiador e criativo, que se caracteriza por uma espécie de ginástica mental.

O trabalho, além de ser o motor do progresso intelectual, é, também, recurso terapêutico para diversos transtornos mentais.

Nunca me esqueço de um senhor que atendi na Policlínica de Benfica. Ele chegava com dores pelo corpo, desânimo, sono ruim e um sofrido desinteresse pela vida. Eu medicava, ele retornava no mês seguinte, com as mesmas queixas.

Em certa consulta, eu disse a ele:

- Eu acho que o senhor deveria procurar outro médico, afinal, não há nada que eu faça que consiga melhorar o senhor.

Ele ficou pensando, por alguns instantes, voltou-se e disse:

- Olha só, doutor, pensando bem, só existe uma coisa que me melhora!

E eu:

- Então me diga. O que é?

E ele:

- Serviço, doutor, serviço. Quando eu estou trabalhando, so-
mem as dores, durmo bem e tudo o mais.

Retornei esperançoso:

- Pois, então, aí está a solução do problema. Arrume um ser-
viço!

E ele, pesaroso, encerrando a conversa:

- Não resolve. Sabe por quê? Eu começo muito bem, melho-
ro bastante, até receber o primeiro salário. Quando vejo quanto
me pagaram, pioro tudo de novo!

65 – Aprender com os próprios erros

Confesso a vocês que, quando as pessoas começaram a levar o celular para todo o lado e, também, para os consultórios médicos, isso me irritava um pouco. Eu já não tinha muita simpatia por esse novo recurso tecnológico, que nos obrigava a ficar disponíveis o tempo todo, para todo mundo. Demorei bastante a adquirir um, e só o fiz obrigado por minha esposa, que dizia que eu vivia incomunicável.

Curioso era quando os pacientes chegavam ao consultório e pediam à secretária o número do meu celular. Eles não acreditavam quando a secretária dizia que eu não possuía um.

A um deles, eu disse certa feita:

- Fique tranquilo! Os médicos sempre existiram e nunca houve celular. Sempre deu certo sem isso. Vai continuar dando.

Mas o problema surgia quanto tocava o celular no meio da consulta. O paciente devia, inicialmente, localizá-lo na bolsa (Deus nos livre de bolsa de mulher!). Depois da busca ansiosa, localizado o celular, ficava em dúvida se desligava ou atendia. Se atendesse, a coisa se prolongava e eu ficava relativamente irritado, esperando o fim do bate-papo. Às vezes, o paciente queria desligar, mas, aflito com a situação, não conseguia, e eu me irritava do mesmo jeito.

Certo dia, vou ao dentista realizar um procedimento. Seguindo as determinações de casa, levava o celular no bolso, mas, desacostumado a lidar com ele, deixei-o ligado.

Em certo momento da consulta, de boca aberta, e o dentista operando, toca um maldito celular. Eu pensei cá comigo: Deus queira que seja o da dentista. Mas, não; era mesmo o meu.

A profissional, então, calmamente, interrompeu o procedimento e disse, gentilmente:

- Por favor, Ricardo, pode atender seu celular.

Eu fiquei tão envergonhado que, naquele instante, jurei a mim mesmo nunca mais me irritar com celular. Tenho tentado cumprir essa promessa.

66 – Podemos não ser tão ruins assim

É possível que algumas pessoas não gostem de nós. E por motivos diferentes. Acho que acontece com todo o mundo, e não vamos conseguir agradar sempre a todos. Mas isso não impede que tentemos reverter impressões ruins que possam ter a nosso respeito, por meio de um comportamento amistoso, afetuoso e cordato. Particularmente, quando esse sentimento inamistoso não tem uma razão de ser mais séria, e seja fruto, talvez, de uma impressão superficial equivocada, que não foi devidamente esclarecida.

Se as pessoas continuam não gostando de nós, apesar de nosso esforço em revertermos esse sentimento, o problema torna-se apenas delas. Mas, se nada fazemos para reverter tal estado de coisas, o problema também é nosso.

A esse respeito, narro o que eu considero uma vitória espiritual.

Há cerca de trinta anos, um sobrinho de meu pai ia se casar na cidade de Goiânia, e meu pai manifestou o desejo de estar presente. Fomos eu, ele e minha mãe.

Um parêntese: eu sou de uma família, do ponto de vista da parentela, muito curiosa. Minha mãe teve apenas uma irmã e três sobrinhos, residindo na cidade de Guarani, muito próximos de nós, que residimos em Juiz de Fora. A família de meu pai, por outro lado, foi constituída de onze irmãos, dezenas de primos, espalhados por todo o país. Natural que nossa proximidade com

a família de minha mãe fosse maior. Isso, como, às vezes, acontece com quase todas as famílias, costumava gerar certo constrangimento para nós, pois se supunha que não valorizávamos os parentes do lado paterno, o que nunca foi verdade.

Nesse casamento, estaríamos, por um tempo maior, com a família de meu pai, na medida em que ficaríamos todos juntos, hospedados em uma granja muito grande. E foi o que aconteceu. Aproveitei esses momentos para estar com meus tios e primos, interessando-me pela vida deles e sendo o mais afetuoso possível.

Minha proximidade foi maior com a irmã mais velha de meu pai, tia Lila, considerada, por toda a família, como a mais generosa de todos, mas habituada a dizer sempre a verdade. Esse negócio de dizer sempre a verdade, às vezes, não dá muito certo, de forma que os irmãos e sobrinhos tinham um cuidado maior com ela.

Mas tive com tia Lila ótimos momentos. Fiquei sabendo que ela possuía uma moléstia reumática. Fiz questão de examiná-la, conversei sobre o tratamento. Indaguei sobre seus netos. Conversamos muito. Foi muito enriquecedor.

Ao final do evento, já nos despedindo de todos, ao abraçá-la, ela me disse baixinho:

- Nunca gostei de você! Sempre achei você muito esnobe, metido ... mas quero lhe dizer uma coisa: eu estava enganada. Você é um cara legal.

67 – Afetividade que considera o outro

É fato que as coisas mudaram bastante nas últimas décadas; quase tudo mudou. A velocidade com que as coisas acontecem, os recursos tecnológicos, o fim de certas profissões, com o surgimento de outras, a falta de profundidade nas relações sociais retratam, parcialmente, esse período de transformações.

Tomemos as relações profissionais. Meus pais tinham seu médico, seu dentista, seu mecânico de automóvel. Eram relações para a vida toda. Se morresse o mecânico, o filho dele, que aprendera com ele o ofício, assumia o conserto do carro da família.

Isso não existe mais: o mecânico é aquele que dá o orçamento mais em conta; o dentista é aquele que tem vaga, o médico é o que está de plantão. São relações sem profundidade, sem durabilidade, sem compromisso e confiança.

Outro dia, eu estava atendendo no consultório e, ao observar os exames e receitas que a paciente trouxe, verifiquei que ela havia estado com dois outros reumatologistas em menos de 30 dias. Eu, então, indaguei:

- Mas você já esteve com o doutor fulano... e com o doutor sicrano...

E ela:

- É verdade, eu gosto de ouvir outras opiniões.

Também mudaram as relações afetivas, ou melhor, a forma como o afeto se expressa e se manifesta. Quando faço uma com-

paração entre os meus dias de menino, há cinquenta anos, e os dias de hoje, observo algumas transformações importantes.

O relacionamento a dois acontecia de uma forma mais ou menos definida. Eles se conheciam, namoravam, ficavam noivos, casavam-se, e aí vinham as relações sexuais, filhos e tudo o mais.

Hoje não é mais assim: eles se conhecem e já iniciam as relações sexuais, começam uma espécie de namoro muito estranho, em que o rapaz dorme na casa da moça e a moça na casa do rapaz. E acaba num ajuntamento bem esquisito que, muitas vezes, termina em separação.

Com as separações, surgem novos relacionamentos que eram raros no passado. E relações diferentes: a namorada do papai, o namorado da mamãe, os filhos do namorado da mamãe, os filhos da namorada do papai. É muita confusão para a cabeça de quem nasceu no século passado.

Nós ainda não sabemos lidar muito bem com tudo isso, mas uma coisa é certa: não podemos abrir mão dos princípios morais. Jamais fazer com outras pessoas aquilo que não gostaríamos que fizessem conosco. Ver o outro como alguém que possui sentimentos, sonhos, desejos e necessidades. Agindo assim, preocupados também com o bem-estar do outro, saberemos navegar nas águas turbulentas das novas relações de afeto.

68 – Quem ama é o Espírito

Examinando ainda as novas relações afetivas, nós nos deparamos com os relacionamentos entre dois homens ou duas mulheres, que sempre existiram, mas que se tornaram mais transparentes nos últimos anos.

No ano de 2017, existiam, no Brasil, segundo números oficiais (certamente, é muito mais que isso), trezentas mil pessoas vivendo uma relação homoafetiva estável.

Na América do Norte, no ano de 2000, existiam 600 mil lares constituídos por dois homens ou duas mulheres, um quarto deles com filhos.

Como devemos entender isso? Penso que devemos avaliar esse fenômeno com muita naturalidade, obviamente, esperando que esses relacionamentos sejam pautados pelos princípios de fidelidade, compromisso e respeito ao outro, da mesma forma que esperamos dos relacionamentos heterossexuais. Não pode existir uma ética para os homossexuais e uma ética para os heterossexuais. A ética deve ser do ser humano.

Felizmente, muitas pessoas já estão compreendendo isso.

Recentemente, coordenei um seminário sobre sexualidade na cidade de Rio Pomba. No momento das perguntas, um senhor de meia idade, de trajes muito simples (fiquei sabendo depois que era produtor rural), pediu a palavra e deu o seu depoimento:

- Meu filho de 20 anos confessou ser homossexual. Confesso que tive muita dificuldade com isso, mas, depois de conversar longamente com minha esposa, chegamos à conclusão de que isso não era tão importante assim. Importante era o

amor que dedicávamos a ele, e que ele fosse feliz. E eu aceitei, de verdade.

Mas agora, há poucas semanas, ele me telefonou de Belo Horizonte, onde mora, para dizer que vai se casar com outro rapaz e queria muito que eu e minha esposa estivéssemos presentes no casamento deles. Eu estou achando isso muito estranho. Ele ser homossexual, eu aceitei bem, mas ele se casar? O que é que o senhor pensa?

Felizmente, ele pediu a minha opinião. Assim, eu poderia dizer o que penso. Voltei e disse:

- Eu acho que unir-se a outro rapaz pelo matrimônio é a melhor coisa que ele pode fazer. Vai dar dignidade a sua relação. Vão constituir uma família com tudo de bom que uma família tem a oferecer.

Notei, pelo seu olhar, que ele se sentiu muito aliviado: seu filho não estava cometendo um pecado.

Concluo, apresentando o que os principais estudos têm afirmado a respeito do tema.

1- Ninguém se torna hétero, homo ou bissexual por opção ou escolha. Nasce-se homossexual, não se escolhe sê-lo.

2- Não há evidência de que a maneira como os pais tratam seus filhos tem alguma coisa a ver com a orientação sexual. Do mesmo modo, não foi encontrado nenhum outro fator ambiental para explicar a homossexualidade.

3- Não há relação entre homossexualidade e comportamento imoral. Os homossexuais “traem” seus parceiros com a mesma prevalência dos heterossexuais. Existem promíscuos tanto entre homo e hétero, e não se pode relacionar a homossexualidade com a promiscuidade sexual.

4- Não se trata de doença, tendo sido excluída do *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais*, desde 1973, e do *Código internacional de doenças*, desde 1990.

5- A orientação sexual não pode ser alterada com terapia, e estar com pessoas cuja orientação sexual difere da sua não muda sua orientação sexual.

6- Grande parte dos casamentos entre homossexuais tem grande durabilidade, e os problemas identificados nesses casamentos são semelhantes aos observados em casamentos de heterossexuais.

7- Os homossexuais podem ser tão bons pais quanto os heterossexuais. A investigação científica tem demonstrado que os filhos criados por pais gays ou mães lésbicas apresentam o mesmo nível de funcionamento emocional, intelectual e sexual que os filhos de pais heterossexuais.

69 – Evitando que as coisas piorem

Um companheiro do centro comentou em um grupo de estudos:

- Sempre tive muitas dificuldades com minha mãe. A forma como ela lidava com meus irmãos era muito diferente da forma como ela lidava comigo, em que tudo era complicado. Isso me revoltava muito. Não compreendia o porquê e, portanto, não aceitava. Só passei a compreendê-la quando me aproximei dos trinta anos de idade, ao começar a estudar a Doutrina espírita e me convenci da reencarnação. Com trinta dias de Espiritismo, procurei minha mãe e disse a ela: “Eu quero agradecer à senhora por não ter me abandonado ou dado para outro criar. Hoje eu entendo como deve ter sido duro para a senhora criar um filho sem ter por ele nenhuma simpatia. Não a culpo. Sei que tenho responsabilidade nisso. Não de hoje, mas de minhas vivências passadas”.

A crença na reencarnação é a única que explica as diferenças de afeto, tão comuns entre membros da mesma família, e que, muitas vezes, são identificadas muito cedo na vida da gente.

Muitas vezes, o filho ou a filha que exige dos pais uma cota maior de sacrifício veio cobrar o que lhe foi negado no passado.

Provavelmente, o filho que os irmãos consideram o favorito da mamãe ou do papai foi o único a socorrê-los em momento difícil, em encarnação anterior.

Quase certamente, a filha antipatizada por grande parte da família foi aquela que provocou tragédias, ferindo a muitos, na última existência.

