

O MEU LADO FELIZ

Existe uma fábula, cuja origem exata é desconhecida, que ora fala em lobos, ora em cães ou outra simbologia da dicotomia entre a raiva e a serenidade, o amor e o ódio, o bem e o mal. Escolhi uma atribuída aos índios Cherokee, que descreve o diálogo entre um neto e seu sábio avô.

Tomado de raiva, por injustiça sofrida de um dos amigos, o jovem buscou os conselhos do ancião.

— Eu também ainda fico tomado pela raiva muitas vezes — começou o velho. Descobri, não faz muito tempo, que o ódio corrói quem o sente e não fere quem fez o mal. É como tomar veneno e ficar torcendo para que o inimigo morra.

O jovem jamais havia imaginado que o idoso tivesse os seus mesmos sentimentos. E continuou prestando atenção em suas palavras.

— Existem dois lobos dentro de mim. Um deles é

calmo, paciente e humilde. O outro é arrogante, nervoso e prepotente. Os dois brigam entre si, durante todo o tempo, buscando influenciar minhas atitudes.

— E qual deles vence? — indagou o jovem, curioso.

O avô, sorrindo, respondeu bem baixinho:

— Aquele que eu alimento.

Logo após ouvirmos um sermão ou palestra edificante, não dá uma vontade danada de ser bonzinho? Porém, basta a primeira contrariedade para logo voltarmos *ao normal*. E quando somos bons não nos sentimos felizes? Então, que tal passar a alimentar esse lado bom que existe dentro de nós?

Encontrará o atento leitor, não obstante o título positivo deste livro, não apenas o lado feliz da criatura humana, mas, também, os perigos do lado infeliz, que enganam e comprometem seu destino. Não fomos criados para a dor e para a infelicidade. Elas representam os meios para alcançar a vida harmoniosa. Basta olhar à nossa volta e encontraremos o entrelaçar de milhões de suportes divinos que conspiram a nosso favor e facilitam a jornada evolutiva.

De quantos ataques e obstáculos somos preservados e de quantas condições de sobrevivência desfrutamos? É suficiente nos lembrarmos do oxigênio que respiramos e da multiplicidade das fontes de vida de que usufruímos, isso se só falarmos das de ordem física.

Se partirmos para a análise dos aspectos psíquico, emocional e espiritual, perceberemos que o apoio logístico

por nós recebidos sustenta o sentido da existência. A despeito da condição transitória de expiação e de prova, nosso mundo é um belo lugar para viver, se efetivamente adotarmos providências simples e básicas.

E a primeira delas é aprender a valorizar o bom, o belo e o positivo, em detrimento da tendência masoquista de destacar as coisas que somente fazem mal ao espírito. Há milhões de motivos para agradecer pela perfeita harmonia universal à nossa disposição.

Convido-o agora, amigo leitor, a refletir sobre essas duas faces, na esperança de motivá-lo a alimentar o lado feliz do seu espírito.

Inverno de 2018

1948@uol.com.br

 Sidney Fernandes Bauru

INTRODUÇÃO

Felicidade

O que é esse estado subjetivo de satisfação plena?

Ortega y Gasset

Sufrimento é subjetivo, particular, eminentemente pessoal. O que dói em um não dói no outro. Coisinha insignificante para um é dor insuportável para o outro. Há pessoas dotadas de resiliência, com capacidade para se recobrar diante de mudanças, e existem as que perecem ao primeiro golpe da sorte.

— Como sofrer menos? — indagará aflitivamente o caro leitor, mais interessado em minimizar seu sofrimento do que ler este texto introdutório.

O Espiritismo trata esse assunto com muito cuidado. Para consolar e esclarecer os que sofrem, relaciona as prováveis razões das aflições, os desdobramentos que a elas se seguem e os *atalhos* que nos permitirão sofrer menos.

Ao homem é permitida a escolha, com a liberdade de trilhar o caminho que melhor entenda. Tem a faculdade de fazer ou não fazer e a liberdade de assumir atitudes que determinarão o seu caráter e os hábitos que cultivará, na busca das causas de suas dores.

Com persistência, determinação e paciência, detectaremos e alimentaremos boas virtudes e colheremos os frutos que existem mais próximos da felicidade.

