

**SOBREVIVER**



**MUDANDO EM MIM**

**SONIA S. SANTOS**

## **PREFÁCIO**

Mais um livro de Sonia da S. Santos. Conhecendo sua trajetória de psicóloga e agora escritora, entendemos a motivação deste livro. Pela sua experiência de vida e profissional, Sonia evoluiu, mudou. E parte dessa sua experiência é transmitida neste livro de agradável leitura.

O verbo da vida é viver, pois viver é ação. Vivemos enquanto mudamos e nos mudamos, assim é tudo neste universo. Dentre os seres criados por Deus estamos entre aqueles que têm consciência de si mesmos e que, portanto têm a capacidade de refletir sobre o que fazem, de corrigir seus erros e procurar melhorar sempre. Como dizia também Teilhard Chardin, “ainda bem que a perfeição não existe, porque assim a vida se torna um eterno caminhar no sentido dela”. A cada dia podemos ser um pouco melhor do que fomos ontem. Só depende de nós. A vida também pode ser descrita como uma viagem, assim como Sonia o faz. Como diz o poeta espanhol, nessa viagem o caminho se faz caminhando...

A nossa trajetória só está parcialmente traçada, porém somos co-autores da mesma, alguns mais outros menos. É com grande satisfação que escrevo este prefácio de mais um livro de Sonia que sei será de grande valor para quem o ler. Sonia tem o desejo de compartilhar o que aprende, pois ela sabe que é dividindo que se multiplica.

### **Jorge Alberto Costa e Silva**

Psiquiatra

Professor Titular da Universidade do Estado do Rio de Janeiro

Professor Titular da Universidade de Nova Iorque

## INTRODUÇÃO

Este livro nasceu da vontade de partilhar aquilo que é o mais difícil na vida e que depende do nosso empenho, do nosso sim: MUDANÇA DE VIDA.

A vida é dinâmica, muda a cada momento nos deixando insatisfeitos com nós mesmos e com o mundo.

Se não entendermos o que de melhor podemos fazer com cada carência, com cada angústia, com cada perda que vivenciamos acabaremos estagnados... mortos em vida.

Viveremos apenas reclamando de tudo e de todos sem percebermos que não nascemos para sofrer, mas sim para melhor lidarmos com a vida através de a vivermos de forma mais amadurecida.

Isto exigirá de cada pessoa um aprimoramento na arte de estar em paz com as coisas dentro e fora de nós.

Não escolhemos o que vai nos acontecer, mas com certeza escolhemos, mesmo quando nos achamos sem escolha, cada resposta que vamos dando a cada situação que a vida vai nos apresentando.

Cada um no seu contexto irá viver aquilo que for necessário para o seu crescimento, para a sua caminhada. Cada qual a seu tempo, à medida que for percebendo os convites da vida às necessárias mudanças.

Este livro é um convite a que cada qual reflita sobre suas insatisfações e seus sonhos pessoais deixados para trás.

A vida nos dá pistas importantes ao longo do caminho que muitas vezes não percebemos ou preferimos não notar.

Há momentos lindos e plenos em nossas vidas que em nossas fantasias acontecerão ou não apenas se caídos do céu.

O que não percebemos é que tudo dependerá de estarmos atentos às oportunidades únicas que estão ocultas em cada momento aparentemente banal, mas que podem mudar a nossa abertura para a vida.

“Vigiai e orai” é o alerta mais claro que nos pode guiar neste caminho de autodescoberta e descoberta da vida em sua plenitude.

“Deus não fará por nós aquilo que nós mesmos pudermos fazer”, *Sto Agostinho*.

O nosso SIM à vida precisaremos dar a cada dia a cada amanhecer.

Muitas vezes por estarmos mergulhados em nossas rotinas e correria do dia a dia vamos nos esquecendo do mais importante: viver!... Viver de verdade!

Afinal, para que estaríamos aqui?!

## PRIMEIRA ESTAÇÃO: ESTAGNAÇÃO

Lá estava eu, sentindo que a vida havia estagnado. Era o ano de 1991. Então o que fazer? Um curso novo? Uma terapia? Uma viagem? Uma mudança de visual?

Eu sabia que algo precisava mudar. Mas, por onde? Como começar?

Muitas vezes percebi que na vida existem momentos assim.

É como se tivéssemos esgotado uma forma de viver, de pensar e precisássemos ir mais além... Precisássemos de VIDA.

Não era uma busca por emoções fortes, mas de me sentir v-i-v-e-n-d-o ao invés de estar confinada em minhas rotinas pessoais e profissionais, sem nem mesmo pensar ou questionar... No piloto automático.

Vem sempre a Preguiça, o medo de tentar uma coisa nova sem que tenhamos de antemão a certeza do que seria.

IMPACIÊNCIA? INQUIETUDE? O que estava acontecendo comigo? Eu não o sabia. Havia apenas a necessidade de sair da estagnação... De caminhar.

*Eu estava percebendo como é devastador o efeito de não crescermos, de ficarmos parados na vida... Na realidade, não existe esta possibilidade:*

*Ou andamos para frente ou a vida nos chega com suas demandas e nos arrasta, por falta de estarmos mais bem condicionados para lidar com as questões.*

Mas é engraçado como todas as pessoas e inclusive a nossa própria mente nos diz a todo o momento: “Pra que inventar moda? Está tudo tão bem...”.

Mas, algo lá no fundo não me deixava comprar a idéia da lei do menor esforço.

Eu sentia que precisava lutar a batalha mais difícil: eu comigo mesma.

Precisava, apesar da vontade de me poupar e de me sentir protegida, tentar CRESCER.

Estava decidido. Mudar, caminhar, crescer. Mas como? O que fazer?

*Fui vendo que nestes momentos costumam surgir todo o tipo de justificativa para desistirmos de fazer o esforço que precisamos fazer.*

*De enfrentar o que está diante de nós.*

*De percebermos mais claramente o que muitas vezes nos chega apenas em forma de insatisfação e tédio.*

*E geralmente damos meia volta e continuamos do mesmo jeito que antes.*

*Dá preguiça... Medo... Vontade de já ter nascido sabendo... De já estar com tudo pronto.*

Bem, um amigo recém chegado à minha vida estava para fazer uma viagem para a Bolívia.

O destino era a capital, La Paz.

Era uma viagem para a compra de matéria prima para confeccionar seu artesanato, sua atividade profissional.

Ele tinha que fazer uma viagem sem muitos custos, caso contrário não compensaria a ida até lá.

Sendo assim, a viagem seria ir de ônibus até a fronteira no Mato Grosso e de lá seguiríamos no “trem da morte” até La Paz.

Só de ouvir como seria a viagem me assustei.

Meus planos eram de vida, renovação e lá vinha a primeira mensagem que me lembrava os medos habituais: MORTE.

Na verdade, não havia nada que me obrigasse a fazer essa viagem e muito menos de uma forma tão dura. Mas, me parecia que, ou seria naquele momento ou nunca mais.