Nada justifica tratarmos de forma diferenciada um irmão, um filho ou um parente qualquer, mas devemos entender que gostar mais ou menos não é uma opção pessoal, e, sim, o resultado de um sentimento construído lentamente, através de muitas vidas em comum.

De quantas pessoas gostaríamos de gostar mais e não conseguimos? De outras tantas que gostaríamos de gostar menos e, também, não conseguimos?

Como reencarnacionistas, podemos compreender isso e agirmos de forma a tornarmos as relações em família mais amistosas.

Confesso a minha estratégia. Com aqueles com os quais tenho muita afinidade, converso sobre qualquer assunto, discordo, até brigo (no bom sentido). No entanto, os parentes com os quais não tenho muita afinidade, trato com muito cuidado, só converso amenidades, nunca discordo e procuro não ficar muito tempo junto deles... Isso para evitar que as coisas piorem.

Por isso, penso que os almoços em família nunca deveriam ser churrascos. Churrasco demora demais, tem muita cerveja e, no final, as coisas sempre esquentam. Almoço em família deveria ser feijoada. A gente come, come e depois vai dormir.

70 – Toda antipatia é transitória

A família havia notado grandes desequilíbrios no rapaz. Uma ansiosa inquietação. Não conseguia ficar sentado mais que dois minutos. Levantava-se, começava a andar pelo salão, para-va, saía para fumar (duas ou três tragadas), voltava, tornava a sentar-se, para, logo depois, começar tudo de novo. Dava para notar que era um pouco lento no falar e um pouco mais lento ainda no entender. Não era agressivo.

Fora um menino normal. Muito amado pelos pais e pelos amigos dos pais, extremamente bem relacionados na cidade em que viviam, até que os primeiros sinais do transtorno mental foram evidenciados.

Seu pai, materialista e ateu, um dia, emocionado, disse a meu pai:

– Arthur, se vocês curarem meu filho, eu me torno espírita imediatamente! Como nosso grupo mediúnico desejou curar aquele rapaz! Infelizmente, podemos ajudar, e ajudar muito a cura da obsessão, mas a cura não depende só de nós.

Nas crises, o jovem via imagens fortíssimas ligadas ao sexo e ouvia palavrões impublicáveis. Concomitantemente, sentia um calor insuportável, como se estivesse sendo queimado vivo, o que o obrigava a abrir a geladeira e quase entrar dentro dela, despejando sobre sua cabeça litros e mais litros de água gelada, na ânsia de amenizar o sofrimento.

Meu pai reuniu o grupo mediúnico para tentar um diálogo com o possível Espírito que lhe ocasionava o transtorno. Eram seis pessoas reunidas na sala. Os médiuns não sabiam de nada.

Logo após a prece, chega o Espírito... Espumava de ódio! Meu pai nada conseguiu com ele. Recusou-se a qualquer tipo de diálogo.

Meu tio Ali reviu duas encarnações sucessivas do rapaz e de seu infeliz obsessor. Viu datas, lugares e cidades onde os principais acontecimentos se deram. E viu mais: o obsessor, ou alguém por ele, incrustara no cérebro do doente uma espécie de fita magnética que, acionada a distância, produzia as imagens e os palavrões que desencadeavam as crises, deixando-o alucinado, ao mesmo tempo em que um calor infernal lhe tomava todo o corpo!

Não vem ao caso narrar aqui os eventos responsáveis pelo ódio que se instalou entre os dois amigos de outrora, vinculando-os num processo obsessivo de difícil reversão. Basta dizer que, na última encarnação em comum, a “vítima” de hoje envolveu o seu “algoz” em odiosa calúnia e, em decorrência disso, ele foi queimado na fogueira da Inquisição.

Quantos dramas e quantos sofrimentos decorrentes do ódio! Que preço alto temos pago pelas atitudes criminosas e pelo sentimento de raivosidade!

Já se vão mais de cinquenta anos do caso citado. Confiamos que os envolvidos já tenham buscado o entendimento e encontrado a paz...

A Doutrina espírita fala sobre o melhoramento progressivo da criatura humana. Todas as nossas imperfeições serão superadas um dia. Todos os nossos vícios serão vencidos. Todas as inimizades serão desfeitas.

A diferença fundamental entre Hitler e Francisco de Assis são os milênios. Francisco, em seu passado reencarnatório, pode ter cometido as mesmas barbaridades que Hitler, e Hitler, no futuro, brilhará como o missionário de Assis.

Proponho o seguinte exercício de imaginação.

Imagine você e o seu desafeto juntos daqui a mil anos. Em mil anos, dá para a gente evoluir um pouquinho. Imaginem, então, vocês juntos revendo o passado, rememorando os motivos de discórdias, as ofensas recíprocas. Quanto tempo perdido com desperdício de energia má! Quantas mágoas construídas de forma absolutamente desnecessárias!

Como teria sido melhor se a concórdia tivesse chegado mais cedo, se o entendimento tivesse se estabelecido precocemente.

Porque, qualquer que seja uma antipatia, ela vai desaparecer com o tempo. Por que, então, esperar mil anos, se podemos resolver isso já?

71 – Os bons sentimentos não povoam a alma de uma só vez

Inconvenientes que se verificam em algumas gestações são resultado de questões hormonais ou outros problemas da fisiologia materna e fetal. Todavia, os espíritas reconhecem fatores espirituais implicados em alguns casos.

O caso que vamos relatar tem profundas implicações espirituais e envolve um casal de tarefeiros espíritas, na época vinculados à Casa Espírita, na rua Sampaio, em Juiz de Fora.

Viviam muito bem e aguardavam, ansiosos, a possibilidade de receberem no lar outro Espírito, na condição de filho.

Finalmente, o diagnóstico: ela estava grávida. Mas, para surpresa de todos, o que prometia ser um período de encantamento e felicidade tornou-se um verdadeiro tormento. E para os dois, porque se viram acometidos de uma antipatia mútua. Inexplicavelmente, ela sequer podia olhar para ele e enchia-se de raiva. Ele, da mesma forma.

Ela me disse, um dia, que só de imaginar que ele estava voltando para casa, sentia náuseas, tontura e mal-estar. Ele, por sua vez, me dizia que, só de pensar em voltar para casa, sentia-se desanimado.

Os amigos do centro passaram a apoiá-los de perto. Recebiam passes várias vezes por semana, oravam junto deles na residência do casal e muito mais.

Aos trancos e barrancos, conseguiram chegar ao final da gravidez; nasce o bebê; era um menino.

Ele me confidenciou, com lágrimas nos olhos:

- Quando fui ver meu filho no berço, senti tanto ódio que saí do quarto, desesperado, e pensei: “Meu Deus, como pode ser isso?”

Perceberam logo que estavam diante de um Espírito com profunda animosidade em relação ao pai atual.

Prosseguiram com as orações, o passe, o trabalho no centro. Paulatinamente, as dificuldades foram sendo superadas, até que a antipatia desapareceu por completo. O conhecimento, a boa vontade e o desejo sincero de superação permitiram que as três almas envolvidas nesse drama do passado conseguissem a bela vitória do entendimento.

72 – Educar é viver com dignidade

Conversava recentemente com um amigo que coordena atividades de extensão em uma Universidade, e ele comentou sobre a dificuldade em sensibilizar os alunos de Farmácia, Medicina, Fisioterapia, Odontologia e outros para participarem de atividades de alcance social, relacionadas ao próprio curso. Ele me disse:

- Ricardo, eles só se interessam se existir algum tipo de ganho: bolsa, créditos etc. Onde está o espírito de gratuidade? O que aconteceu com essa geração, tão focada nos próprios interesses?

Eu aventei uma opinião:

- Estão reproduzindo o que aprenderam com os pais. Quantos deles observaram os pais visitando enfermos desprovidos de família, ou como voluntários em asilos e creches, ou participando de atividades altruístas em benefício dos mais necessitados? Não podem agir de forma diferente, pois foram educados a olhar apenas para o próprio umbigo.

O Espírito Joanna de Ângelis, quando trata da educação no lar, disse assim:

- *Educar é viver com dignidade.*

Ao contrário do que se pensa, educar não é fazer longos sermões, dar lições de moral ou falar sem parar. Educar é comportar-se com correção de caráter, com compaixão e com espírito de solidariedade. E os filhos, desde pequenos, estarão observando e introjetando dentro de si os valores que dão riqueza a nossa vida.

Os desafios, portanto, da educação no lar estão relacionados, sobretudo, ao exemplo. Mas existe outro fator: a autoridade.

Sempre que nós pensamos em autoridade, temos que pensar também em liberdade. As duas precisam caminhar juntas. Por-

que se ficamos apenas com a autoridade, ela se transforma em autoritarismo. Se ficamos apenas com a liberdade, ela se transforma em libertinagem.

Em uma sala de aula em que alguns alunos fazem bagunça, onde está a liberdade daqueles que querem aprender? O professor precisa exercer a sua autoridade para que isso aconteça.

Muitos pais confundem autoridade com autoritarismo. A autoridade legítima deve se embasar na modéstia e no exemplo.

Sobre o exemplo, já falamos. E a modéstia? Carece de modéstia a autoridade que, a todo momento, precisa se reafirmar, com expressões assim:

- Quem manda em casa sou eu!
- Eu que pago as suas contas!
- Você nada conseguiria sem mim!

Expressões como essas humilham, desgostam e afastam os filhos dos pais. A autoridade deve existir não porque os pais pagam as contas, mas porque viveram mais tempo, têm uma história de vida que os filhos ainda não têm, cometeram mais erros e mais acertos, têm o que dizer, e os filhos têm o que ouvir. Mesmo que sigam outro caminho. Mas têm o dever de ouvir, analisar e depois, sim, decidirem.

Um ditado chinês diz:

- Se você não sabe para aonde ir, converse com quem está voltando.

Sobre a questão da autoridade, eu me recordo do meu primeiro dia de residência médica, em março de 1984, quando o chefe da residência reuniu-se com todos os iniciantes e apresentou a seguinte questão:

- Dois homens são muito honestos: um deles tem vinte anos e o outro setenta. Qual dos dois é mais honesto?

E como nenhum de nós se atrevesse a responder, ele voltou-se e disse:

- O de setenta, porque é honesto há mais tempo.

73 – Bendito o que vem em nome do Senhor

Visitava, com minha família, uma cidade histórica da Bahia, quando o guia, voltando-se para o grupo, disse:

- Imaginem como deveria ser bom viver aqui, naquela época: sem estresse, sem poluição, sem correria!

Não resisti e pensei com os meus botões: “Até que viesse a cólica renal!”

É útil pensarmos na relação entre tradição e modernidade. Entende-se como tradição um conjunto de coisas (usos, hábitos, costumes, ideias) que são passadas de uma geração para outra. A tradição representa a consideração pelo passado, a gratidão por tudo que recebemos e que decorre do enorme esforço dos que viveram antes de nós.

Em meu Culto no lar, minutos antes de se iniciar, costumo evocar, pelo pensamento, os meus antepassados, meu pai, meus avós, tios, aqueles que, em grande parte, foram responsáveis por aquilo que sou.

Mas a tradição não pode, de forma alguma, considerar que apenas o antigo, o que deu certo do passado tenha valor, negando a importância das coisas novas e do progresso das diferentes ciências.

Os cientistas, ou muitos deles, são verdadeiros missionários, que, em nome de Deus, reencarnam com tarefas valorosas em prol do bem comum.

Em todos esses anos de prática médica, tenho lidado com alguns pacientes que, tendo em seu benefício grandes recursos da

medicina, mantêm-se na retaguarda do progresso, prejudicando, de forma importante, o seu tratamento.

Retrato apenas um deles. Tratava-se de um moço muito bem colocado financeiramente, na área do direito, que foi acometido por uma artrite associada à psoríase. Não sei o que lhe incomodava mais: as dores nas juntas ou as lesões de pele. Vinha ao consultório muito queixoso, eu propunha um tratamento, mas ele escorregava, dizendo que ia tentar algo de alternativo.

Retornava, meses depois, da mesma forma. Nada que eu dizia o convencia a se submeter a uma terapia eficaz. Tinha muito medo dos remédios.

Passam-se alguns meses, e o encontro no centro da cidade, vermelho como um pimentão, todo inchado, parecendo o Hulk. Indaguei surpreso:

- Mas o que houve com você?

E ele:

- Ah! Dr. Ricardo, estou fazendo um tratamento diferente, com picadas de abelha!

Não resisti e disse:

- Mas, fulano, você tem medo de tomar os meus remédios e não tem medo de ser picado por abelhas?

Ele esboçou um sorriso sem graça, despediu-se e foi-se embora.

74 – Estudar as próprias imperfeições

Kleber Halfeld, tarefeiro espírita de longos anos, mantinha um Posto de Socorro Mediúnico na Casa Espírita, dedicado ao atendimento emergencial a pessoas com problemas espirituais diversos. Uma tarefa de grande valor, onde dezenas de pessoas eram atendidas, orientadas e tomavam o passe.

Certo dia, perguntei a ele:

- De todas as pessoas que você atende, semanalmente, quantas se curam de verdade?

Depois de pensar por alguns momentos, Kleber voltou-se e disse:

- Muito poucas; no máximo, cinco por cento.

Levei um susto e indaguei:

- Mas só isso, Kleber, um grupo tão homogêneo e tão preparado como o seu? Apenas cinco por cento?

Ele voltou, concluindo:

- Quase todos melhoram muito. Mas voltam a piorar, porque não fazem o que deviam.

