

Preocupação

Os preocupados vivem entorpecidos no hoje por quererem controlar, com seus pensamentos e com sua imaginação, os fatos do amanhã.

As tarefas evolutivas executadas por nós na Terra fazem parte de um processo dinâmico que levará nossas almas ainda por inúmeras encarnações. A Vida não tem outro objetivo senão o de doação, de proteção e de recursos, para que possamos atingir uma estabilidade íntima que nos assegure a clareza e a serenidade mental, elementos imprescindíveis que nos facilitarão o progresso espiritual.

Se acreditamos, porém, que nossa felicidade ou infelicidade venha de coisas externas, do acaso ou das mãos de outras pessoas, estaremos dificultando nosso crescimento e amadurecimento interior.

A criatura que atingiu a lucidez espiritual já adquiriu a capacidade de compreender a eficiência com que a Natureza age em todos nós. Ela se conduz no cotidiano pacificada e serena, pois percebeu que está constantemente ganhando recursos da Vida Excelsa, mesmo quando atravessa o que consideramos “transtornos existenciais”. Ao mesmo tempo, aprendeu que, por mais que se preocupe, a reunião de todas essas preocupações não poderá mudar coisa alguma em sua vida.

“... O Espírito na escolha das provas que queira sofrer (...) escolhe, de acordo com a natureza de suas faltas, as que o levem à expiação destas e a progredir mais depressa.”⁽²¹⁾

A Providência Divina agindo em nós faz com que saibamos exatamente o que precisamos escolher para nosso aprimoramento interior. Para que a consciência da criatura tenha uma boa absorção ou uma sensível abertura para o aprendizado é preciso que adquira senso e raciocínio, noção e atributos, todos extraídos das suas provas e expiações, ou seja, das diversas experiências vivenciais.

Ainda encontramos nesta questão: *“uns impõem a si mesmos uma vida de misérias e privações (...) outros preferem experimentar as tentações da riqueza e do poder (...) muitos, finalmente, se decidem a experimentar suas forças nas lutas que terão de sustentar em contato com o vício.”*

Por que então a nossa desmedida preocupação com o destino dos outros? Por que tentamos forçar as coisas para que aconteçam? As almas estão vivenciando o útil e o necessário para o desenvolvimento de suas potencialidades naturais e divinas. Podemos orientar, amar, apoiar, ajudar, mas jamais achar que sabemos melhor como as coisas devem ser e como as criaturas devem se comportar.

No entanto, é importante não confundirmos preocupação com prudência ou cautela. A previdência e o planejamento, para que possamos atingir um futuro promissor, são desejos naturais dos homens de bom senso.

Na realidade, preocupação quer dizer aflição e imobilização do presente por causa de um suposto fato que poderá acontecer, ou ainda uma suspeita de que uma decisão poderá causar ruína ou perda.

A preocupação excessiva com fatos em geral e com o bem-estar das pessoas está alicerçada, em muitas ocasiões, em um mecanismo psicológico chamado “autodistração”.

²¹ **Questão 264** – *Que é o que dirige o Espírito na escolha das provas que queira sofrer?*

“Ele escolhe, de acordo com a natureza de suas faltas, as que o levem à expiação destas e a progredir mais depressa. Uns, portanto, impõem a si mesmos uma vida de misérias e privações, objetivando suportá-las com coragem; outros preferem experimentar as tentações da riqueza e do poder; muito mais perigosas, pelos abusos e má aplicação a que podem dar lugar; pelas paixões inferiores que uma e outros desenvolvem; muitos, finalmente, se decidem a experimentar suas forças nas lutas que terão de sustentar em contato com o vício.”

Os preocupados têm dificuldade de concentração no momento presente e, por isso, fazem com que a consciência se desvie do foco da experiência para a periferia, isto é, vivem entorpecidos no hoje por quererem controlar, com seus pensamentos e com sua imaginação, os fatos do amanhã.