Tinha que tentar.

Que engraçada é a vida... Eu o conheci meses antes, de uma maneira trivial, aparentemente sem importância e até incômoda para mim.

*E normalmente é assim que as coisas acontecem... Como se nada de especial estivesse acontecendo.*

*Por isso que é muito importante estarmos mais acordados para a vida...*

*Para o que queremos dela.*

*É bem verdade também que nem sempre o sabemos, ou melhor, quase sempre as coisas vão nos parecendo casuais...*

*Mas sempre há um sentido mais profundo...*

*Sempre há em nós também um interesse escondido.*

Eu estava esperando um ônibus do condomínio em que morava para voltar de meu consultório para casa.

Havia sido um dia cheio e tudo o que eu queria era sentar em minha poltrona e descansar durante a viagem. Mas, não, lá estava ele.

Sentou-se ao meu lado e começou a puxar conversa. Oh, não! Pensei.

Ele era muito sorridente, mais novo do que eu e muito de bem com a vida.

Ele me perguntava várias coisas de mim enquanto falava de si.

Estava totalmente à vontade, curtindo o momento... Totalmente ali, aberto e eu querendo chegar em casa, sem nenhuma vontade de bater papo.

Mal sabia eu que tudo estava começando naquele momento, sem a minha autorização ou vontade.

Ele me falava de tudo e também me fazia todo o tipo de pergunta.

Quando respondi que era psicóloga ele disse: “também sou um tipo de psicólogo”.

Pensei: o que será isso, meu Deus?

Com esta informação ele seguiu alegre querendo me encher de novidades que acreditava serem úteis no exercício da minha profissão.

“Você quer que eu te empreste um material valiosíssimo sobre hipnose? Assim você poderá aplicar em seus pacientes...”.

“Agradeço, mas não é assim que eu trabalho.”, respondi.

“Bem, vou deixar com você assim mesmo para você fazer seus comentários pra mim, tá bom?”.

Que chato, pensei. Como vou me livrar dele?

O trajeto continuava e ele também com suas observações:

“Você gosta de astrologia?”

“Não, não sou ligada a isso.”

“Ah, não é, não?”

“Não.”

“Você é ariana, não é?”

“Sim, sou de abril.”

“Ah, logo vi que você tem traços de Áries. Mas deve ter ascendente em Aquário, você não é uma ariana tradicional”.

Uau, onde eu fui me meter?! Eu não queria discutir nada muito profundamente naquele momento.

Chegamos ao nosso destino, acho que, não apenas ao condomínio, mas estávamos começando algo importante, pelo menos para mim e eu nem sonhava com tanto...

Ele insistiu que eu ficasse com o material de hipnose e me presenteou com incenso.

Puxa vida, eram valores tão diferentes que até me ameaçavam.

Cheguei em casa e não podia deixar de pensar naquele encontro inusitado.

Lembrei-me do pedaço em que ele me perguntou se eu era religiosa e eu lhe disse ser católica.

Percebi que ele não esperava, muito menos quando lhe disse que tocava e cantava nas missas. E sua resposta não me saía da cabeça:

“Ah, você canta canções pra Deus!”

Nunca havia me dado conta disso, mas era a verdade e sua forma de dizer me devolveu algo de mim mesma como um presente.

Olhei para aquele material e quis logo devolvê-lo, ele não me dizia nada.

Fui então à sua casa.

Lá estavam amigos com que ele me disse morar.

Ao entrar naquela casa parecia que eu já não estava mais na Barra da Tijuca e sim entrando no país dele, a Tunísia.

O que estava me acontecendo?

Eu, aquela ariana, assim descrita por ele, toda certinha, mas com um toque de aquariana moderna e aberta, estava tomada por uma sensação de ter saído do meu feijão com arroz e percebendo que o mundo era bem maior.

A astrologia que era importante para ele, pois lhe fornecia dados sobre as pessoas e até a possibilidade de previsões, não era assim para mim.

Ela apenas me fornecia dados sobre ele por acreditar nela.

Não podia me deixar bloquear por nossas diferenças de convicções e credos.

Era inegável que algum convite à vida estava me fazendo.

Convivemos, então, em meio às nossas diferenças e simpatia mútua durante muito tempo até que um dia ele chegou pra mim, com sua risadinha habitual e disse:

“Estou percebendo que estão acontecendo muitas voltas na sua cabeça.

Que tal fazer esta viagem pra Bolívia com a gente?”

De repente me senti, de fato, convidada.

Que loucura... Lá estava eu diante de alguém que eu acabara de conhecer vivendo coisas tão atípicas e tão intensamente.

Não era simplesmente uma loucura de acreditar num estranho de forma totalmente irresponsável...

Isso NUNCA havia me acontecido, mas de alguma forma...

De alguma forma eu me sentia ligada a ele...

Apesar de todas as nossas diferenças, tínhamos alguns sentimentos em comum.

Algumas coisas que ele me contou poderiam soar como completa loucura pra qualquer pessoa, mas pra mim só me faziam me sentir mais próxima a ele.

Ele me disse que veio pro Brasil só com o dinheiro da passagem e quando chegou aqui rasgou a passagem de volta, pois sentiu que devia ficar.

Ele estava acostumado a viajar e fazer algum trabalho para se manter e para viajar para outros lugares.

Aparentemente ele era o meu extremo oposto, mas era na fé que nós nos parecíamos.

Ele OUVIA a voz que vinha de dentro... Eu estava tentando fazer o mesmo.

Não era palpável a sensação que me assemelhava a ele, mas por alguma razão ele me era familiar.

Assim, mesmo sem me sentir pronta para seguir com ele e seus amigos para a tal viagem, percebia, assim como no nosso primeiro contato, que algo novo e enriquecedor poderia acontecer.

Mas não era uma sensação boa e grandiosa, como quem estava para fazer o Caminho de Santiago.

Eu estava entendendo aquele nosso encontro na vida como algo a ser aproveitado para muito crescimento.

O mais difícil ainda era pensar que eu nem estava obrigada a passar por aquilo.

Ele, sim, tinha necessidade de fazer a viagem.

Para mim era algo que eu deliberadamente estava me propondo.

Era muito forte a sensação de que aquilo tudo não estava acontecendo à toa.

Mas e o que me garantiria isso?

Não havia garantias... A decisão estava em minhas mãos.

*Eu pude perceber em vários momentos da vida que quando sentimos que é hora de mudar, às vezes, nos deixamos bloquear por acharmos que aquilo não vai dar em nada...*

*Entendi também que o mais difícil destes momentos é darmos o nosso SIM...*

*O resto?... O resto acontece.*

*O mais difícil, o que mais interrompe o processo é não darmos continuidade ao que já se tenha iniciado.*

*Por isso eu me reconhecia nele... Por isso nós íamos nos entendendo apesar de tantas diferenças.*

Existem muitas rotas conhecidas para peregrinação. Não se tratava de nenhuma delas.