A resposta do Kleber evoca o pensamento, aceito até mesmo pela ciência oficial, de que somos, em grande parte, responsáveis por nossas aflições e também pela solução de muitos problemas. É claro que muita coisa não depende de nós, e é aí que os livros de autoajuda se equivocam. Mas aqueles que procuram fazer a sua parte levam óbvia vantagem sobre os outros.

Segundo o Espírito Emmanuel, *o pensamento sombrio adoecce o corpo são e agrava os males do corpo enfermo.*

Conta-se que um garotinho procurava algo debaixo de um poste, altas horas da noite. Um cidadão se aproximou, perguntando:

- Perdeu alguma coisa, meu filho?

- Sim, moço, a chave de casa.

- Mas você perdeu a sua chave aqui, debaixo do poste?

E ele:

- Não, perdi no escuro, mas como aqui está claro, procuro aqui.

Sobre nossa paz, nossa saúde e nosso estado de espírito, é sempre oportuno examinar se estamos fazendo a nossa parte, o dever de casa.

Esse dever consiste em deixarmos de procurar a solução dos nossos problemas no claro, ou seja, fora de nós, nas outras pessoas, e começarmos a procurar no escuro, dentro de nós mesmos.

Com razão, advertiu Allan Kardec: *Estudai as vossas próprias imperfeições, a fim de vos desembaraçardes delas.*

75 – Buscar primeiro o reino de Deus

Sou considerado, por minha família e amigos, como um cara antissocial. E nunca me interessei em desmentir isso. Ser considerado antissocial me poupou de muitos compromissos que tomariam meu tempo, sem me acrescentar nada. Assim, os amigos não cobram, e os parentes justificam a ausência, dizendo: “ele é assim mesmo”.

Aprendi isso com um conhecido da cidade de Guarani, caminhando com ele na Universidade. Ele voltou-se para mim e disse:

- Ricardo, você sabia que o pessoal de Guarani sempre me considerou um cara difícil, problemático e ruim de jogo?

Eu sabia, pois todo mundo sabia disso, mas menti:

- É mesmo? Não me diga! - respondi.

- É verdade - prosseguiu ele - mas eu nunca fiz questão de mudar isso. Você não pode imaginar como esse conceito me poupou de aborrecimentos!

Naquele dia, eu me convenci de que ser considerado antissocial era interessante. Porque, se nós decidirmos estar presentes em todos os eventos sociais, participar de todos os matrimônios, ir a todas as comemorações e festas e conhecer todos os países, não faremos outra coisa na vida, e essa experiência reencarnatória vai se perder.

Foi o que Jesus quis dizer ao nos convidar a buscar primeiro o reino de Deus. Mostrou que a nossa presença na Terra, através da reencarnação, possui uma finalidade nobre, e que existem objetivos bem definidos.

No *Livro dos Espíritos*, Allan Kardec perguntou aos bons Espíritos qual é a finalidade da encarnação, ou seja, por que deixamos o mundo espiritual e assumimos um corpo que adocece, envelhece e morre. Eles disseram que a encarnação tem dois objetivos. O primeiro, o nosso desenvolvimento espiritual, crescermos em inteligência e bondade. O segundo, colaborarmos com Deus no progresso coletivo.

Deve ser muito triste chegarmos ao final da vida, olharmos para trás de nós e sentirmos pena, por nada encontrarmos de belo, de útil e de nobre.

Manuel Bandeira escreveu um poema, chamado *Andorinha*, em que diz assim:

Andorinha lá fora está dizendo:

- Passei o dia à toa, à toa.

Andorinha, andorinha, minha canção é mais triste:

- Passei a vida à toa, à toa.

76 – É necessário nascer de novo

Um colega de trabalho, após assistir ao filme *Nosso Lar*, me disse:

- Ricardo, fiquei sem entender para que reencarnamos. Ora, do lado de lá, tem casa, hospital, escola, automóvel... por que não ficamos por lá mesmo?

Essa reflexão é importante. Embora a vida espiritual se pareça muito com as condições de vida na Terra, há diferenças entre elas. São essas diferenças que nos fazem compreender a necessidade da reencarnação.

O mundo físico se diferencia do mundo espiritual nos seguintes aspectos:

1- A experiência no corpo físico nos faz passar por várias fases de vida, cada uma delas com características particulares: nascer, crescer, enamorar-se, reproduzir-se, criar filhos, envelhecer e vivenciar certas moléstias físicas.

Essas condições são exclusivas da vida na Terra. Cada uma delas oferece ao reencarnante possibilidades de desenvolver certas habilidades.

As experiências da gestação e da maternidade, por exemplo, são únicas no sentido de se vivenciar certas emoções, que são exclusivas dessa condição. As mulheres que vivenciaram essas experiências podem dizer o que isso representou para elas.

Da mesma forma, a experiência do envelhecimento. Muitas pessoas dizem, no final da vida: “Quanto aprendi com a terceira idade! Se tivesse, aos trinta anos, o amadurecimento que tenho hoje, teria cometido menos erros!”

2- A luta pela sobrevivência: a presença na dimensão física coloca o Espírito em um meio em que a atividade e o trabalho são praticamente obrigatórios, do contrário, vem a fome, a doença e a morte. Isso não se dá no mundo espiritual (mesmo porque, já estando mortos, não podem morrer novamente).

O trabalho é o motor do progresso, e a atividade incessante é a alavanca no desenvolvimento da inteligência. Resolver problemas relacionados ao próprio ato de viver desenvolve a inteligência e expande as possibilidades mentais do Espírito.

3- O período da infância, tornando o Espírito mais acessível ao burilamento do caráter, por meio da educação e dos bons exemplos dos pais, dos professores e da intervenção salutar das religiões. Essas intervenções, quando positivas, podem auxiliar na transformação moral do indivíduo.

Como transformar em homens de bem tantos Espíritos voltados para o mal, senão fazendo com que passem por períodos múltiplos de infância, levando-os à convivência sadia com pais amorosos, mas disciplinadores, que estarão semeando em seus corações as sementes da bondade, da justiça e da consideração pelo semelhante?

4- O esquecimento do passado, que permite ao Espírito conviver com seus desafetos, sem recordar-se dos crimes cometidos uns contra os outros. Voltar ao cenário da Terra sem a lembrança do que fizemos e do que nos fizeram contribui na dissolução de ódios e no apaziguamento de relações afetivas que adoeceram no passado.

5- A convivência com pessoas diferentes. No mundo espiritual, os Espíritos que se assemelham se buscam na imensidão do espaço, constituindo grupos afins. Os Espíritos convivem basicamente com outros que são de mesma condição evolutiva.

Na dimensão física, isso não se dá – vivem todos em um “balaio de gato”: o responsável ao lado do irresponsável, o justo

ao lado do injusto, o sábio ao lado do obtuso, o gentil ao lado do grosseiro etc.

A convivência na diversidade estimula o progresso. Os que se acham em condição evolutiva inferior têm, em seus superiores, o exemplo e o estímulo para a autossuperação. Os que estão em posição superior encontram, na convivência com os que estão em posição inferior, as oportunidades para exercitar a tolerância, a paciência e a perseverança.

Foi por tudo isso que Jesus disse: *Ninguém pode ver o Reino de Deus, se não nascer de novo.*

77 – A cada dia basta o seu mal

Há pessoas que não precisam de problemas; elas são o seu próprio problema. Nesse particular, destaco o hábito da preocupação. Acaba sendo um vício. Há pessoas que são viciadas em se preocupar com alguma coisa. Quando não têm com o que se preocupar, inventam coisas ou ficam sempre na expectativa de que algo ruim vai acontecer.

Se perguntamos, numa consulta, a uma mãe ansiosa se a filha teve pneumonia, ela responde:

- *Ainda* não, doutor.

Se indagamos a um jovem temeroso que se iniciou em um emprego novo se está tudo bem, ele responde:

- *Por enquanto*, está!

Eu tenho uma paciente que é tão atormentada por preocupações, que o filho disse para ela:

- Mamãe, vamos criar para a senhora uma firma. Vai se chamar *Disque preocupação*. Quando alguém precisar se preocupar com alguma coisa, telefona para a senhora e aí a senhora se preocupa para ele.

Uma amiga me disse uma vez:

- Ricardo, não sei o que vai ser da minha vida quando meus filhos crescerem, pois minha vida é apenas se preocupar com eles!

Respondi:

- Fique tranquila, você vai se preocupar com seus netos!

Um médico canadense, que atendia muitas pessoas que adoeceram por excesso de preocupações, resolveu fazer um estu-

do. Procurou esses pacientes, vinte anos depois, para saber deles se o que eles temiam aconteceu de verdade. E verificou, surpreso, que mais de oitenta por cento deles disseram que não. Aquilo que eles mais temiam nunca aconteceu.

O empresário Henry Ford disse, certa feita:

- Minha vida foi constituída de cem por cento de preocupações. Noventa e nove por cento delas nunca aconteceram.

Eu me lembro de um colega de infância que tinha um grande medo: ao completar dezoito anos, servir o exército. Talvez fosse um trauma psíquico de reencarnação passada, mas o certo é que ele sofria bastante. Tinha pesadelos com isso, suava em bicas, e seu coraçãozinho batia acelerado quando alguém aventava essa possibilidade.

Pois bem, quando completou os dezoito anos e foi oferecer o pescoço para as forças armadas, recebeu o comunicado de que seria dispensado.

Não me refiro aqui, certamente, à preocupação natural, que denota responsabilidade perante a própria vida, que é um sentimento normal em quem leva a vida a sério. Deus me livre das pessoas que nunca se preocupam! Refiro-me à preocupação doentia, que atormenta, que perturba e que faz sofrer, desnecessariamente.

Jesus, sabendo das angústias que o medo e esse tipo de preocupação causam, deixou estas belas palavras:

Não se preocupem com a comida e com a bebida que precisam para viver nem com a roupa que precisam para se vestir. Afinal, será que a vida não é mais importante do que a comida? E será que o corpo não é mais importante do que as roupas?

Vejam os passarinhos que voam pelo céu: eles não semeiam, não colhem, nem guardam comida em depósitos. No entanto, o Pai de vocês, que está no céu, dá de comer a eles. Será que vocês não valem muito mais do que os passarinhos?

E por que vocês se preocupam com roupas? Vejam como crescem as flores do campo: elas não trabalham, nem fazem roupas para si mesmas.

Mas eu afirmo a vocês que nem mesmo Salomão, sendo tão rico, usava roupas tão bonitas como essas flores.

É Deus quem veste a erva do campo, que hoje dá flor e amanhã desaparece, queimada no forno. Então é claro que ele vestirá também vocês, que têm uma fé tão pequena!

Portanto, não fiquem preocupados, perguntando: “Onde é que vamos arranjar comida?” ou “Onde é que vamos arranjar bebida?” ou “Onde é que vamos arranjar roupas?”

O Pai de vocês, que está no céu, sabe que vocês precisam de tudo isso.

Portanto, ponham em primeiro lugar na sua vida o Reino de Deus e aquilo que Deus quer, e ele lhes dará todas essas coisas.

Por isso, não fiquem preocupados com o dia de amanhã, pois o dia de amanhã trará as suas próprias preocupações. Para cada dia bastam as suas próprias dificuldades.

78 – Certeza daquilo que esperamos

- Como podemos desenvolver a fé?

Essa pergunta, colocada em um grupo de estudos, deixou todos em silêncio. Conhecemos o valor da fé. O apóstolo Paulo, que definiu a fé *como a certeza daquilo que esperamos e a prova das coisas que não vemos*, apresentou a fé como uma das três grandes virtudes, ao lado da esperança e da caridade. Kardec ensinou que, embora a fé nunca possa ser imposta, ela pode ser adquirida, e que ninguém está impedido de possuí-la. Mas como desenvolvê-la?

Após alguns segundos de expectativa, um moço de cerca de 35 anos, que vinha lutando contra um câncer muito grave, voltou-se e disse:

- Há alguns meses, eu não saberia responder a essa pergunta, mas agora eu sei.

Não disse mais nada, e nem precisava. Percebemos, logo, que ele se referia ao sofrimento que vinha passando, e esse sofrimento fazia crescer em seu coração a confiança em nosso Pai do Céu, que nos ama como ninguém, e só permite que se dê conosco aquilo que é estritamente necessário ao nosso crescimento espiritual.

Penso que existe outro fator, além da dor, no desenvolvimento da fé: o sentimento que nasce e cresce da convivência com pessoas afins, nos grupos religiosos.

Nunca me esqueço do falecimento de Nelson e Laura, dois médicos brilhantes, cofundadores do nosso grupo espírita, o *Instituto de difusão espírita de Juiz de Fora* (IDE-JF). O fato se

deu em um lamentável acidente, próximo à cidade de Belo Horizonte. Quando a notícia chegou até nós, ficamos perplexos. No auge da profissão, espíritas dedicadíssimos, dois filhos pequenos, como pôde acontecer isso?

E sem que ninguém dissesse nada, como que movidos por uma força misteriosa, todos nos dirigimos para o nosso centro espírita, no bairro Santa Luzia, e ali, juntos, compartilhamos a nossa dor.

Durante muitos anos, tivemos uma ajudante que era ativa participante de uma igreja evangélica. O marido também. Nós percebíamos, pelo encantamento de seus olhos, quando era dia de culto. Nesse dia, ela e o esposo colocavam sua melhor roupa e iam ao encontro dos irmãos, viver a experiência da fé.