Esse desvio da atenção é uma busca deliberada de distração do indivíduo; é uma forma de impedir a si próprio de ver o que precisa perceber em seu mundo interior.

Quando dizemos que nos preocupamos com os outros, quase sempre estamos nos abstraindo:

- das atitudes que não temos coragem de tomar;
- das responsabilidades que não queremos assumir;
- das carências afetivas que negamos a nós mesmos;
- dos atos incoerentes que praticamos e não admitimos;
- dos bloqueios mentais que possuímos e não aceitamos.

Deslocamos todos os nossos esforços, atenção e potencialidades para socorrer, proteger, salvar, convencer e aconselhar nossos “companheiros de viagem”, olvidando muitas vezes, propositadamente ou não, nossa primeira e mais importante tarefa na Terra: a nossa transformação interior.

É incontestável que a preocupação jamais nos preservará das angústias do amanhã, apenas colocará obstáculos às nossas realizações do presente.

Não devemos nem podemos forçar mudanças de atitudes nas pessoas. Em realidade, só podemos modificar a nós mesmos. Nosso livre-arbítrio nos confere possibilidades de uso particular com o fim específico de retificarmo-nos, porém não nos dá o direito de querer modificar os outros.

Acreditamos, ainda assim, que temos o poder de exigir que os outros pensem como nós e que podemos interferir nas manifestações dos adultos que nos cercam. Por mais queridos que nos sejam, não nos é lícito dissuadi-los de suas decisões e posturas de vida.

Cada um se expressa perante a existência como pode. Assim, suas criações, desejos, metas e objetivos são coerentes com seu grau evolutivo. Qualquer tipo de coação em um modo de ser é profundo desrespeito.

Confiemos na Paternidade Universal que rege a todos, visto que preocupação, em síntese, é desconfiança nas Leis da Vida. Não nos compete determinar ou dirigir as decisões alheias, nem mesmo temos o direito de convencer ninguém ou censurar as opções de vida de quem quer que seja.

Por que condenar os atos e as atitudes de alguém que o próprio “Criador do Universo” deixou livre para decidir? Por que sofrer ou preocupar-se com isso?

Preocupação

Toda vida em nós e fora de nós está em constante ritmicidade. por que, então, desrespeitar os mecanismos de que se utilizam as leis divinas na evolução? por que nos afligirmos e tentarmos mudar o imutável?

Nossa percepção, hoje, nos esclarece sobre os fatos do ontem, talvez sobre acontecimentos da semana anterior ou, possivelmente, sobre eventos quase esquecidos de anos passados.

Tudo ocorre dentro de um perfeito sincronismo tempo/espço. Não adianta nos preocuparmos com o nosso processo de aprendizado nem com o dos outros, pois, se alguém não está conseguindo caminhar convenientemente agora, é porque lhe falta algo a fazer, ou mesmo, coisas a aprender. No Universo, tudo obedece a um ritmo natural; as raízes de nossa evolução corporal/espiritual estão arraigadas nas íntimas relações com a Natureza. Em nível mais profundo, somos parte dela.

Vivenciamos conscientemente, a todo instante, os ciclos da Natureza com nossas emoções e sentimentos. Experimentamos desânimo e abatimento no transcurso de um longo período de estiagem; porém, quando a chuva cai, a nossa sensação é de alegria e prazer; ou, durante as tempestades, nossas impressões oscilam desde a apreensão até o medo. Sentimos a alma leve e feliz com o surgimento do sol, nos dias calmos e iluminados.

Há um tempo para tudo. Em verdade, os ritmos que nos governam são inerentes à vida. Também nós, os espíritos domiciliados ou não na Terra física, identificamos nossos ritmos internos através das sensações da dor e do prazer, a fim de avaliarmos o “grau de acerto” de nossos atos e decisões.

Dia e noite, primavera e inverno, amanhecer e entardecer são fases da Natureza, atuando diretamente nos ritmos de nossas ocupações e procedimentos do cotidiano.