Quando atingirmos esse objetivo e adotarmos um novo estilo de vida, exercitando o que temos de melhor dentro de nós, teremos adquirido os hábitos com que enfrentaremos os males inevitáveis e nos permitirão ser mais felizes, na travessia desta vida.

PRIMEIRA PARTE
Por que sofremos?

01 – Ser feliz é o meu destino?

Todo dia é tempo de renovar o destino.
Todo instante é recurso de começar o melhor.
Não deixes, assim, para amanhã o bem que possas fazer.
Faze-o hoje.
Emmanuel (Religião dos Espíritos)

Parecerá estranho ao leitor, à primeira vista, falarmos em destino. Com a Doutrina Espírita aprendemos que não existe, como diria a expressão árabe *maktub*, a ideia de que tudo já estava escrito, característica do fatalismo muçulmano.

E mesmo para os árabes essa expressiva palavra não é utilizada com a intenção de se renunciar às iniciativas de crescimento e progresso do espírito humano. Serve, sim, nos momentos de dor ou angústia. Não é um brado de revolta, e sim o choro resignado diante dos desígnios da vida.

Se pudéssemos aproveitar o termo *maktub* para afirmar que alguma coisa de nossa vida já estava escrita, talvez pudéssemos nos referir ao planejamento que fazemos para uma nova encarnação.

Quando o Espírito escolhe as provas a que deseja submeter-se para apressar o seu adiantamento, de certa forma cria o seu próprio destino, ou pelo menos as linhas mestras que conduzirão sua próxima encarnação.

Esse plano, geralmente de iniciativa do próprio reenarnante, representa uma programação para seu progresso, que guarda correlação com as faltas que lhe cumpre expiar.

Antes de encarnar, o espírito toma conhecimento das fases principais da sua existência. Dessa forma, no momento de vivenciá-las, ele tem a nítida impressão de que já estavam programadas, numa espécie de *déjà vu*, que lhe faz sentir a existência de um destino previamente traçado.

Sim, de certa forma já estava escrito, não pelo destino, mas por opção do próprio espírito, na espiritualidade, no planejamento dessa nova vida.

Em algumas circunstâncias, soa em sua mente uma espécie de pressentimento, mas o que parece ser fatalidade é simplesmente o fruto de sua prévia escolha.

Assim, o espírito institui para si uma espécie de destino, que nada mais é do que a consequência da posição evolutiva em que se acha colocado.

Essa aparente predestinação existe, no entanto, tão somente com relação às provas físicas, pois no que se refere às provas morais e tentações, o espírito conserva o seu livre-arbítrio. Quanto ao bem e ao mal, ele é sempre senhor de ceder ou de resistir. Os atos da vida moral emanam sempre do próprio homem, com sua liberdade de escolha.

Com a Doutrina Espírita aprendemos que o nosso destino está em nossas mãos.

Ora, notamos sempre que os sofrimentos guardavam relação com o proceder que eles tiveram e cujas consequências

experimentavam; que a outra vida é fonte de inefável ventura para os que seguiram o bom caminho. Deduz-se daí que, aos que sofrem, isso acontece porque o quiseram.

Allan Kardec, *Da vida espírita, O Livro dos Espíritos*

A fatalidade, contudo, não é uma palavra vã – continua Kardec –, pois, dependendo da prova escolhida, sofreremos as suas vicissitudes. A partir daí, porém, acaba a fatalidade, pois vai depender da nossa vontade ceder ou não às tendências a ela inerentes.

Está em nossas mãos a possibilidade de nos libertarmos de nossas dores, atuais ou futuras, no atual momento que estamos vivendo.

— *Já desde esta vida poderemos ir resgatando nossas faltas?* — indaga Allan Kardec na questão nº 1000, de *O Livro dos Espíritos*.

— *Sim* – respondem os espíritos, – *reparando-as*.

A escolha é nossa.

Temos o livre-arbítrio de fazer ou não fazer.

Contra ódio, inveja, ciúme, orgulho e egoísmo, existe um infalível antídoto: bons sentimentos.

A partir do momento em que eu passo a cultivá-los

e desenvolvo natural vigilância contra maus pensamentos, gradativamente me liberto das atuais influências e assumo o sentimento inato do bem, que, em futuro não muito distante, como anunciado pela espiritualidade, predominará no planeta Terra.