Dez por cento do que lhe pagávamos ia para o dízimo. Meus filhos ficavam revoltados:

- Mas ganham tão pouco e ainda vão dar dez por cento para o pastor!?

Minha esposa e eu esclarecíamos:

- Dão porque recebem de volta através do apoio social, do carinho, da convivência fraterna e gratificante. Quantos de nós gastamos muito mais que dez por cento do nosso salário com festas, roupas caríssimas, viagens para o exterior? Eles gastam, inserindo-se em um grupo que lhes faz muito bem.

Jesus, sensibilizando-nos à formação de grupos que procuram se ligar às forças espirituais do bem, disse: *Pois onde dois ou três estiverem reunidos em meu nome, eu estarei ali, no meio deles.*

79 – Vida boa não leva a lugar algum

Um grande amigo, professor aposentado de filosofia e católico praticante, me disse, certa feita:

- Eu não acredito em reencarnação, porque a minha crença, a crença católica, não a admite, mas reconheço que apenas a reencarnação explica e dá sentido ao sofrimento humano.

Esse pensamento nos remete a uma senhora já em idade avançada, que muito havia padecido na vida, que, ao conversar com Chico Xavier, disse-lhe, em tom de lamúria:

- Ah! Senhor Chico, minha vida foi uma dificuldade só! Só problemas, desilusões, angústias. Tudo o que consegui foi com muita luta, sem ajuda, passando por todas as provações possíveis. Nunca encontrei facilidades na vida!

E ele, afetuosamente, retrucou:

- Que bom, minha irmã! Que bom que foi assim! Vida boa não leva a lugar algum.

Uma pessoa estranha às ideias espíritas, presenciando o diálogo, poderia pensar que Chico houvesse perdido o juízo. Como alguém pode felicitar-se com outro por dores e angústias de uma vida toda? O modo espírita de pensar, contudo, nos dá o real entendimento dos dissabores da vida: amadurecimento espiritual, possibilidades de crescimento, expansão dos bons sentimentos.

Quando tudo vai bem, deixamos pouco espaço para Deus e temos a sensação de estarmos no comando de tudo. Nós que, em geral, somos tão autoconfiantes, de repente, diante de uma tragédia pessoal, nos damos conta de que o que realmente importa em nossa vida, muitas vezes, está além de nosso controle. Quando

chegamos ao limite de nossas próprias forças, precisamos recorrer a uma força maior do que nós e do que tudo o que existe no Universo.

Quantas pessoas encontram Deus quando chegam ao limite de suas forças! Costuma-se dizer que não existem ateus nas trincheiras de guerra, pois nesses momentos em que chegamos ao limite de nossa resistência é que pedimos socorro. Deus não costuma ser encontrado nos momentos felizes. O pedido de socorro é o rompimento com a autossuficiência, quebra a nossa arrogância e nos torna permeáveis ao sentido da espiritualidade e às mudanças que têm significado profundo.

Conta a psiquiatra Klüber-Ross que, certa feita, passou a observar um fenômeno interessante no hospital onde se encontrava vinculada. Muitos dos pacientes que estavam à beira da morte começaram a se sentir bem emocionalmente. Quando foi procurar a causa, descobriu que era devido à mulher da limpeza. Todas as vezes em que ela entrava no quarto de um de seus pacientes terminais, alguma coisa acontecia.

Certo dia, deparou-se com ela no corredor e perguntou de uma maneira um tanto brusca:

- O que você está fazendo com meus pacientes terminais?
- Só estou limpando os quartos, respondeu ela na defensiva.

Determinada a saber o que ela fazia para as pessoas se sentirem bem, começou a segui-la. Mas não conseguiu perceber nada de especial. Um dia, depois de se sentir observada durante algumas semanas, a senhora resolveu revelar o seu segredo.

Contou que, no inverno anterior, um de seus seis filhos tinha ficado muito doente. No meio da noite, ela levou o menino de três anos para a sala de emergência, onde ficou sentada com ele no colo, esperando, desesperada, durante horas, que um médico fosse atendê-la. Mas ninguém apareceu, e ela viu o menino mor-

rer de pneumonia nos seus braços. Ela relatou essa dor e agonia sem ódio, sem ressentimento, sem raiva, sem negatividade.

- Por que você está me contando, isso? Perguntou a médica. O que isso tem a ver com os meus pacientes que estão morrendo?

- A morte não é mais estranha para mim, ela respondeu, é como uma velha conhecida. Às vezes, quando eu entro no quarto de seus pacientes, eles parecem muito assustados. Não consigo me conter, vou até perto da cama e toco neles. Digo-lhes que já vi a morte, e, quando ela vier, eles vão ficar bem. E fico um pouco ao lado deles. Muitas vezes, sinto vontade de correr, mas não vou embora. Procuro me fazer presente para a outra pessoa. É essa a minha forma de dar amor.

80 – Deveres humanos

Eu seguia de carro, com meus filhos pequenos, quando um moço alcoolizado atinge meu veículo. Ignorando o que fizera, o motorista segue, em alta velocidade, atinge outro veículo, até se espatifar em um poste. Chegam os policiais, e, quando vão detê-lo, ele volta-se e diz, com arrogância:

- Eu conheço meus direitos!

Pensei com meus botões: só conhece os direitos. Deveria conhecer também os deveres.

Este é um dos grandes problemas de nossos dias: exigimos os direitos, esquecidos de que os deveres também são condições essenciais à convivência social.

Mas o que entendemos por dever?

Podemos definir dever como a obediência que nos cabe a certos princípios estabelecidos como leis, por Deus ou pelo grupo social a que pertencemos, e que são fundamentais à sobrevivência e ao progresso humano.

Quando Kardec perguntou aos Espíritos se algum dia os homens se entenderiam e viveriam em paz e harmonia, eles responderam:

- Os homens se entenderão quando praticarem a lei da justiça.

Mas, o que é a justiça? Segundo Allan Kardec, *a justiça consiste no respeito aos direitos de cada um.*

Ao examinar as obrigações particulares que a vida em sociedade acarreta para o homem, Kardec vai dizer que *a primeira de todas é a de respeitar os direitos dos semelhantes; aquele que respeitar esses direitos será sempre justo.*

E acrescenta: *no vosso mundo, onde tantos homens não praticam a lei de justiça, cada um usa de represálias e vêm daí a perturbação e a confusão da vossa sociedade. A vida social dá direitos e impõe deveres recíprocos.*

Dois deveres se destacam como dos mais importantes. Primeiro, o dever de respeitar o que pertence ao outro, aquilo que ele adquiriu com seu esforço. Segundo Kardec, propriedade legítima só é aquela que foi adquirida com o trabalho honesto e sem prejuízo para ninguém.

O segundo dever é o de respeitar as regras necessárias à vida social. Essas regras foram criadas para que a vida em sociedade fosse possível. Só chegamos aonde chegamos, em termos de civilização, porque estabelecemos princípios para gerir as relações humanas.

Como temos tido dificuldades com isso!

Aí estão o furto, a mentira para levar vantagem, a propina, a desconsideração pelas regras de trânsito, que tantas aflições têm causado.

Se existem tantos inconvenientes em dirigir após beber ou falando ao celular, por que fazê-lo?

Se o sinal de trânsito está vermelho, por que não aguardar um minuto para que chegue a nossa vez?

Se é proibido parar em determinado local, por que custa tanto avançarmos cem ou duzentos metros até um local adequado?

Para o evangelho, uma pessoa justa é uma pessoa sem culpas, e, segundo Jesus, *os justos brilharão como o sol, no reino de Deus.*

81 – Contravenção da lei do amor

Eu me recordo da cena de uma novela da Globo em que duas mulheres, ainda jovens, conversavam. Uma delas, viúva, estava enamorada do melhor amigo do marido morto. A outra, então, preocupada, diz:

- Mas, fulana, ele é casado, tem filhos, você vai destruir um lar?

E a outra:

- Eu tenho o direito de viver um grande amor!

A questão toca em um ponto muito delicado, o da afetividade humana. Muitos de nós acreditamos que temos o direito de viver um grande amor, a qualquer custo.

Temos, sim, o direito de viver um grande amor, mas temos o dever de respeitar relações afetivas previamente estabelecidas. Não podemos construir a nossa felicidade sobre os destroços da infelicidade alheia.

Os Espíritos superiores têm dito que a sexualidade aplicada de forma irresponsável, destruindo lares, desconsiderando injustificadamente relações prévias, ferindo corações sinceros, tem sido o maior obstáculo a nossa ascensão às esferas espirituais mais altas. Muitos Espíritos dotados de grande valor têm se mantido em reencarnações expiatórias, pela vinculação às relações sexuais inconsequentes. Emmanuel denomina de *contraventores da lei do amor* as almas comprometidas com esse tipo de equívoco.

Vejam uma situação que ainda se mantém frequente. O cidadão que já viveu metade da sua encarnação e, certo dia, acre-

dita que encontrou a sua alma gêmea. É claro que a alma gêmea é sempre novinha, bonitinha, cheirosinha. Nunca vi um cidadão descobrir a sua alma gêmea em uma senhora de sua idade, inteligente e erudita. É sempre uma novinha. E ele quer abandonar a esposa e os filhos para viver o grande amor de sua vida.

Outra situação: a mocinha que se enamora do rapaz mais velho, compromissado, às vezes, com filhos. Toda a família adverte, esclarece, condena, mas não tem jeito:

- É ele que eu amo, tia, é o amor da minha vida, mamãe!

Não existe nada de errado em amarmos qualquer pessoa, mesmo porque não conseguimos evitar os sentimentos; eles brotam independentemente de nossa vontade. Mas, daí a permitir que esses sentimentos dominem as nossas ações e nos levem a tomar atitudes eticamente equivocadas, vai uma grande distância.

Se ama de verdade, não vai querer colocar o ser amado no fundo do poço moral, comprometendo a sua existência e ferindo gravemente as pessoas que confiam nele.

Se ama de verdade, vai aguardar outra oportunidade para materializar esse amor. E, depois, nós sabemos, existe reencarnação. O que não conseguimos nesta, podemos programar para a outra. E, aí, vamos fazer tudo direitinho. Antes de retornarmos em novo corpo, vamos deixar combinado. Nós nos reencontraremos no início da encarnação, vamos namorar, casar e tudo o mais. Sem ferir, nem magoar ninguém.

82 – O direito de não gostar de nós

- Vou lhe dizer uma coisa muito séria; fulana de tal, irmã do seu melhor amigo, não gosta de você.

Isso me foi dito por uma paciente, referindo-se a sua colega de trabalho. Ela fez a “caridade” de me informar da existência desse desafeto. Coisa que eu não sabia. Eu era, segundo seu parecer, pouco querido pela irmã do meu melhor amigo.

Nunca dei muita importância ao fato de existirem pessoas que não nutrem simpatia por mim. Sempre acreditei que as pessoas têm o direito de não gostar da gente. E mais: isso é problema delas e não nosso. Cada um vai lidar com o próprio sentimento, e não com o sentimento do outro.

Mas achei intrigante o fato, pois não me recordava de absolutamente nada que eu pudesse ter feito com ela. Aliás, nós convivíamos pouquíssimo. Nunca tivemos uma conversa que tivesse se prolongado por mais de um minuto. Pensei comigo: Qual a causa desse sentimento?

Alguns meses depois, comentando o ocorrido com um colega de trabalho, também muito querido do amigo referido, ele me esclareceu quanto ao sentimento da moça.

A antipatia que nutria por mim não se relacionava a algo que eu tivesse feito, mas por algo que eu representava: o amigo querido do seu irmão. Alguém que lhe “roubava” a presença e a atenção do irmão. Ela era apaixonada pelo irmão, e, dominada pelos ciúmes, antipatizava com todo aquele que se colocasse entre os dois.

Misteriosa a alma humana; quando não consegue lidar com as próprias angústias, projeta, nos outros, sentimentos estranhos e injustificáveis.

Não será assim, também, conosco?

Será que a antipatia que nutrimos por um superior hierárquico na empresa ou repartição não decorre do fato de representar o poder que gostaríamos de ter e não temos?

Será que o fato de não gostarmos de determinado vizinho não se daria por ser mais popular do que nós?

Será que as dificuldades íntimas que temos com alguns parentes não decorrem da projeção econômica que conseguiram?

Será que a antipatia que temos por certo padre, pastor ou expositor espírita não decorre de coisas que eles dizem e que tocam em nossos pontos fracos?

Tema complexo que exige de nós profundas reflexões!

83 – Fazer o bem nem sempre é ser caridoso

Havia terminado o atendimento, prescrito uma fisioterapia e orientado o paciente a procurar a recepção para que lhe fosse dito onde poderia marcar o procedimento. Ele voltou e me disse:

- Não vou fazer pelo SUS, Dr. Ricardo. Lá no bairro, temos uma clínica gratuita de fisioterapia, oferecida por um vereador. Como o senhor deve saber, esse vereador é muito caridoso!

Não era o momento para discutir com ele o conceito de caridade, mesmo porque teria de lhe dizer que o referido vereador podia ser qualquer coisa, menos caridoso, embora oferecer fisioterapia de graça seja uma coisa boa.

É necessário, portanto, diferenciarmos *fazer o bem* de *sermos caridosos*. Qualquer coisa que fazemos que traz benefícios para outros é uma coisa boa, não necessariamente caridosa.

Para Kardec, ação caridosa é aquela que beneficia outra pessoa, interferindo positivamente no seu bem-estar, mas que, necessariamente, é acompanhada de algumas condições. Vejamos quais são.