Em verdade, a nossa identificação com a Vida Superior se plenifica quando harmonizamos nossos ritmos internos com os ritmos externos da Natureza.

Propõe o professor Rivail aos Nobres Emissários: *“Os seres que habitam cada mundo hão todos alcançado o mesmo nível de perfeição?”* E os Espíritos respondem à questão com sabedoria: *“Não, dá-se em cada um o que ocorre na Terra: uns Espíritos são mais adiantados do que outros.”* ⁽²²⁾

Os ritmos interiores dos indivíduos se prendem ao nível evolutivo/espiritual de cada um, e toda a vida no Universo está dentro de uma ordem perfeita. Tanto os astros da abóbada celeste, como os seres microscópicos do nosso planeta, todos são regidos por uma Divina Ordem, que mantém trajetórias e órbitas perfeitamente alinhadas, como também os ritmos e os propósitos coerentes com o grau de necessidade e progresso das criaturas e das demais criações.

Embora os ritmos biológicos de uma pessoa difiram completamente dos ritmos de outros seres, podemos encontrar ritmos orgânicos semelhantes em membros de uma mesma espécie.

A ação de inspirar resulta com exata precisão em seu reverso, a ação de expirar. Esta sucessão ou alternância produz um ritmo. Quando suprimimos um deles, o outro também desaparecerá, pois se submetem mutuamente. Por que aquilo que nos parece tão evidente na respiração nos passa despercebido, ou mesmo sem análise alguma, nos outros campos do conhecimento humano?

Os pulmões sustentam a vida orgânica descarregando periodicamente bióxido de carbono e absorvendo oxigênio, que é levado pelo sangue, vitalizando as células, invariavelmente. As atividades celulares nos tecidos permanecem num constante estado de multiplicação, e a respiração é contínua e compassada.

Certos ritmos que nos dirigem são considerados como qualidades inerentes à vida e não podem ser impostos pela exterioridade.

²² **Questão 179** – *Os seres que habitam cada mundo hão todos alcançado o mesmo nível de perfeição?*

“Não; dá-se em cada um o que ocorre na Terra: uns Espíritos são mais adiantados do que outros.”

O músculo cardíaco apresenta ritmo espontâneo. As batidas do coração dispõem de seus próprios marcapassos. Na aurícula direita, um minúsculo nódulo, conhecido como “sinus”, à feição de um timoneiro numa antiga embarcação romana, possui uma tarefa gigante: marca o ritmo das batidas no “barco da vida”. As células nervosas do cérebro detonam freqüentes impulsos que, por sua vez, repercutem na ritmicidade das ondas cerebrais, que podem ser registradas pelo eletroencefalograma.

Em todo reino vegetal e animal, a função sexual é um fenômeno periódico, desde a polinização das plantas até o ciclo menstrual das mulheres — que é o resultado direto do aumento e diminuição dos hormônios num ritmo mais ou menos mensal.

Se pudéssemos observar o interior de alguém que está correndo, veríamos, com certa regularidade, a contração de grupos alternados de músculos. Os chamados “flexores” se contraem, fazendo dobrar as articulações; os “extensores” se contraem, fazendo endireitar as articulações.

Toda vida em nós e fora de nós está em constante ritmicidade. Por que, então, desrespeitar os mecanismos de que se utilizam as leis divinas na evolução? Por que nos afligimos e tentamos mudar o imutável?

Como é importante caminhar, passo após passo, acompanhando nosso próprio “compasso existencial” e percebendo a hora propícia de mudança!

O dia de hoje nos fornecerá exatamente as oportunidades de que precisamos para compor com estrofes e versos harmônicos o “poema de nossa vida”, cuja métrica foi antecipadamente determinada por nós no ontem. Nossas experiências da vida não acontecem por acaso. O Planejamento Divino nada faz sem um desígnio proveitoso; tudo tem sua razão de ser. Não é preciso desespero, nem preocupação; tudo acontece como tem que acontecer.