O que estava em meu coração era: caminhar um caminho.

Ir adiante sem me deixar travar.

*Sabia também que não se precisaria sair de onde se está para fazer um caminho espiritual:*

*“O caminho da santidade está em viver as pequenas coisas do dia a dia”.*

*Mas é que muitas vezes precisamos sair de alguma forma para termos a nítida sensação de estarmos andando...*

Bem, a decisão estava tomada, mas eu... Eu não estava nem um pouco pronta.

Conversamos algumas vezes antes da viagem, mas ao invés de me ajudar, seus planos só me mostravam que aquela não seria uma viagem para mim.

Sempre fui muito introspectiva, criada de uma forma muito protegida e confortável.

Estava por dar um passo maior do que o que poderia.

E eu me perguntava: “Mas, por que isso?”.

A resposta eu não tinha, só sabia que havia de me lançar, pegar carona na viagem dele, pois sozinha eu não o conseguiria...

Estava muito presa.

Tudo decidido. Começamos a nos preparar para a viagem.

Ele deixou bem claro desde o início que eu deveria levar uma bagagem o mais leve possível, já que teria de carregá-la por todo o tempo.

Mais uma dificuldade: como escolher o essencial a ser levado em uma só mochila?

A minha inexperiência me fez escolher uma mochila bonitinha e de material totalmente inadequado para o tipo de viagem. Ufa! Que peso!!!

Partimos todos. Eu, meu amigo e mais dois amigos em comum. Será que eu era a única que estava em busca de mudanças?

Em minha mochila havia de tudo, até mamão papaia, afinal eu poderia precisar... Lá estava eu, de mochila nas costas, querendo levar a casa inteira pra não sentir falta, rumo a um outro país, a uma outra realidade, de maneira totalmente desconhecida para mim.

*A maioria de nós não se dá conta de que às vezes sentimos uma grande dificuldade de ir, de partir...*

*De pararmos o ritmo habitual e tentarmos outra coisa...*

*De largarmos tudo e arranjar lugar na bagagem pra coisa nova.*

*De conseguirmos tempo para nos dar tempo...*

*Para apenas... SERMOS.*

*De apenas nos sentirmos vivos.*

*Afinal, para que estaríamos aqui?*

*“A vida oferece tantas coisas que às vezes é tão fácil a gente se apegar...”*

*É... Nos apegamos tanto que perdemos muito tempo nas pausas que fazemos no caminho.*

*Nossos olhos se enchem tão facilmente com o que reluz que rapidamente pensamos ser OURO.*

*Olhamos demais pra fora...*

*Ouvimos muito o que os outros dizem de nós...*

*E nos esquecemos de que não somos apenas isso.*

*Somos muito mais.*

*Eu não podia acreditar somente nos rótulos que adquiri ao longo da vida...*

*Nas imagens no espelho ou no que os outros diziam sobre mim...*

*Há muito mais de nós mesmos embaixo daquilo que consentimos em aos outros aparentar...*

*Mas por que será? Medo de inadequação? De rejeição? Ou será por carência que escondemos o que sentimos?*

*Então, como iremos mudar?*

*Como melhorar sem lidar com a verdade? Com o que verdadeiramente somos?*

*Hoje, em 2005 sei melhor do que antes que a nossa maneira de viver compreende muito mais do que nossas limitações pessoais nos permitem ver.*

*E na verdade nós sempre temos pistas disso, só que na maioria das vezes nem damos bola.*

*Raramente nos lançamos em mudanças que precisam acontecer.*

*Não percebemos a urgência...*

*Deixamos tudo pro dia seguinte... Pra depois e depois...*

*Mas temos que perceber que não somos exatamente vítimas passivas de nossas histórias. Somos co-autores.*

*Estamos escolhendo viver assim!*

Peguei então um ônibus até a rodoviária do Rio.

Como foi difícil selecionar o que levar e o que deixar.

Isso em tudo na vida... Minha cabeça começava a dar voltas.

Começamos nossa caminhada cada um com um objetivo diferente. Eles como se fossem de uma cidade a outra para buscar material necessário para o artesanato e eu sentindo que estava indo para a *morte*.

Fui percebendo na prática o quanto a mudança, o desconhecido, nos faz temer pela própria vida.

Isto é, como nos apegamos tanto às nossas verdades, objetos e pessoas que, caminhar numa outra direção nos faz sentir estrangeiros dentro da própria pele...

Confusos de estarmos ou não fazendo a escolha certa.

A viagem mal tinha começado e eu me sentia desalojada, desconfortável, frágil e sem minhas verdades absolutas de 28 anos de vida.

Elas mais me pesavam e ocupavam espaço do que me capacitavam.

Eu até então não era muito de viajar, mas de ficar. Porém era hora de ir, vencer os medos, o comodismo, quebrar as amarras que são muitas vezes imperceptíveis e até companheiras, mas que me detinham em um mundinho pequeno e de falsas seguranças.

*Constatei que estes medos são os nossos grandes inimigos.*

*Por causa deles nos enfraquecemos.*

*Deixamos de perceber os grandes guerreiros que habitam em nós...*

*A força que nós temos internamente e que nem conhecemos.*

*Aí, por insegurança e desconhecimento, a buscamos do lado de fora.*

*Embora sentisse que havia nascido para ser livre, eu inacreditavelmente me acomodava em esquemas de total dependência.*

*Eu conhecia e acessava bem menos minhas capacidades do que eu poderia... Do que necessitaria.*

A viagem até Mato Grosso pareceu demorar uma eternidade.

Era sem conforto, comparável a vida acomodadinha que eu vivia.

Difícil para dormir, sem falar na apreensão que me acompanhava.

Ele tentava a todo tempo puxar conversa comigo, buscando me descontraír, mas pelas risadas que ele dava, eu podia imaginar como deveria estar a minha cara de medo com tantas novidades.

*É claro que esta história não é para ser lida apenas ao pé da letra.*

*Ela simboliza nossa caminhada na vida.*

*Nossa busca por libertação e VIDA.*

*Nossa batalha interior por consciência;*

*Por brigarmos com nossas acomodações, rotinas de vida e apegos que nos impossibilitam ser as pessoas que nascemos para ser.*

*Se ficarmos tão somente cumprindo com nossas tarefas sem buscarmos nos conhecer mais a fundo, ficaremos mecanicamente construindo castelos para neles nos refugiar.*

*Mas, que medo sentimos quando mexemos em nossas arrumaçõeszinhas!*

*Eu não tinha a dimensão de que precisava buscar me capacitar a viver melhor... E por isso encontrava tantas dificuldades...*

*Geralmente vamos apenas vivendo...*

*E como nosso objetivo costuma normalmente ser apenas resolver problemas, vencer, conseguir o que queremos, resta pouco tempo para*

*usar toda e qualquer experiência que vamos tendo para aprender mais sobre nós mesmos e sobre a vida.*

*Sentia que precisava parar e reavaliar qual estaria sendo o meu sentido para viver...*

*Onde é que eu estaria querendo chegar...*

*“Onde estiver nosso tesouro lá estará nosso coração”.*

*O que de fato eu estaria querendo?!*

Já estávamos exaustos da viagem de ônibus, mas, segundo meu amigo, havia um super hotel nos esperando em Campo Grande, Mato Grosso. Não que ele tivesse feito reservas, pois havia dito que não era necessário.