Primeira: conhecimento. Aquele que doa deve saber o que está fazendo, ou seja, deve ter conhecimento de que sua ação é uma ação generosa. Só podemos pensar em certo e errado quando temos conhecimento do que está sendo feito.

Segundo: vontade de fazer. Um jovem que visita uma instituição de idosos, obrigado pelos pais, faz algo bom, mas não está sendo caridoso, pois faz obrigado.

Terceiro: desinteresse. Qualquer coisa que fazemos movidos por interesse pessoal, mesmo que tenha consequências boas, não pode ser considerada caridosa, porque, no fundo, trata-se de um negócio: dou para receber de volta depois. O citado vereador se encaixa aqui. Sua clínica de fisioterapia tem o óbvio objetivo de lhe render votos na próxima eleição.

Uma paciente do SUS me disse ao fim de uma consulta:

- Dr. Ricardo, eu rezo muito para o senhor. Peço a Deus que lhe dê muita saúde, para o senhor continuar cuidando da gente.

Respondi, prontamente:

- Essa reza não é pra mim. É pra senhora mesmo. Quero ver quando eu me aposentar se vou continuar merecendo essas orações!

Quarto: abnegação. Abnegar é abrir mão do próprio interesse em benefício de outro. Se relaciona a algum tipo de perda. A ação caridosa precisa custar algo a quem a faz: dinheiro, tempo, emoção etc. Se dou uma esmola, abro mão de um dinheiro que era meu. Existe perda. Se ofereço trinta minutos para conversar com alguém que necessita de atenção e carinho, estou abrindo mão de trinta minutos de meu tempo.

Quinto: acompanhada de um sentimento elevado. Se dou contrariado, insatisfeito, irritado, com rudeza, embora esteja fazendo o bem, não estou sendo caridoso.

Ufa! Como é difícil ser caridoso!

Mas Jesus nunca disse que as coisas aqui na Terra seriam fáceis:

Neste mundo vocês terão aflições; contudo, tenham bom ânimo! Eu venci o mundo.

84 – Sobre Deus, o melhor é não perguntar

Assistia, pesaroso, ao resultado final da eleição em que, mais uma vez, minha candidata fora derrotada, quando um colega de trabalho comentou, conformado:

- Foi a vontade de Deus!

Fiquei pensando se Deus teria entrado em cada sessão eleitoral, com cada eleitor, e, assim, definido o resultado final. Não acredito que seja assim. Deus não vota. Fulano ou Sicrano vence a eleição porque a maioria do eleitorado decide assim. Não vejo como relacionar o resultado final com a vontade de Deus.

Frequentemente, temos feito essa correlação.

Há um acidente muito grave no qual morrem muitas pessoas. Uma juvenzinha escapa da tragédia e, ao ser visitada pelos amigos, diz:

- Graças a Deus que me salvei!

A gente, naturalmente, indaga: “e foi graças a quem que os outros morreram”?

Ou, então, é o rapaz que, após muitos anos de estudos, passa no concurso almejado. Uma tia dá-lhe um abraço apertado e diz:

- Você tem que agradecer muito a Deus, meu filho, deve a Ele a sua vitória. Acredito que ele gostaria de perguntar: “mas, titia, todo o meu esforço não valeu nada”?

O rabino Harold Kushner conta que oficiou o sepultamento de uma moça de trinta anos, vítima de Leucemia aguda, deixando esposo e um filho de doze anos. Após o sepultamento, foi à

casa da família, no exercício da solidariedade, quando percebeu uma amiga da família procurando confortar o garoto e dizendo assim:

- Não fique triste, não, meu filho, Deus levou sua mãe porque estava precisando dela.

Kushner, então, pensou: “Como uma pessoa, em tão poucas palavras, comete tantos erros. Primeiro, pedir que o garoto não ficasse triste, como se isso fosse possível. Como alguém que acaba de perder a mãe não vai ficar triste? Segundo erro: Deus levou sua mãe. Ora, ela não morreu de “deusite”, morreu de Leucemia. E, finalmente, terceiro erro: Deus estava precisando dela. E o garoto, não estaria precisando da mãe? Deus não poderia se virar com outras pessoas, tantas por aí, que não têm filhos pequenos para cuidar?”

Tudo isso mostra que temos pensamentos muito errados a respeito de Deus. Responsabilizamos Deus por coisas que tem a ver com nossas escolhas, ou com condições relacionadas à nossa evolução e à evolução do planeta.

Segundo uma anedota, Noé, antes de tudo começar, foi procurado por Deus, que lhe falou do dilúvio e do que lhe competia fazer: construir uma arca enorme e colocar nela um casal de cada espécie.

Noé ficou muito desgostoso, afinal, era velho, e o que Deus lhe ordenava lhe daria um tremendo trabalho. Voltou-se para o Criador e disse:

- Mas o senhor possui todo o poder do mundo; o senhor, que vai fazer o dilúvio, não poderia, o senhor mesmo, construir a arca e enchê-la com os animais?

Conta-se que Deus voltou-se e disse:

- Noé, não é assim que eu trabalho.

Deus, em nossa vida, não pode ser um conceito, porque, a respeito de sua natureza, tudo nos é absolutamente incompreen-

sível. Ainda se encontra longe o dia em que estaremos aptos mentalmente para compreendê-lo. A filósofa alemã Simone Weil disse que, a respeito de Deus, o melhor é não perguntar, pois a compreensão de Deus é como um problema matemático onde faltam os dados que permitam a solução.

Mas Deus pode ser uma experiência de amor, porque podemos senti-lo sempre que a nossa alma se enche de graça diante de uma boa ação.

O evangelista João disse que quem ama conhece Deus.

Assim, é no amor, ou seja, na doação ao próximo, que vivemos a experiência de intimidade com o nosso Criador.

85 – Ajudo porque precisa e não porque merece

Havia terminado o consultório e descia a rua Romualdo em direção à minha residência, quando, a cerca de 50 metros de casa, deparei-me com a seguinte cena: um moço caído no chão, ao final de uma crise convulsiva, amparado por duas jovens senhoras. Uma delas, ao celular, solicitava socorro. Percebi, logo, que elas não conheciam o rapaz, mas, apesar disso, demonstravam grande aflição com o seu estado.

Aproximei-me, vi que nada havia a ser feito, e, como já tinha terminado meu expediente e me encontrava muito perto de casa, resolvi liberar as moças, dizendo que poderiam ir, que eu ficaria com o moço até a chegada do resgate.

Percebi nos olhinhos delas um grande alívio: o rapaz não ficaria sozinho. Elas estiveram junto dele enquanto necessário, embora tivessem outros compromissos; voltavam para casa, provavelmente com filhos à espera delas. Podiam seguir em frente, com a consciência do dever cumprido.

Não pensaram, naqueles instantes, que o enfermo tivesse uma doença contagiante, tampouco que fosse viciado, ou tivesse abandonado o tratamento e, portanto, fosse merecedor daquela crise. Não pensaram em nada disso. Simplesmente ficaram junto dele, solidariamente, porque o moço precisava delas.

Frequentemente, temos condicionado nossa ajuda a essa questão: será que ele merece? Tem feito a sua parte?

Deus não age assim em relação a nós. Permite que os bons Espíritos nos socorram independentemente de qualquer coisa. Simplesmente porque precisamos.

Habitualmente, em nossas preces, rogamos o auxílio de Deus, solicitando que ele se dê conforme nosso merecimento. Acho que devíamos mudar isso e pedirmos o socorro divino, condicionando-o às nossas necessidades, e não ao merecimento. Porque duvido muito de que muitos de nós possamos merecer qualquer coisa.

Imagino o seguinte: estou numa situação difícil e aí faço uma prece. Rogo o socorro do alto. Surge, então, um enviado de Deus, trazendo um grosso volume onde estão contabilizados meus erros e acertos. O Espírito abre o livro e se indaga: vamos ver se o Ricardo está merecendo! Acho que se isso acontecesse, eu não seria ajudado nunca.

Se Deus nos ajuda, não porque merecemos, mas porque precisamos, façamos o mesmo.

86 – Cada um vai para o seu lugar

Uma anedota muito conhecida no interior de Minas fala a respeito de um cidadão que, durante toda a sua vida, se dera muito bem com todas as pessoas. Nunca ninguém o viu discordando ou se desentendendo com qualquer pessoa. Já velhinho, doente, quase desencarnando, é visitado pelo padre do vilarejo, que lhe diz:

- Filho, antes de morrer, é preciso que você reafirme sua fé em Nosso Senhor Jesus Cristo e abomine o diabo.

Ele ficou calado.

O padre insistiu:

- Filho, antes de morrer, é preciso que você reafirme sua fé em Nosso Senhor Jesus Cristo e abomine o diabo.

O velhinho continuou mudo.

O padre, pela terceira vez:

- Filho, antes de morrer, é preciso que você reafirme sua fé em Nosso Senhor Jesus Cristo e abomine o diabo.

E como nada dissesse o moribundo, o padre, irritado, disse:

- Mas, criatura de Deus, por que você não quer abominar o diabo?

E ele:

- Senhor Padre, enquanto eu não souber para onde eu vou, não quero ficar mal com ninguém.

A piada remete a algo que é comum entre os espíritas: a preocupação sobre aonde vão depois da desencarnação. Os materialistas não se preocupam com isso, pois não acreditam em vida depois da morte.

Perguntaram a Chico Xavier se Emmanuel, seu guia espiritual, havia lhe dito sobre aonde ele iria depois da morte. E Chico respondeu:

- Sim, ele disse que, depois da morte, eu vou para o CEU.

E o interlocutor admirado:

- Que legal, Chico, para o céu?

- Sim, meu filho, esclareceu o médium, vou para o CEU. Mas não é o que você está pensando. CEU é uma sigla. Letra por letra quer dizer: *Centro espírita umbral*.

Não temos como saber aonde vamos ou o que vamos fazer ao término desta experiência corpórea, mas uma coisa é certa, não deverá mudar muito em relação ao que temos feito por cá.

Kardec diz que, após a morte, cada um vai para o seu lado ou somente se preocupa com aqueles que lhe interessam.

Se nossa existência se caracteriza unicamente por festas, eventos sociais e viagens de passeio, após a morte, estaremos à busca disso.

Se temos nos interessado por coisas úteis e produtivas, após a morte, estaremos focados em coisas úteis e produtivas.

Mas o que aprendemos com a Doutrina espírita é que podemos renovar nosso destino sempre que nos aprouver; tudo é uma questão de escolha pessoal.

Mudar o rumo de nossa vida e inverter as nossas prioridades é algo que pode acontecer a qualquer momento.

Jesus foi profundamente consolador ao mostrar que será dado aos trabalhadores de última hora o mesmo salário destinado aos que já se encontravam na labuta.

87 – Sou orgulhoso?

O orgulho é a imperfeição humana que nos faz acreditar que somos superiores ou melhores que as outras pessoas. Segundo os dicionários, trata-se da exaltação da personalidade, ou seja, do conceito muito elevado que possuímos a nosso respeito.

Para Allan Kardec, o orgulho é o defeito que menos identificamos em nós mesmos. Somos especialistas em identificá-lo nos outros.

Eu verifiquei isso em um seminário para jovens espíritas. No início das atividades, pedi a cada um dos moços e moças que se dessem uma nota de zero a dez, em relação ao orgulho. Quanto mais orgulhoso cada um se considerasse, maior seria a nota que se daria. Fiquei surpreso com os resultados. Os jovens foram muito generosos consigo mesmos; quase todos deram-se notas muito baixas, ou seja, não se consideravam orgulhosos.

Fomos, então, trabalhando o tema com eles, examinando a família do orgulho, ou seja, os defeitos que derivam do orgulho. Mostramos que, por se considerar superior, o orgulhoso:

- fica aborrecido quando é contrariado, ou comparado negativamente com outra pessoa;
- nunca admite os próprios erros, ou mesmo mudar de opinião, mesmo quando lhe mostram que está errado;
- não valoriza as ideias e as realizações de outras pessoas;
- trata os outros com impaciência, rudeza, deboche ou ironia;
- tem muita dificuldade em realizar tarefas simples, como as obrigações de uma casa;

- guarda rancor e tem muita dificuldade em se desculpar;
- evita a convivência com certas pessoas apenas por sua aparência, cor de pele, nacionalidade, gênero sexual ou outras características pessoais, ou seja, é preconceituoso;
- usa de muito rigor diante das falhas alheias e trata seus subordinados com desconsideração;
- irrita-se e ofende as pessoas por pouca coisa;
- quer sempre ter razão em tudo, não aceitando que os outros deem a última palavra;
- nunca se desculpa.

Ao final, pedimos novamente que cada um deles reexaminasse a nota que havia anteriormente se dado, confirmando-a ou alterando-a. Conclusão: quase todos mudaram sua nota, alterando-a para cima.

Uma mocinha me disse:

- Eu jamais podia imaginar que fosse tão orgulhosa.

O estudo sério dos temas espíritas abre nossa mente para o entendimento real de nossa personalidade. No entanto, mais importante que conhecermos as nossas inclinações más é nos motivarmos para superá-las, por meio do esforço pessoal, fazendo o que é certo, belo, bom, útil, justo e generoso.

Numa aula de filosofia, o professor propôs o seguinte problema:

- Temos um balde cheio de água suja e desejamos substituir a água por outra limpa, mas não podemos, simplesmente, jogar a água fora. O que fazer?

Como os alunos se calaram, ele próprio esclareceu:

- Colocando o balde debaixo de uma torneira com água limpa, com o tempo, toda a água suja será substituída.