Segundo ele, o hotel era muito bom e barato.

Não era a primeira vez que ele fazia esta viagem.

Chegando a rodoviária, ao invés de táxi (era bem mais dispendioso) fomos até o hotel, adivinhem de que?...

Carroça. É, é isso mesmo, carroça.

Em plena modernidade, ainda há carroças como meio de transporte em várias cidades do Brasil.

Isso tudo ia mexendo comigo... Saltando aos meus olhos. Era como se eu estivesse me humanizando mais, me irmanando com cada pessoa que aparecia.

Lembrei-me do que São Paulo dizia: “Não faço o bem que gostaria e faço o mal que não gostaria de fazer”.

Queria ser melhor pessoa do que eu conseguia ser.

Não queria ser assim tão cheia de frescuras e necessidades não tão necessárias.

Chegando ao local onde supostamente estaria o *super hotel*, não havia nada. O hotel não mais existia.

Será que ele não sabia disso?!

Meus amigos olharam para mim e viram a minha cara de decepção e de desespero. Era como se me dissessem, “vamos para o Albergue da Juventude?”.

Bem, o que fazer?!

Quando lá chegamos nos registramos e fomos para os quartos.

Como aquela era uma realidade completamente diferente da minha, comecei a me irritar, principalmente após ir ao banheiro e voltar com xixi até o tornozelo.

O banheiro estava todo entupido e sem luz. Não estava acreditando no que eu havia me metido.

Fui até uma varanda e conversando com meu amigo comecei a perceber as minhas dificuldades e a seriedade daquele projeto.

Eu disse furiosamente para ele: “Olha onde você botou a gente?”.

Ele ria enquanto percebia a minha situação.

Ele e eu sabíamos que eu não estava e ao mesmo tempo estava reclamando com ele.

Foi quando ele me disse: “Sonia, só estamos nesse albergue por sua causa, porque senão estaríamos dormindo na praça até às 3 horas da manhã” quando

então terminaríamos de dormir na fila para comprar os bilhetes para o “trem da morte”.

Caramba!

Como estava difícil pra mim.

Como era fácil pra ele!

*Hoje é fácil perceber que aquele amigo era como se fosse uma parte minha representada por ele.*

*A parte mais corajosa, mais viva, a que sabia que o que me levaria àquela viagem era a vontade de ser MAIS.*

*Não melhor do que ninguém... MAIS eu mesma... De verdade...*

*Sem impedimentos e frescura, liberta de meus medos e predileções paralisantes.*

*Quem sabia disso tudo em mim era aquela parte que todos temos quando chegamos à vida e a olhamos com olhos de primeira vez.*

Comecei a me justificar comigo mesma, pois ainda resistia a me olhar do jeito que eu realmente era e às minhas dificuldades.

Então pensei: era mais fácil pra ele porque a vida dele sempre foi mais difícil do que a minha.

Eu sou brasileira, criada no Rio de Janeiro e ele é nascido na Tunísia, norte da África.

Eu tentava não me sentir assim *ruim de roda*.

Eu me dei conta de que dormir na praça para aquela pessoa bastante viajada, *um quase sem pátria*, por ser bastante nômade desde cedo em sua vida, não era tão difícil quanto para uma pessoa criada no conforto, não especificamente material, mas em uma ideologia quase estagnante.

Mas e de que isso me adiantaria? Eu ainda continuava a ser alguém que alçava vôos maiores, mas muito aprisionada por meus medos e verdades absolutas.

Fui me lembrando da frase que as pessoas costumam dizer e me questionei: “Querer é poder?”.

Quantas coisas, como dizia São Paulo, fazemos que não gostaríamos de fazer (o mal) e não fazemos o que desejaríamos fazer (o bem).

*E eu ia percebendo que não nascemos prontos, ao contrário, vamos tendo a oportunidade de através de um livre arbítrio, seguir pelo caminho com o qual mais nos identificarmos.*

*Sentia que lá no fundo de cada situação sempre teremos que escolher entre a vida e a morte.*

*Entre caminharmos para a Luz ou nos deixarmos seduzir pelo que tão somente nos parecer mais prazeroso...*

*Entre estacionar no que aos nossos olhos já parece estar bom e ao que infinitamente precisaremos mudar para virmos a ser o que precisaremos ser:*

**SIMPLES!**

*Simplesmente, nós mesmos.*

## **VOLTANDO NO TEMPO**

...E minha cabeça dava voltas e mais voltas.

De repente me lembrei de um outro período da minha vida que me exigiu muito, provavelmente o mais difícil.

Vale destacar como os acontecimentos em nossas vidas se interligam. Daí uma coisa lembrar outra. Vamos percebendo como há uma associação de fatos.

Como mencionei minha infância foi sem grandes dificuldades visíveis.

Segundo minha mãe eu era a filha esperada, tanto por ser a primeira quanto por ser menina.

Mas, por alguma razão eu era toda tímida, triste e travada.

Olhava o mundo ao meu redor e não sabia como funcionar nele.

Na escola eu comia meu lanche no banheiro por uma dificuldade muito grande de lidar com as pessoas.

De uma hora pra outra me vi observando muito as pessoas na tentativa de imitá-las para talvez me sentir mais interessante.

Passou a ser uma de minhas aptidões: as imitações.

Eram engraçadas, todos riam, mas lá pelas tantas eu já não conseguia mais enganar a mim mesma.

Eu estava muito triste, talvez deprimida e precisando de ajuda.

Procurei uma psicóloga que conheci através de uma de suas palestras.

Quando cheguei a seu consultório tentei ser o mais direta e objetiva possível sobre tudo o que era a minha vida.

Eu estava sofrendo...

Ela apenas ouvia e ao final me perguntou:

“Sonia, que comportamentos você desejaria mudar em sua vida?”

“Que pergunta era aquela?”, pensei.

Mudar era tudo o que eu vinha fazendo até então...

Percebi que deveria parar de querer mudar.

Precisava perder o medo de um provável sentimento de rejeição que me acompanhava.

Aquele foi um momento de conscientização...

Foi mesmo um despertar.

Aquela consulta, ou melhor, aquilo que eu ouvi dela me fez perceber com todas as letras que aquele não seria o caminho que eu procurava.

Precisava ouvir a mim mesma, estar mais atenta ao quanto eu me sabotava por não estar satisfeita, feliz com o que eu era.

E o que eu era que não me deixava estar bem?

Eu nem sabia, era só uma sensação de inadequação ou de não estar correspondendo ao que os outros esperavam de mim.

E assim seguia...

## **SAINDO DO MUNDINHO**

Quando eu fiz quinze anos meu pai me sugeriu fazer um intercâmbio cultural.

Pensei: Como irei para um outro país, sem nem ao menos falar a língua?

E esta não seria a maior dificuldade.

Além de ser desanimada, retraída eu não tinha o hábito de dormir fora de casa até então.

Minha criação havia sido assim, muito voltada apenas para a família.

É incrível como não percebemos que o mundo é muito maior do que o que conseguimos perceber. Vivemos em nossos mundinhos, uns maiores, outros mais restritos, achando que já sabemos tudo... Que já podemos o que quisermos.

Quando damos um passo adiante, descobrimos como o filósofo: “Só sei que nada sei”.

Este é o início de uma grande e interminável caminhada que faremos durante toda a vida: Descobrir e prosseguir, perder o medo e nos desapegar... Até de nos mesmos.

Bem, convencida pelo meu pai e sem a minha mãe saber, embarquei para Idaho, USA.

Quando lá cheguei parecia que eu estava no fim do mundo... Do meu mundo.

A sensação de inadequação e fragilidade acabavam comigo.

De colégio de freiras no Brasil para colégio público nos USA, com direito a brigas entre os alunos com socos, sangue e tudo mais...

Era a vida real com cores fortes e ao vivo...

Eu só chorava, como uma menininha de dez aninhos, ou talvez menos.

Eu não estava preparada.

Telefonei aos meus pais pedindo que me levassem dali de volta ao Brasil.

Meu pai disse: “Não!”.

Senti-me completamente desapoiada e desesperada.

Bem, como não havia saída, comecei a me virar.

O tempo foi passando e eu, que tinha apenas um curso de introdução à língua inglesa no Brasil de seis meses, fui me sentindo numa total imersão ao idioma.

Resultado: uma fluência que superou toda e qualquer expectativa.

Fui começando a estar ali, ao invés de arquitetar planos para escapar...

Fui ACEITANDO. Fui até gostando...

Parei de lutar contra e pude ver muitas habilidades florescerem em mim.

Foi um período muitíssimo rico e decisivo na minha vida.

Sinto que se não tivesse aceito este desafio provavelmente teria sido ainda mais difícil continuar.

Senti claramente que se não melhoramos espontaneamente acabamos tendo que reagir por conta do sofrimento que a situação nos causa.

Esta fase deu início a uma socialização muito maior em minha vida.

Como estava dizendo, comecei a perceber na pele como é difícil ir adiante, nos abrir ao que não conhecemos ao que não está exatamente no nosso controle, como se de fato alguma coisa o estivesse...

E com o passar do tempo ia ficando mais claro que o que me restava fazer era...  
FAZER.

Nada do que eu havia aprendido, herdado ou estudado me ajudaria se eu não fizesse o que o momento me pedia.

Percebia que somos muito mentais.

Pré-fabricamos nossas ações baseados em nossas convicções e valores.

Mas de que adiantaria saber com a cabeça e não pôr em prática ali, naquele exato momento?

*Eu me dei conta de que eu não conseguia colocar em prática ainda porque não havia dado o passo que precisava... Eu ainda não havia avançado.*

*Há uma grande diferença entre saber as coisas na prática e pensar a respeito...*

## **INFORMAÇÃO É O MESMO QUE CONHECIMENTO ?**

Lembro-me de ter ouvido alguém responder sobre a diferença entre informação e conhecimento:

Imaginem uma enorme estante cheia de livros.

Acho que é assim que nos sentimos com tantas informações que nos chegam a cada momento.

Mas isto necessariamente significa conhecimento?

Não, conhecimento seria a capacidade de transformarmos todas estas informações em vida.

Dentro deste mesmo contexto eu me questionava:

De que valem tantos recursos, informações a que temos acesso se não nos tornamos pessoas melhores?

Da mesma forma de que adiantaria conhecer a Bíblia de trás pra frente se não tentássemos transformá-la em vida?

Saber por saber?

Saber para demonstrar saber?

Saber por poder?

Existe uma frase que transita nos caminhões que sempre me chamou atenção:

O que se leva da vida é a vida que se leva.

Eu realmente acho que se não entendermos isso nunca teremos entendido o essencial.

Se não percebermos que todas as coisas tendem a nos seduzir, nos confundir e nos tirar do caminho nos perderemos tentando fazer da vida o que menos importa.

Precisamos nos preocupar mais em descobrir o caminho que nos levará para uma felicidade não circunstancial, mas verdadeira...

Que não passe...

Que não dependa disso ou daquilo...

## PARANDO PARA REFLETIR

Existia um famoso psiquiatra que estava em busca de sabedoria.

Ele soube de um chinês bem velhinho que era detentor de grande sabedoria e que o podia ajudar.

Desmarcou toda sua agenda de compromissos inadiáveis para ir ao encontro do seu objetivo maior:

Aprender sobre sabedoria.

*Estamos aqui diante de uma caminhada novamente.*

Viajou para o outro lado do mundo no firme e sincero propósito de dar um passo de qualidade à sua vida.

Ao chegar lá foi uma sucessão de esperas.

“Mas onde está este guru que demora tanto?”

Eu desmarquei tanta coisa importante só pra vir aqui e cadê ele?”

Foi quando ele serenamente chegou.

Cumprimentou com um gesto silencioso o psiquiatra ocidental, ansioso, cheio de boas intenções, mas, verdadeiramente... Pouco sábio.

Sentou-se, então, e fez sinal para que ele também sentasse a uma mesinha rente ao chão.

Começou a servir-lhe chá.

Enquanto isso o psiquiatra olhando para o relógio tentava explicar ao sábio que não tinha tempo a perder.

Queria logo suas respostas e lhe disse:

“Eu vim aqui para aprender sobre sabedoria. Você pode me ajudar?”

O sábio continuou a servir-lhe o chá sem parar.

Como via o chá derramando o psiquiatra duvidou de estar com a pessoa certa para lhe dar o que ele estava buscando.

“Você não vê que está derramando chá pela mesa toda? Por todo o chão?”, perguntou o psiquiatra.

E continuou: “eu vim do outro lado do mundo para aprender com você sobre sabedoria, mas veja só...”.

O sábio olhou ternamente para aquele homem tão agitado, tão sem paz e tão apressado e tentou lhe explicar:

“Você é como esta xícara.

Tão cheia que não dá pra colocar mais nada.

Tem que esvaziar primeiro pra poder botar mais coisa dentro.”

*Resistimos tanto lutando contra o que não nos parece familiar e razoável  
logicamente que perdemos o momento de nos lançar...*

*Perdemos a lição.*

## VOLTANDO...

Lá estávamos nós atravessando a fronteira.

Mais uma novidade, disse o meu amigo: “É a primeira vez que isso acontece, parece até que é porque você está nesta viagem”. Estávamos chegando após uma grande enchente, que ocasionou danos a um longo trecho dos trilhos.