Assim deve se dar com o melhoramento moral: fazendo o certo, estaremos, paulatinamente, substituindo, em nossos pensamentos e atos, o que é errado.

88 – Repartir o mérito

Eu conheço uma senhora que cozinha muito bem, mas faz questão de ser elogiada. Quando os que estão saboreando um de seus pratos não dizem nada, ela provoca pesarosa:

- Acho que não ficou bom.

E todos, de uma só vez:

- Não, dona fulana, ficou excelente.

Esse relato retrata uma condição humana muito comum: a vaidade. A vaidade consiste na necessidade de chamar a atenção, de ser considerada uma pessoa especial, de receber aplausos e elogios, de ser colocada em posição de destaque e muito mais.

Muitas reações, comuns no comportamento de quase todos nós, são motivadas pela vaidade.

Se um garoto de oito anos recebe de presente um relógio e sai mostrando para todo mundo, é vaidade.

Se o adolescente pega o automóvel do pai e põe-se a percorrer a pracinha do bairro, na esperança de que as meninas bonitas vejam, isso é vaidade.

Se o jovem inteligente faz questão de demonstrar seu saber, citando livros, autores e datas, isso é vaidade.

Se falo excessivamente de mim mesmo ou de meus entes queridos, isso é vaidade.

Até mesmo quando alguém diz: “eu não sou vaidoso”, está dando demonstração de vaidade - a vaidade de não ser vaidoso.

Duas mocinhas conversavam, e uma delas disse que, segundo um psicólogo famoso, toda moça bonita é vaidosa.

A outra:

- Discordo! Eu não sou nem um pouco vaidosa.

A humildade é a virtude que se contrapõe à vaidade. Para conquistar a humildade, é importante adquirirmos a consciência de que nosso valor existe por si mesmo, independentemente do parecer dos outros. O que os outros pensam a nosso respeito é problema deles e não nosso. Não somos melhores nem piores do que ninguém. Somos nós mesmos, com virtudes em expansão e com inclinações não muito boas, que serão paulatinamente superadas.

Compartilho com vocês uma bela lição de humildade.

Eu me encontrava na clínica psiquiátrica São Domingos, na condição de médico generalista, quando a chefe da enfermagem solicitou que eu abordasse certa paciente que se recusava a tomar a medicação. Ela já havia tentado bastante e, também, a técnica de enfermagem, e nada conseguiram.

Fui ao quarto da referida paciente e fiz longas dissertações sobre a necessidade do medicamento, até mesmo para que ela se recuperasse e viesse a receber alta. Nada consegui também. Decidimos, então, aguardar que o médico assistente, no dia seguinte, resolvesse o problema.

Fui cuidar de outras coisas, quando, duas horas mais tarde, ao retornar àquela enfermaria, sou informado de que a enferma se decidira, por fim, ingerir a medicação. Uma funcionária da limpeza havia conseguido a proeza.

Curioso, eu me dirigi à funcionária e indaguei:

- Diga-me uma coisa, que estratégia você empregou?

E ela:

- Mas, doutor Ricardo, eu não fiz nada demais. Observei o que vocês disseram e pensei comigo: “vou tentar também”. Apenas repeti o que vocês haviam dito. Acho que ela já estava tão enjoada de ouvir todo mundo dizer a mesma coisa que, para se ver livre da gente, decidiu tomar.

Aí está a humildade. Ela se mostra, neste caso, em dois momentos. Primeiro, quando a funcionária resolveu também tentar, quando outros, teoricamente mais competentes do que ela, haviam fracassado. E segundo, quando repartiu com todos o mérito da vitória.

89 – Será importante daqui a 20 anos?

Grande parte das nossas contrariedades reside no fato de darmos muita importância a coisas que não são tão importantes assim.

A esse respeito, meu pai gostava de contar um fato envolvendo seu amigo e grande estudioso da Doutrina espírita, Carlos Imbassahy.

Na década de sessenta do século passado, chegou a minissaia ao Brasil, e muitas moças espíritas estavam indo de minissaia às reuniões espíritas no Rio de Janeiro. Isso estava incomodando bastante os dirigentes do centro, que não sabiam como agir diante de tal situação. Colocavam avisos na entrada dos centros, falavam sobre o assunto nas reuniões públicas, mas o problema permanecia.

Nesse contexto, Imbassahy foi convidado para ministrar um seminário para vários centros espíritas do Rio. No momento das perguntas, um dos dirigentes lançou o problema para sua apreciação, indagando sobre o que deveriam fazer.

Imbassahy indagou:

- Vocês já colocaram avisos de advertência?

Eles disseram:

- Sim, colocamos.

O expositor voltou à carga:

- Solicitaram nas reuniões?

E eles:

- Também fizemos isso.

Imbassahy:

- E nada adiantou?

Todos responderam de uma só vez:

- Nada!

Para surpresa geral, Imbassahy voltou-se e disse:

- Então, só tem um jeito: peçam aos rapazes para não olhar.

Perguntaram a um grande psiquiatra, especialista em estresse, como ele se conduzia diante dos aborrecimentos do dia a dia.

Ele respondeu:

- Eu emprego a regra dos 20 anos.

O repórter indagou:

- Que regra é essa, professor?

E ele:

- Diante de qualquer contrariedade, eu pergunto a mim mesmo: será que isso será importante daqui a 20 anos? E como a resposta, geralmente, é não, eu deixo para lá.

Jesus disse, mais ou menos, a mesma coisa, segundo o Evangelho de Tomé:

O homem deve ser como um prudente pescador que lançou suas redes ao mar e as retirou cheias de peixes pequenos; porém, entre os peixes pequenos o pescador encontrou um peixe saudável e de bom tamanho; sem hesitar, escolheu o peixe grande e ao mar devolveu todos os pequenos.

A lição é esta: devolver ao mar os peixes pequenos é não dar muito valor às coisas sem grande importância. Fazer como o sábio psiquiatra: deixar para lá.

90 – Tolerar é compreender

Um colega me perguntou, certa feita:

- O Espiritismo fala muito em tolerância. Quer dizer, então, que eu sou obrigado a aceitar tudo o que me fazem? Até as coisas mais erradas do mundo?

O tema merece reflexão. Tolerar não é aceitar o erro alheio porque, se nós simplesmente aceitarmos o erro alheio, a humanidade não vai sair do lugar. O progresso, em grande parte, depende de identificarmos os erros, para corrigi-los.

Tolerar, na verdade, é compreender. Compreender que nenhum de nós está pronto, acabado, completo. Todos nós somos seres em construção. É perfeitamente compreensível que seres em construção cometam erros e possuam inclinações não muito boas.

É importante compreender também que certas atitudes equivocadas podem refletir um momento difícil pelo qual passa o faltoso, que não aconteceriam em outro momento ou em outro contexto. E que nós mesmos, vivendo uma dificuldade semelhante, talvez cometêssemos o mesmo erro.

Tolerar é compreender os outros, porque nós precisamos também que nos compreendam, já que errar faz parte da fase evolutiva em que nos encontramos.

Um conhecido nosso contou, em um grupo de estudos, que ficava muito irritado quando, na repartição em que trabalhava, os colegas colocavam as coisas em lugar errado ou pegavam emprestado certos objetos sem devolver.

Um dia chegou em casa explodindo e disse à esposa:

- Eu não aguento mais tanta desorganização!

E ela, muito calma, esperou que ele se tranquilizasse um pouco e disse:

- Benzinho, aqui em casa, você faz a mesma coisa. E sou eu, há mais de 15 anos, que coloco as coisas no lugar certo. E nem por isso briguei com você.

Emmanuel disse a Chico Xavier:

- Sempre que você identificar alguém fazendo alguma coisa que lhe pareça errada, três coisas são importantes.

Primeiro: não se assuste.

Segundo: não divulgue.

Terceiro: não condene.

E sabe por quê? Porque, um dia, você também já fez a mesma coisa.

91 – Implicância: quando é e quando não é

Conheço algumas famílias que se caracterizam pelo hábito da implicância mútua. O marido implica com a mulher, a mulher com o marido, os pais implicam com os filhos, os filhos com os pais, e os irmãos uns com os outros. Implicamos, querendo decidir pelo outro, dizendo o que ele tem ou não tem que fazer, ou criticando seu jeito de vestir, falar, comer e outras coisas mais.

Chico Xavier sempre teve, nesse particular, uma conduta exemplar. Só emitia opinião quando sua opinião era solicitada.

Certa feita, um dirigente de centro espírita contou-lhe barbaridades sobre a forma como vinha conduzindo as atividades no centro. Chico ouviu, com atenção, e, quando o cidadão concluiu sua fala, voltou-se e disse:

- Interessante, meu irmão, interessante.

Quando o confrade se foi, um amigo aproximou-se de Chico e disse:

- Mas, Chico, esse moço só está fazendo bobagem. Por que você não o esclareceu?

E Chico, com sabedoria:

- Ele veio aqui para me dizer como está fazendo. Ele não veio me perguntar como devia fazer.

Deixar as pessoas fazerem suas escolhas e viverem segundo suas opções de vida é algo que precisamos aprender. Mesmo porque não somos donos da verdade, e as pessoas podem estar certas, e nós errados.

Caminhava com um amigo na Universidade, quando ele começou a reclamar do pai, um senhor de 87 anos, dono de uma pequena confecção, que dá emprego a oito pessoas:

- Ah! Ricardo, eu não posso concordar com ele. Ele só pensa em uma coisa na vida: trabalho. Não se diverte, não passeia, não viaja, não sai para jantar fora... é só trabalho. Fica o dia todo enfiado naquela confecção; e foi assim a vida inteira. Eu não aceito isso. Ninguém pode viver assim. Você não acha?

Como ele pediu minha opinião, fiquei à vontade para opinar. Indaguei:

- Seu pai tem muitos problemas de saúde, toma muitos remédios?

E ele:

- Nada disso, remédio nenhum; forte como um touro.

E eu:

- Seu pai sofre de insônia, é muito ansioso, já teve depressão?

E ele:

- Não, nunca! Dorme que é uma beleza. Nem sabe o que é depressão!

Eu ainda:

- E vícios, ele fuma, bebe demais, é viciado em jogo?

- Também, não. Não tem vícios.

Eu pensei por alguns instantes, voltei e disse:

- Seu pai tem 87 anos, é forte como um touro, dorme e come bem, não toma um só comprimido. Não possui vícios... e você ainda acha que ele está fazendo a opção errada?

Vale a pena lembrar, todavia, que não se trata de implicar, quando nos preocupamos seriamente com um ente querido e fazemos comentários, ou apresentamos sugestões de forma bem intencionada, com o objetivo de beneficiá-lo. Afinal, todos temos responsabilidades para com aqueles que amamos.

Para ilustrar esse comentário, narro um episódio que se deu com o Celso, um colega da faculdade, e sua filha adolescente. Ele estava sentado na sala, vendo TV, quando ela surge com uns trajes bem ousados: uma saia muito curtinha, os ombros de fora, um batom muito vermelho.

Celso voltou-se, com um olhar que denotava preocupação, e indagou:

- Aonde você vai vestida dessa forma?

A jovencinha se ofendeu:

- O que é isso, pai? Ficou careta agora?

E ele:

- Eu estou apenas perguntando *aonde* você vai. Se você me disser que vai a uma festinha na casa de uma colega da escola, tudo bem! Seus colegas conhecem seu caráter e sabem que estar vestida dessa forma nada tem de especial.

Mas, se você me disser que vai a um local onde estarão pessoas bem mais velhas e que não a conhecem, então, você corre riscos. Eles podem sentir-se à vontade demais para ultrapassarem os limites do respeito ao outro, e as consequências disso podem não ser muito boas.

92 – A nossa parte na obra da criação

Muitos de nós ansiamos por uma sociedade onde todos tenham as mesmas oportunidades e o mesmo direito de ser feliz. Lamentavelmente, isso ainda vai demorar bastante, porque a justiça social se defronta com um grande adversário: a ganância de muitos, que gastam de forma irresponsável, acumulam cada vez mais e consomem sem limites.

Isso tem feito com que até mesmo a forma de tratar o outro esteja se modificando. Há muitos anos, quando ia com minha família passar as férias em cidades praianas, notava que os vendedores tratavam os clientes por “doutor”. Pensavam que assim agradavam e aumentavam as vendas. Na última vez que estive de férias no Nordeste, não fui tratado como “doutor”, mas como “empresário”, mostrando como nós estamos focados no produto e na mercadoria, em detrimento da criatura humana.

Falamos muito em direitos humanos, mas, em países como o nosso, muitas pessoas ainda não usufruem sequer dos direitos animais: o direito de se nutrir adequadamente, de beber água limpa, de dispor de locais adequados para eliminar os dejetos, de usufruir de espaço seguro para cuidar da cria.

Embora o estabelecimento dessa sociedade não dependa exclusivamente de nós, podemos e devemos fazer a nossa parte:

- combatendo o desperdício. O que sobra em muitos lares falta em outros;

- preocupando-se mais com o necessário. O que se gasta com cosméticos e perfumes no mundo resolveria o problema da fome de cem milhões de pessoas. O que os europeus consomem com sorvetes resolveria o problema da água de 1 bilhão de pessoas que não têm acesso a ela;

- desfazendo-se daquilo que não nos é útil;

- não expondo de forma exagerada o que temos em excesso. Isso agrava o sofrimento dos que não têm;

- colaborando com organizações sérias e honestas que labutam em benefício dos mais necessitados;

- não tomando o que é do outro;

- não explorando ninguém;

- considerando que a tão citada liberdade não é algo que se encontra disponível a todos, da mesma forma.