Tivemos que pegar um aviãozinho de quatro lugares até algumas estações adiante. E assim o fizemos.

Também era a primeira vez que eu andava num aviãozinho daqueles.

*É importante ressaltar que se não fosse o meu medo, cada novo fato teria enriquecido ainda mais aquela experiência.*

*Não é fácil mudar nossa receptividade às coisas do dia a dia...*

*Muitas pessoas acreditam que isso dependa da experiência com Deus em nossas vidas.*

*Naquela época, embora eu buscasse a DEUS e tivesse uma prática religiosa constante, eu ainda não havia tido a experiência de um encontro com Ele.*

*Ainda estava nos trilhos demasiadamente para dar espaço a SENTIR mais plenamente a vida acontecer em mim.*

*E é interessante como sem perceber um sentido maior para viver queremos apenas acertar, conseguir... Chegar.*

*Mas, chegar onde se nem sabemos direito quem somos e para onde nossos anseios e necessidades mais profundas estão nos levando?!*

Quando chegamos à estação onde pegaríamos o trem, o cenário era assustador.

Já havia muita gente esperando que o trem partisse.

Índias bolivianas em seus trajes típicos (7 saias) vendendo tomates e frutas sentadas em cima deles;

Crianças muito gripadas com narizes escorrendo, vendendo limonadas servidas em canecas que sem qualquer higiene eram enfiadas em baldes e entregues a quem quisesse comprar;

Porcos passeando por toda a estação;

Pessoas doentes...

E em meio a tanta confusão de gente e restos de comida dadas aos porcos imundos de lama estava uma freira em trajes tão brancos que nem pareciam reais.

*Em outras palavras, era a vida sem idealizações ou fantasias...*

*Sempre buscamos o mais bonitinho, mais confortável e mais do nosso jeito.*

*Cedemos muito pouco espaço para nos abrir a verdadeiramente VIVER.*

Lembro-me que prestei atenção à figura daquela freira.

Era muito contrastante com o cenário.

Sua roupa muito limpa e seu gesto amoroso com alguns doentes e com as crianças me impressionaram.

Era tanto suor e sujeira por toda a estação que pareciam entrar pelos nossos poros.

Ele me disse: “Vá lá também”.

Mas eu não o conseguia.

E ele completou: “Isto é a vida real, Sonia. Lá no seu consultório é tudo imaginário... fica só no mental. O que importa é fazer agora, neste momento...

Este é o momento. Vá!”

Pude entender perfeitamente a grandiosidade daquela proposta.

Quantas vezes fazemos ou deixamos de fazer várias coisas que nunca chegamos a fazer, na verdade... Só na imaginação... E que diferença faz...

E o tempo passava e o trem não partia. Estava havendo uma epidemia de Cólera e ficamos o tempo todo preocupados com nossa alimentação, água mineral e questões de saneamento básico. Era tudo o que NÃO se via por ali.

Aquelas pessoas pareciam estar despreocupadas com toda e qualquer coisa.

O meu amigo me disse, inclusive, que aquelas índias nem roupas de baixo usavam.

O calor era intenso e não havíamos nos preparado para passar tantas horas em uma estação que não havia sido projetada para receber tanta gente.

De repente uma voz grosseira decretou que o trem não partiria naquele dia, somente na manhã do dia seguinte.

Nem sei dizer o que senti. Já eram inesperados demais para alguém como eu.

Comecei a perceber que isso era a vida. A vida como ela é, não do jeito como nós queremos organizá-la para que ela não nos crie problemas.

Se nos precavemos de um lado, tentando evitar aborrecimentos e sofrimentos, deixamos de estar plenamente na vida.

Não será este um prejuízo maior ainda? Começava a constatar que sim.

Todos ficaram desorientados. Onde passar a noite? Que comida e bebida utilizar, já que eles não pareciam se dar conta dos riscos?

Fomos pedir abrigo em uma casa, numa aldeia perto da estação. Deixaram-nos ficar todos juntos num mesmo quarto.

Era muita gente pra muito calor e pouco espaço.

O movimento era intenso e não dava pra dormir.

Além de tudo, tínhamos um outro problema: todos usavam um mesmo banheiro e a descarga havia quebrado.

O cheiro era de morrer. Quando resolvi usar o banheiro, quase caí dura.

Íamos com isqueiros ou fósforos, pois não havia luz.

Conforme ia adentrando o cômodo, percebia que haviam usado o chão inteiro, inclusive o box, como vaso sanitário.

Voltei então para o quarto e meus amigos estavam comendo. Tinham comprado pão de forma, bananas e água. Estavam fazendo um sanduíche de pão com banana, quando um deles deixou-o cair no chão...

E então? Era comer ou ficar sem comer...

Ao procurarmos pelo sanduíche com a chama do isqueiro, vimos que o chão era repleto de insetos mortos e outros voavam em nossa direção.

Até então pensava que eram só pernilongos...

Em outras palavras: um caos.

A noite avançava e tentávamos passar o tempo o melhor que podíamos.

Fomos dar uma volta e nos demos conta do maravilhoso céu estrelado que havia lá fora.

Sempre há algo belo no meio de qualquer dificuldade, o problema é ter *olhos para ver*.

Ficamos tão irados normalmente, querendo avaliar se temos ou não direito sobre as coisas, se estamos certos ou errados, que não nos abrimos a experiências que poderiam nos transformar, nos levar para além do ponto em que já conseguimos chegar.

Assim, em meio a toda aquela confusão, havia luz e beleza lá fora. Mas, tínhamos que voltar para o quarto e a aflição voltou a me invadir...

Na manhã seguinte ficamos ansiosos por sair daquele lugar e chegar então a La Paz.

Logo quando o dia amanheceu partimos para a estação onde novamente o caos se instalava. Mais uma vez não havia previsão de saída para o trem.

Foi quando olhei muito séria e irritada para o meu amigo como que cobrando dele alguma resposta e uma saída pras minhas angústias.

Primeiro ele riu, como tinha feito no Albergue e depois ele me disse: “Sonia, está vendo aquele aviõzinho em que a gente veio? Pegue-o de volta e retorne para sua a casinha, pro seu conforto, pras coisas arrumadas e resolva o que você está sentindo. Você quer que eu volte com você? Seria difícil pra você voltar sozinha?”.

Não. Este não seria um problema para mim... Seria um escape.

E ele continuou a me perguntar:

“Foi pra isso que você veio até aqui? Pra voltar? Ou foi pra avançar?”

O que você vai conseguir cedendo ao que é mais fácil pra você?

Eu sei que você quer se superar, quer vencer antigas histórias que te trouxeram até onde você está hoje.

Mas não vai ser fácil. Você vai ter que se esforçar mais... Brigar com você mesma.

Você tem tudo aí, nas tuas mãos: o dinheiro pra voltar e também a coragem pra continuar.”

E eu me imaginei voltando para casa, chegando e desfazendo a mochila... Vendo o meu fracasso estampado no espelho.

Enchi-me de coragem, de uma coragem que eu não tinha, no desejo de seguir viagem.

Eu já estava alguma coisa diferente.

De alguma maneira aquela realidade que eu vivia, estava deixando marcas de transformação importantes.

*“VIGIAI E ORAI PARA NÃO CAIRDES EM TENTAÇÃO”*

*Naqueles momentos estava vivenciando as minhas dificuldades... Os meus pecados, sem nenhuma idéia disso.*

*Sendo consumida por eles,... Arrastada.*

*Passavam de um a um:*

*Primeiro notei minha Preguiça.*

*Ela me fazia preferir a acomodação e os pensamentos mágicos infantis a trabalhar e a me empenhar para me desenvolver em minhas deficiências e aptidões.*

*Ela se apresentava inclusive na forma de minha rabugentice.*

*Eu não me esforçava... Dizia de antemão, NÃO!*

*Eu não tinha consciência disso...*

*Não percebia que isso também afetava às pessoas, pois me tornava a cada momento um peso para elas...*

*Depois apareceu a Ira*

*A todo o momento ela me invadia por eu estar me sentindo contrariada e lesada.*

*Por isso me achava autorizada a reclamar ou a deletar o que não me satisfizesse.*

*Aí notei a Gula, não pelo que se costuma logo pensar, cair de boca na comida, mas porque eu estava sendo um problema para todos...*

*Eu não aceitava comer qualquer coisa como eles conseguiam.*

*Estava muito ligada a sentir prazer com as coisas que gostava de comer.*

*Lembram-se do mamão papaia?*

*A Inveja também deu as caras.*

*Mais do que admirar o meu amigo, às vezes eu queria mesmo era ser como ele...*

*Ou talvez quisesse até que ele não existisse para que eu não tivesse que me sentir tão pior.*

*Esquecia que a grama do vizinho sempre parecerá mais verde se ficarmos parados apenas invejando sem entender que é para pararmos de olhar naquela direção e olharmos pra dentro de nós mesmos.*

*“Se sou fiel no pouco Ele me confiará mais”.*

*O talento que nos foi confiado precisará ser descoberto dentro de nós para que o possamos desenvolver... Para nós o multiplicarmos.*

*Isso sim seria caminhar para a Luz...*

*Para a consciência de que “Deus não fará nada por nós que nós mesmos pudermos fazer”, dizia Santo Agostinho.*

*Assim, quando começamos a sair da cegueira ou da paralisia espirituais percebemos o absurdo de apenas ficarmos a destruir ou a desmerecer aqueles que já parecem estar à nossa frente.*

*Todos nós estamos vivendo uma experiência equivalente. Cada um na sua realidade, com o seu problema.*

*Cada qual com sua cruz a vivenciar, mas também com toda a possibilidade de a partir dela, se tornar uma nova pessoa...*

*De enxergar e sentir a vida como nunca antes.*

*Outro pecado que se manifestou foi a Avareza.*

*Sempre havia pensado nela apenas na imagem do “mão fechada”.*

*Mas percebi que não se fecha somente a mão, mas todo o nosso ser.*

*Somos muito cheios de medos por isso sentimos dificuldade de nos ENTREGAR... De nos abrir... De nos lançar.*

*Por isso nos comedimos...*

*Poupamos um pouco de tudo por medo de que nos venha faltar.*

*Começamos a viver à base de CONTROLES.*

*E eu não podia deixar de falar no chefão: o Orgulho.*

*Este quase sempre está na jogada, nós é que nem sempre o percebemos...*

*Não damos o braço a torcer...*

*Percebi o quanto eu e todo mundo queríamos ser especiais na vida...*

*Quem hoje em dia vive despretensiosamente?...*

*Como seres humanos carentes ou possivelmente com histórias de rejeição, queremos desavisadamente dar a volta por cima e...*

*Exageramos na dose...*

*Não conseguimos nos contentar em sermos aquilo que verdadeiramente somos.*

*Queremos brilhar, fazer diferença, mandar...*

*Queremos ser os tais, os donos da verdade.*

*Tantos certos e errados na cabeça que perdemos a reflexão e a vivência mais importante sobre os nossos comportamentos considerados pecados:*

*Estar a mercê deles nos faz distantes do melhor da vida... Viver o amor.*

*Eu nem sonhava àquela altura escrever um livro sobre os tais pecados capitais.*

Segui mais calada, sem ser tão chata em minhas reclamações.

Mas a realidade não estava mesmo fácil.

A voz do maquinista anunciava a nossa partida, mas por alguma razão fomos até algumas estações à frente no vagão de carga, junto com as índias e os montes de tomates em que se sentavam e vendiam, com os animais soltos e com diversos outros produtos. Tentei ficar na minha, ao invés de esbravejar como de costume, como se meu amigo tivesse culpa de alguma coisa...

*Percebi como é diferente quando “batemos à porta”, ao invés de apenas irmos vivendo...*

*Como faz sentido quando verdadeiramente estamos numa busca...*

*Lembrei-me de São Paulo, a caminho de Damasco, quando ele “caiu do cavalo”...*

*Ele percebeu uma vida diferente dentro de sua vida.*

*Veio-me a imagem de seu rosto transformado pela experiência arrebatadora que tivera de algo maior do que ele, de uma vida diferente daquela que até então percebia.*

*De DEUS em sua vida.*

Várias coisas iam passando pela minha cabeça.

Sem perceber começava a redimensionar cada coisa de minha vida: o meu país, meu povo, minha cidade, meu bairro, meus amigos, meus familiares, meus problemas... De repente percebi que eram muitos MEUS, MEUS, MEUS.

Sofremos tanto por sermos tão apegados.

Não sabemos ir conforme as situações nos pedem.

Queremos montar tudo à nossa maneira... E eu estava sendo contrariada em tudo. Se eu soubesse ser feliz e aprender nas adversidades, não estaria tudo tão complicado.

*Se ao menos entendêssemos o primeiro mandamento:*

*“Amai a Deus sobre todas as coisas” e o vivêssemos na prática não sofreríamos como sofremos.*

*Se O amássemos acima de qualquer coisa seríamos mais libertos...*

*Mais felizes.*

*Como nos apegamos a tudo e a todos sofremos ao nos afastar deles por questões temporais ou mais definitivas, em casos de perdas ou mortes.*

## **O RICO NÃO É O QUE MUITO TEM, MAS O QUE CONSEGUE ESTAR PLENO EM QUALQUER CIRCUNSTÂNCIA**

Uma vez ouvi uma história muito importante que me fez refletir.

Havia uma senhora muito idosa viúva e muito pobre.

Ela ia receber a visita de um padre.

Quando ele chegou lá ficou tão chocado com a miséria daquele lugar que decidiu convocar a todos os vizinhos para ajudá-la.

Pediu a um que faxinasse, a outro que cozinhasse e assim sucessivamente.