Um trabalhador, que não tem outra opção de serviço, é livre para negociar com o patrão em pé de igualdade?

Um cidadão que ganha um salário mínimo é livre para passar as férias com a família na Europa?

Uma pessoa que está morrendo de sede, em pleno deserto, é livre para não comprar uma garrafa de água por cem reais, por mais absurdo que isso seja?

Um pai com o filho pequeno gravemente enfermo ao colo é livre para recusar o pagamento, às vezes, exorbitante de uma consulta médica?

Só há, realmente, liberdade quando quem vai decidir tem opções reais, age com conhecimento de causa e sem pressões externas.

Uma vez eu vi dois irmãos, um deles com quatorze anos e o outro com cinco anos, trocando figurinhas de um álbum da Copa do Mundo. Fiquei pensando com meus botões: teoricamente, essa troca é decorrente de uma ação livre, afinal, os dois

ali estão livremente; não estão sendo forçados por ninguém. Permutam as figurinhas porque querem.

Mas será que essa troca é justa? Eles decidem e escolhem em pé de igualdade? O irmão mais velho é bem esperto, conhece as figurinhas raras, sabe perfeitamente o valor de cada uma delas. O mais novo é ainda um boboca, age apenas pelo entusiasmo, sem nenhum conhecimento de fato. Embora a troca das figurinhas, aparentemente, se dê de uma forma livre, justa ela não é.

93 – Quem comete o pecado é escravo do pecado

Tratava-se de uma moça de cerca de 40 anos que compareceu ao meu consultório pela segunda vez. Encontrava-se com uma tendinite no cotovelo direito. Eu havia medicado, e ela fazia fisioterapia. Tínhamos notado alguma melhora. Recomendei que mantivesse a fisioterapia, tomasse o medicamento por mais alguns dias e retornasse em trinta dias.

Ao término do atendimento, ela voltou-se para mim e disse:

- Dr. Ricardo, eu gostaria que o senhor me fornecesse um laudo sobre o meu problema. Tenho um advogado amigo e vou tentar minha aposentadoria por invalidez. Afinal, sou passadeira. Não dá para continuar trabalhando com o braço desse jeito.

Levei um baita susto, afinal, ela era muito jovem, estava melhorando, apesar do pouco tempo de tratamento, e pensando em aposentadoria!

Eu, então, me senti obrigado a dizer o que pensava:

- Mas, fulana, você acha que é uma inválida? Aposentadoria por invalidez destina-se a pessoas inválidas, que são incapazes de se manter, pela impossibilidade completa de trabalho. Você acha justo que pessoas que dão muito duro, trabalhando 44 horas semanais, passem a sustentar você? São os que trabalham que mantêm os que não trabalham! É isso mesmo que você quer?

Percebi, pelo seu jeito, uma certa contrariedade. Despediu-se, e nunca mais a vi.

Nos últimos anos, o número de pessoas afastadas do trabalho para tratamento de saúde aumentou significativamente, sem que nenhum fato possa explicar isso.

Esse fenômeno retrata uma condição lamentavelmente muito comum, a de pessoas que querem se aproveitar de uma situação para se beneficiarem, para levarem algum tipo de vantagem, esquecidas de que alguém vai ser prejudicado. Atestados médicos falsos ou injustificáveis, atrasos recorrentes, corpo mole no serviço são condições muito comuns e que devem ser consideradas como obstáculos a uma vida saudável do ponto de vista ético.

O conhecimento das vidas sucessivas nos esclarece que essas atitudes trazem consequências do ponto de vista espiritual, e que, pela lei de Deus, não há atitudes que ficam impunes quando lesamos outras pessoas ou a sociedade em si mesma. A lei de causa e efeito nos ensina que recebemos da vida o que damos a ela. Quando lesamos o outro, criamos, em nossa mente, um sentimento de culpa, que um dia cobrará de nós algum tipo de ressarcimento.

Isso ficou claro para mim em um episódio que vivi quando me mudei para o apartamento em que moro. Eu havia adquirido o imóvel com a inclusão da cozinha modulada, com armários, mesa etc. No entanto, esse detalhe não constava no contrato. Quando da entrega do apartamento, o antigo dono pediu uma boa quantia para deixar a cozinha, desconsiderando a palavra dada anteriormente. Recusei terminantemente. Além de não ter a quantia que ele me solicitava, tratava-se de falta de caráter da parte dele.

Ele, então, retirou todos os móveis que compunham a cozinha e, ainda, quebrou a pia, ao retirar o armário.

Minha esposa e eu ficamos muito aborrecidos. E o aborrecimento se renovava todos os dias ao chegarmos à cozinha e verificarmos o estado em que ela se encontrava.

Até que, certa manhã, enquanto preparava o café, tive, certamente oriundo dos Espíritos amigos, o seguinte pensamento:

- Ricardo, você é espírita e continua aborrecido por uma questão de tão pouco valor assim. Você ainda não se deu conta de que está “devolvendo” uma cozinha.

Percebi, então, que a lei de causa e efeito se cumprira, e eu estava devolvendo à vida algo que havia tomado dela, de forma desonesta. Depois dessa manhã, nunca mais voltamos ao assunto e nos preparamos para, com nosso trabalho, refazermos o que havia sido destruído.

Ao curar um paralítico, Jesus advertiu: *Não peque mais, para que não aconteça com você uma coisa ainda pior. Quem comete o pecado é escravo do pecado.*

94 – Que tipo de pessoa eu quero ser

Durante minha vida, deparei-me com pacientes que nunca melhoravam. Ano após ano, com as mesmas queixas; eu trocava os medicamentos, e nada; eles sempre sentindo a mesma coisa.

E o pior é que não me largavam! Isso não faz sentido. Não ficamos com um profissional, seja ele um médico, um dentista, um fisioterapeuta ou um mecânico, que não resolve os nossos problemas.

Sabem o que eu observei em alguns desses pacientes? Eles não queriam melhorar... eram felizes na infelicidade! Porque tinham ganhos secundários.

Não podiam melhorar porque, se melhorassem, receberiam alta do INSS. Não podiam melhorar porque, se melhorassem, o marido, que já tinha ameaçado pedir o divórcio, iria se mandar de casa. Não podiam melhorar porque, se melhorassem, a filha, que estava adiando o casamento, se casaria brevemente.

A esse respeito, o Dr. Ivo Pitanguy, o mais famoso cirurgião plástico do Brasil, contava o seguinte caso.

Ele estava em seu consultório no Rio, quando chegou para ser atendida uma moça de vinte e cinco anos. Veio acompanhada do pai, um rico comerciante da Índia. A história era a seguinte: ela tinha uma ferida na barriga que nunca cicatrizava. Havia sido operada por três renomados cirurgiões, na Europa e na América do Norte, e o problema não se resolvia. A cirurgia era um sucesso, mas, dois ou três dias depois, a ferida abria e voltava a sangrar. Médico algum conseguia explicar o que estava acontecendo.

O pai disse:

- Dr. Ivo, o senhor é a minha última esperança. Eu venho da Índia e pago o que for preciso para curar a minha filha.

O médico examinou a ferida; era uma coisa à toa. E resolveu operar.

No dia seguinte, internou-a em sua clínica, fez a cirurgia, deu alta no dia seguinte, pedindo que retornasse em uma semana para revisão.

Uma semana depois, ela volta com a ferida aberta e sangrando. E o médico observou uma coisa, o pai estava desesperado, mas a mocinha não demonstrava a mesma preocupação.

Ele, então, teve uma ideia. Internou novamente a paciente, operou-a, mas não deu alta. Ela ficaria na clínica por sete dias, o tempo para a cicatrização. E colocou no quarto da paciente câmeras de TV, sem que ela soubesse.

Na noite do segundo dia de pós-operatório, ela se levanta, retira o curativo, enfia o dedo na ferida até sangrar, coloca novamente o curativo e vai dormir.

Mas tudo foi gravado. Ao mostrar ao pai o que acontecia, a jovem teve uma crise de choro e confessou: ela fazia aquilo para ter a companhia do pai, um homem tão cheio de compromissos, que tinha muito pouco tempo para ela.

Tudo isso nos faz pensar: que tipo de pessoa queremos ser? Coitadinhos, dependentes, acomodados? Ou determinados, autônomos e corajosos?

Fica a pergunta para reflexão.

95 – Nosso corpo sabe o que é bom para nós

Jesus foi preciso ao dizer que cada um receberá de acordo com as suas obras.

Evidentemente, muitos contratempos acontecem na vida de todos nós, que nada têm a ver com as nossas escolhas, mas, como regra geral, muita coisa concorre a favor daqueles que vivem o bem, e atropelos aparecem no caminho dos que têm procurado pela *porta larga*.

Até mesmo o nosso corpo sabe o que é bom para nós. Se nos acomodamos ao vício do cigarro, nossos pulmões se rebelam, e surgem o enfisema e a bronquite. Se comemos demasiadamente, as células do pâncreas entram em greve, param de produzir insulina, e surge o Diabetes mellitus. Se somos adeptos fervorosos dos aperitivos, o aparelho digestivo se revolta, e aparecem a gastrite, a pancreatite e muito mais. Se cultivamos o sentimento de mágoa, nosso sistema imunológico entra em pane, e aparece o câncer.

Por outro lado, se nos tornamos adeptos das boas causas, e nossa alma se ilumina do espírito da boa vontade, nosso cérebro agradece, liberando substâncias químicas que dilatam os vasos, aliviam as dores e melhoram a concentração e o humor.

Mas não apenas o nosso corpo responde aos nossos atos, também as nossas companhias espirituais. Somos acompanhados por Espíritos que vivem no mesmo clima que o nosso, para o mal e para o bem. Essas companhias, quando infelizes e indese-

jáveis, agravam nossos males. E, quando devotas do sentimento da caridade, enriquecem o nosso viver.

Na cidade de Uberaba, uma senhora que havia perdido dois filhos em um acidente de carro viajou oito horas do interior de São Paulo, com a esperança de estar com Chico Xavier e receber uma mensagem dos filhos. Mas, quando chegou ao centro, não havia mais senhas. Ela pôs-se a chorar baixinho, com muito pesar. Outra senhora, que percebera o seu drama, aproximou-se e disse:

- Olha, eu perdi um filho, mas a senhora perdeu dois, e vem de muito mais longe do que eu. Tome a minha senha, eu voltarei outro dia.

A mãezinha de São Paulo agradeceu, esperançosa, e foi para o local reservado. A mãe generosa ficou fora do centro, apenas para assistir, de longe, à reunião.

Chico recebe algumas mensagens, e, ao final, na leitura, começa por uma psicografia de um moço de vinte anos, desencarnado recentemente. Ele dirige-se à mãezinha – aquela que havia cedido o lugar:

- Mamãe, eu não deveria comunicar-me hoje, mas o seu gesto de bondade sensibilizou até mesmo os dirigentes espirituais da tarefa, que foram buscar-me para que eu viesse dizer a você que continue a ser essa alma generosa que a senhora é.

96 – Somos seguidos por nós mesmos

Tenho duas sobrinhas que são gêmeas idênticas: Júlia e Beatriz. Os gêmeos idênticos possuem os mesmos genes, vindos dos pais. No caso de Júlia e Beatriz, além dos mesmos genes, tiveram a mesma criação. Viveram no mesmo lar, com os pais e a irmã mais velha, frequentaram a mesma escola, nas mesmas salas, com as mesmas professoras. As coleguinhas eram as mesmas. Iam juntas às mesmas festas, à mesma médica, à mesma dentista, tinham as mesmas doenças comuns da infância.

Se nos guiarmos pelo que afirma a comunidade científica, Júlia e Beatriz deveriam ser pessoas iguaizinhas, pois herdaram os mesmos genes e sofreram as mesmas influências do ambiente. No entanto, Júlia e Beatriz, que hoje têm perto dos trinta anos de idade, são muito diferentes uma da outra.

Como explicar isso? Muito facilmente, quando admitimos o conceito da reencarnação. Embora possuam os mesmos genes e tenham recebido a mesma criação, elas são Espíritos diferentes. Cada um desses Espíritos traz a sua história pessoal, resultado das experiências que viveu em outros corpos, em outros locais, convivendo com outros seres.

Um colega de caminhada me contou sobre seu filho. Desde bem pequeno, interessava-se profundamente por livros, revistas e leitura em geral. Todos os dias, trazia para casa um livrinho da biblioteca da escola. Lia no mesmo dia, devolvia para trazer outro no dia seguinte. Todos os anos, recebia, na escola, o prêmio

de leitor número um. Nos aniversários, pedia de presente livros, apenas livros.

E o pai me disse:

- Ricardo, não dá para entender isso. Lá em casa, ninguém gosta de ler. Minha esposa e eu, nem revista lemos. Eu nunca consegui ler um livro de capa a capa. E esse menino desse jeito!

Um exemplo pessoal. Eu sou de uma família em que todos têm grande habilidade manual: meu irmão foi dentista, meu pai tinha uma letra perfeita, minha mãe sempre fez belíssimos bordados, e minha irmã também sempre foi muito hábil em trabalhos manuais.

E eu? Um desastre desse ponto de vista: onde coloco a mão é uma tragédia. Quando bem pequeno, quase fui expulso da escolinha infantil, porque não conseguia fazer o numeral dois. Cresci com uma letra tão ruim que, quando tinha dez anos, meu pai comprou cadernos de caligrafia e me obrigou a passar as férias de janeiro preenchendo os cadernos. Não melhorou nada.

A reencarnação nos faz compreender, além das diferenças que existem entre as pessoas, alguns fenômenos que parecem muito estranhos, e que, na verdade, podem ser explicados como reminiscências de reencarnações passadas.

Hernani Guimarães Andrade, um estudioso da doutrina espírita, já desencarnado, escreveu um livro denominado *Reencarnação no Brasil*. Nesse livro, ele apresenta oito casos de pessoas que se lembraram da última encarnação. Desses oito casos, três foram de crianças mortas muito jovens, que ficaram pouco tempo no mundo espiritual e reencarnaram na mesma família.

Um dos casos é particularmente curioso. Uma criança que, sempre que passava com os pais por certa avenida da cidade em que morava, sentia-se muito mal. Uma espécie de síndrome do pânico. Ela ficava pálida, suando muito, com dor no peito e muito medo. Um dia, ela se lembrou de que foi naquela avenida que

ela morreu, na encarnação anterior, atropelada por um caminhão.

Outro caso curioso, contado por outro autor. Um menino que tinha pânico da escola. Nada fazia com que ele permanecesse no colégio. Foi visto que, na encarnação passada, ele havia falecido em um terrível incêndio acontecido na escola em que estudava.

Diante de tudo isso, ficamos pensando sobre o dia em que a ciência oficial passará a aceitar a doutrina das vidas sucessivas. Quantos mistérios humanos serão devidamente compreendidos, e como poderá intervir, mais eficazmente, na solução dos diversos transtornos mentais.

97 – Confiar e seguir as orientações

Durante muitos anos, atendi, no ambulatório do SUS, uma jovem vinculada ao movimento espírita, que vinha apenas pegar comigo uma receita de um medicamento controlado, o Diazepam. Ao término da consulta, ela me pedia, sempre em tom de voz muito baixo, que, por favor, não dissesse a ninguém que ela usava esse tipo de medicamento.

Um dia, eu resolvi perguntar-lhe quanto à razão desse receio, e ela me respondeu:

- Lá no Centro, falam muito mal de quem toma esses remédios.

Eu indaguei então:

- E você, o que diz?

E ela:

- Eu também falo muito mal.

Precisamos refletir sobre essa questão, porque existem duas atitudes equivocadas em relação ao uso de medicamentos que agem no sistema nervoso.

A primeira refere-se a pessoas que deveriam usar, pois possuem transtornos mentais que exigem esse tipo de tratamento e não o fazem, por preconceito ou fanatismo religioso. Pessoas que acham que vão resolver problemas sérios de saúde apenas com o tratamento espiritual. Um deprimido grave pode tomar passe de 8/8 horas e um balde de água fluida por dia, que não vai se recuperar. Há doenças que só melhoram com medicamentos que controlam a química alterada do cérebro.

O segundo equívoco está em pessoas que já deveriam ter se libertado desse tipo de medicamento, mas continuam vinculados a ele, como se fosse um vício.

Aliás, esse é um problema comum em nossos dias. Queremos remédio para tudo, até mesmo para reações que são absolutamente normais.

Outro dia, uma amiga ligou para o meu consultório, pedindo uma receita de fluoxetina. O motivo era este: seu tio havia falecido, e ela se encontrava muito triste. Eu respondi, dizendo que ela precisaria de remédio se estivesse alegre. Isso, sim, seria sinal de doença, mas ficar triste, não, pois era uma reação normal. Isso mostra que muitos de nós estamos medicando as emoções, que são reações naturais e que precisam ser devidamente elaboradas e vividas de forma saudável.

Como tudo na vida, aqui também é preciso ter bom senso. Confiar em um profissional honesto e competente e seguir as suas orientações.

98 – Amor não aprisiona, liberta

Alguns vícios não foram conhecidos por nossos avós; surgiram recentemente. O vício na internet, o vício no trabalho, no celular e o vício de comprar.

O vício de comprar é também chamado *shopping dependência*. Compra-se por tédio, por depressão, ou simplesmente porque estamos com o dinheiro nas mãos. Vamos ao supermercado comprar um quilo de batatas e voltamos com um conjunto de facas e uma TV, quando nem temos um local para colocá-la.

E o pior é quando começamos a fazer só mau negócio, porque o vício tira a capacidade de raciocinar. Compramos fiado um lote, sem entender o porquê. Como não temos como pagar, nós o vendemos pela metade do preço e adquirimos uma motocicleta sem termos carteira. E como não temos carteira, trocamos por um carro enguiçado. E vamos nos endividando cada vez mais.

De todos esses vícios, um talvez seja o mais grave: a dependência afetiva. Quantos de nós somos viciados em outras pessoas! Vício grave, que faz com que certos dependentes abandonem filhos pequenos, matem ou morram em decorrência do vício.

Relato um caso impressionante, envolvendo uma família vinculada a nós pelo movimento espírita. Uma tarefeira do centro, com uma ficha de trabalhos mediúnicos de mais de quarenta anos, veio a falecer. Alguns dias depois, sua filha mais velha passou a apresentar um quadro muito estranho: tristeza profunda, desinteresse pela vida, angústia, afastamento dos amigos. Muito estranho mesmo, porque ela era uma moça muito alegre, sem nenhum problema na área da depressão.

Um psiquiatra e um psicólogo passaram a acompanhá-la, com medicamentos e psicoterapia, sem que nenhum resultado fosse obtido. Já não saía de casa, não conversava com ninguém, sequer o banho conseguia tomar.

Alguém, então, disse ao marido:

- Leve-a ao centro espírita. Sua mãe era tão dedicada à doutrina! Talvez consigam ajudá-la.

Eles foram. A equipe do centro atendeu-os, com muito carinho. Ela recebeu o passe, uma garrafa de água fluidificada e sugestão de leituras edificantes. Ao término do atendimento, os tarefeiros continuaram em prece, vibrando por ela, quando comunica-se, por um dos médiuns, a mãezinha desencarnada, antiga trabalhadora daquela casa. Em estado de grande agitação, ela diz, aos prantos:

- Não me afastem da minha filha! Eu preciso tanto dela! Não consigo viver sem a sua presença. Pelo amor de Deus, me deixem continuar junto dela.

Todos ficaram perplexos. Era uma antiga trabalhadora do centro, que conhecia profundamente a Doutrina espírita, e, desencarnada, estava prejudicando gravemente a filha querida. Ao ser informada do que estava acontecendo, o Espírito voltou-se e disse:

- Eu sei que já morri! Sei de tudo o que está acontecendo, mas não tenho forças para deixá-la!

Os protetores espirituais da casa adormeceram a entidade perturbada e levaram-na para um posto espiritual de socorro, para se iniciar em um tratamento específico de libertação espiritual.

99 – Cuidar das nascentes do coração

Uma colega da Clínica São Domingos casou-se aos 62 anos, depois de uma produtiva existência solteira. Ficou conhecendo um senhor muito distinto, que ficara viúvo, gostou dele, e resolveram se casar. Foi tudo tão rápido, o namoro, o noivado e o casamento em menos de três meses, que o porteiro do prédio onde ela morava perguntou à irmã: “ela está grávida?” Viveram muito bem, por alguns anos, até que ele veio a desencarnar.

Grande parte das criaturas humanas são infelizes em suas relações afetivas. Algumas nunca encontram um parceiro adequado, e outras só vão encontrá-lo após várias tentativas frustradas. Por que isso acontece? Por que há tantos desencontros no amor?

Podemos admitir três situações diferentes relacionadas às frustrações afetivas.

Em uma primeira situação, vamos encontrar milhares de Espíritos vivendo uma existência sem a presença de um parceiro querido por escolha própria. São almas que, antes da atual encarnação, programaram para si mesmos uma existência assim, com objetivos específicos. Chico Xavier e Madre Tereza de Calcutá são dois exemplos dessa primeira situação.

Em uma segunda situação, vamos encontrar pessoas infelizes no amor em decorrência de erros graves, cometidos em encarnações passadas. São almas que feriram corações sinceros, traíram parceiros que acreditaram neles, ou destruíram lares respeitáveis. Retornam em um novo corpo e em um novo contexto existencial, vivendo o clima da desilusão afetiva, para cuidarem

melhor das nascentes do coração, aprendendo a lidar com os próprios sentimentos.

Uma senhora me contou seu drama. Casada há muitos anos, nunca conseguiu o prazer na relação sexual. Seu marido nunca soube. Ela fingia. E ela me disse que terminava a relação, virava-se para o lado e se punha a chorar baixinho, de frustração. São abusos de ontem gerando hoje impostos de carência.

E, finalmente, em uma terceira situação, aqueles que são infelizes na vida afetiva por responsabilidade pessoal, por terem assumido um tipo de comportamento que afasta deles pessoas que poderiam constituir uma parceria gratificante.

Um rapaz me disse uma vez:

- A grande frustração da minha vida é não encontrar um relacionamento profundo. Todas as moças que se aproximam de mim querem apenas diversão, sexo, farra, bebidas.

Eu perguntei:

- E o que é que você faz com essas moças que lhe procuram com esse objetivo?

Ele respondeu, prontamente:

- Ora, eu saio com elas, me divirto.

Eu, então, concluí:

- É por isso que você não encontra um relacionamento profundo. Não está aberto para um relacionamento profundo. Encontramos o que buscamos. Para encontrar um relacionamento profundo, é preciso buscar um relacionamento profundo.

Mas buscá-lo no local certo. Buscá-lo, não nos locais onde o que conta é o prazer momentâneo, mas buscá-lo nos lugares onde se cultiva a verdade: na universidade, nos grupos de arte e cultura, nos grupos religiosos, em ONGs que se preocupam com o bem-estar coletivo. Lá estão as pessoas dispostas a um relacionamento profundo e gratificante.

E outra coisa: não espere encontrar o parceiro perfeito. O parceiro perfeito só existe na cabeça daquele que o procura.

100 – Bicicleta sem rodinhas

Iniciamos o livro, dizendo que evoluir é como aprender a andar de bicicleta.

Concluimos, lembrando que, quando começamos a nossa história evolutiva, Deus nos ofereceu uma bicicleta com duas rodinhas; éramos assistidos de perto pelos patronos da evolução terrestre.

Ao avançarmos um pouco, Deus tirou uma das rodinhas, e, agora, um pouco mais maduros, Ele nos dá uma bicicleta sem rodinhas. Precisamos aprender às nossas custas, mas contando com a assistência amorosa de nosso Pai celestial.

Deus age conosco como um pai que vai ensinar seu filho pequeno a andar de bicicleta. O pai sabe que o filho vai cair e, talvez, se machuque um pouco, mas, mesmo assim, solta a bicicleta e o deixa ir, pois não existe outra forma de aprender. Mas, mesmo a distância, o pai observa e atua se necessário.

Deus faz da mesma forma. Às vezes, afasta-se um pouco, deixando o campo livre para que possamos aprender através das experiências pessoais, mas nunca se afasta completamente, intervindo em nosso benefício sempre que necessário.

Embora todos os cuidados sejam tomados para que as experiências sejam vitoriosas, o sucesso final depende, prioritariamente, de cada um de nós.

Conta-se que um anjo treinava um aprendiz e, entre as lições, deu-lhe alguns presentes, sem que o discípulo conseguisse entender. Primeiro, deu-lhe uma capa de chuva, depois um guarda-chuva e, finalmente, um par de botas de borracha.

Quando considerou que o aluno estava pronto, liberou-o, dizendo:

- Você agora é um anjo. Vá à luta.

O ex-aprendiz desceu à Terra, todo esperançoso, mas, assim que chegou, caiu um tremendo temporal. Sem saber como agir, perguntou ao antigo professor, pelos canais do pensamento:

- Senhor, chove muito! O que é que eu faço?

E o outro:

- Use as ferramentas que eu lhe dei.

Quando eu tinha dez anos de idade, minha mãe resolveu que eu precisava fazer uma dieta. Os que me conhecem podem deduzir que não deu certo.

Mas não podia dar certo por um único motivo: ela queria que eu fizesse dieta, mas eu não estava nem um pouco interessado na dieta dela.

Ela caprichava na minha saudável alimentação. Meu café da manhã era uma torrada com queijo branco e uma xícara de café com adoçante. Minha merenda para escola: uma bela maçã argentina.

Mas o que eu fazia? O problema do café da manhã era resolvido na casa de um coleguinha que caminhava comigo para a escola. Passava por lá e me deliciava com um pão com manteiga e um café com leite com muito açúcar, oferecido gentilmente por sua mãezinha. E a maçã da merenda? Trocava com os amiguinhos da escola por um bom pão com salame.

Minha mãe nunca conseguiu entender por que eu não emagrecia. Ela fazia tudo certinho, mas perder peso dependia era de mim mesmo.

Assim se passa em nossa relação com Deus. Ele sempre faz tudo certinho, oferecendo-nos todos os recursos para uma existência plena e feliz. Mas o que vamos fazer com tudo o que Ele nos oferece é decisão nossa.

Informações Gráficas

Formato: 15,7 x 23cm

Mancha: 11,7 x 19cm

Tipologia: Abhaya Libre, HandyMan94 e Minion Pro

Papel: AP90 g/m² (miolo) - Triplex 250 g/m² (capa)

Projeto editorial, impressão e acabamento: Editar Editora Associada - Juiz de Fora/MG

Tel.: (32) 3241-2670 - www.editar.com.br - contato@editar.com.br

Impresso em dezembro de 2022.