Após tudo estar cuidado e organizado ele ouviu o que ela tinha a dizer, orou com ela e se despediu.

Qual não foi a sua surpresa quando ela lhe pediu que ficasse mais um pouquinho para com ela rezar a sua oração preferida: Salmo 22.

“O Senhor é meu pastor e nada me pode faltar”.

O padre não sabia o que pensar...

Para ele aquela mulher necessitava de TUDO em sua vida e quando acaba ela se sentia PLENA... Cuidada.

Acreditava que o Senhor era o seu pastor por isso nada lhe poderia faltar.

*Se vivêssemos a vida como peregrinos, passantes, sem fixarmos preferências e posses, seguiríamos buscando a verdade ao invés de queremos convencer a todos das nossas próprias.*

*Seríamos mais belos, mais ágeis, mais leves, mais flexíveis... Mais amorosos.*

*Carregaríamos não a casa conosco, mas uma mochila com o indispensável a nossa busca incessante por VIDA...*

*Vida mesmo... Vida de verdade.*

*Seríamos aprendizes e não doutores em nada.*

*Percebi o quanto é ilusória a sensação de sermos especiais ou proprietários de alguma coisa...*

*Não somos nada,... Somos apenas... Tolos.*

*Quando achamos que temos alguma coisa são as coisas que passam a nos ter e não nós a elas.*

*Ficamos aprisionados e... Aprisionamos.*

## **O LADRÃO É O QUE SAI MAIS LESADO**

E lá vinha outra história:

Havia um lenhador muito velhinho numa floresta.

Um dia um homem bateu à sua porta pedindo abrigo.

Ele pronta e docemente o acolheu.

Era madrugada e ele lhe preparou o que comer e lhe cedeu sua própria cama para ele descansar.

Poucas horas depois ele estava com seus amigos no trabalho contando a eles o que havia acontecido.

Eles ficaram com pena dele e lhe disseram que provavelmente àquela hora ele já deveria ter sido roubado.

Ele não se envolveu com a impressão dos amigos.

Trabalhou normalmente e voltou para casa na hora de costume.

Quando chegou lá viu que acontecera o que eles haviam antecipado:

Só havia restado teto e chão.

O velhinho não se abalou e não entrou no clima dos amigos, apenas disse:

“Vou rezar por ele, coitado.

Se precisou levar tudo isso de alguém que o acolheu de coração é porque não pode estar bem.

Quanto a mim, trabalharei e conseguirei tudo novamente.”

*E eu pensei: que bom que o velhinho não sentia pena de si mesmo...*

*Ele não estava preso a nada material nem a suas expectativas em relação às pessoas.*

*Estava vivendo a vida... Sem resmungar... Seguindo adiante... Sem acumular em seu coração ressentimentos sobre toda a humanidade.*

*Percebi que se encarássemos a vida como ela realmente é seríamos mais GENTE,*

*Gente que se sente gente;*

*Que pensa e sente como gente e por isso entende e acolhe gente.*

*Seríamos humanos, de carne e osso vivendo e sabendo disso...*

*Seríamos todos buscadores, cada qual com seus recursos, internos e externos, tentando chegar ao mesmo lugar, sem nem ao menos se saber disso...*

*Ao céu...*

*A uma alegria eterna... Que não passa que não nos foge...*

*Se entendêssemos o porquê do “Amai aos outros como a nós mesmos”, não nos mataríamos mutuamente.*

*Saberíamos a dor que causaríamos aos outros.*

*Importar-nos-íamos verdadeiramente com eles e eles conosco.*

*Sem apegos... Por amor... Por causa do amor.*

*Seríamos todos irmãos de uma mesma e grande família.*

*Não precisaríamos de leis. O amor nos regeria.*

*Daria sentido a todas as coisas... Um novo sentido.*

*Percebia que seguimos alienados e endurecidos pelo afastamento da Luz querendo garantir o nosso pedaço, o nosso espaço.*

E eu ia constatando o que a teoria me dizia: não podemos escolher o que viver, mas como viver. Restava a mim a ACEITAÇÃO de agora em diante da vida, não como eu a desejasse, mas como ela se apresentasse a mim.

Senti que baixei a bola. Era como se olhasse para mim mesma e me sentisse menos arrogante, menos dona da verdade... Era como se começasse a viver a vida real.

## **O PASSADO PERMANECE PRESENTE ATÉ DELE NOS DESPRENDERMOS**

No começo da faculdade li alguma coisa de Carl Roger que dizia: o primeiro passo para a mudança é a aceitação. Naquela época eu tinha uns 16anos e eu sempre havia sido eu acho, uma pessoa consumida por problemas de timidez, baixa auto-estima e em consequência disso, muita tristeza e dificuldade de viver. Uma das coisas que eu me lembro quando criança era de ser chamada de preguiçosa. Mas até que ponto não seriam, desde os primeiros anos de vida, traços de depressão?

Para tudo isso que me era tão difícil havia motivos, embora em nada me adiantasse saber para que tudo mudasse na prática.

Era importante saber, sim, para me situar em meu próprio contexto de vida.

Saber entender minha realidade, pois cada qual viveu uma vida com características próprias.

Uns viveram em uma cidade outros em outra.

Cada um de nós estudou ou não em uma escola.

Teve ou não pai e mãe e assim por diante dando um formato à nossa personalidade.

O passado? Bem, pensamos que o passado tenha ficado no passado, mas não, ele nos acompanha até que dele possamos avançar.

O importante seria nos apercebermos sobre o que ele nos informa de nós mesmos e ao que ficamos atrelados sem conseguirmos nos renovar, por força destas marcas emocionais que ficam em nós e não nos deixam avançar livremente.

### **VOLTANDO...**

O trem andava a 20, no máximo, 30 km por hora. A viagem parecia não acabar mais.

Algumas estações a frente trocamos de vagão: do de carga para a primeira classe.

Não era nada do que se imaginaria de uma primeira classe.

Parecia mais um antigo bonde, com bancos de madeira e nem um pouco limpos.

Havia tantas baratas que o chão parecia ter um tapete feito delas e as paredes um papel também à base de baratas.

### **SÓ PERCEBEREMOS A VIDA SE TIVERMOS TEMPO PARA ISSO**

Outra coisa interessante desta viagem que eu notei:

Podíamos quase que acompanhar o trem a pé pela sua lentidão.

Mas nada na vida é rápido mesmo... Tudo é um processo... Tudo tem seu tempo... Tem seus porquês...

Mas é incrível com queremos que tudo seja rápido e prático.

Não aprendemos a valorizar o não fazer... O fazer nada.

Precisou-se, inclusive, criar um termo inteligente para que ousássemos valorizar a não ação em contraste com a Preguiça: O Ócio Criativo.

Nossa cultura só valoriza a AÇÃO, o empreender ativamente.

Somos julgados pela capacidade do que pudermos conseguir e fazer.

Não apreciamos o ser, mas o fazer.

Não nos preparamos para a contemplação.

Não percebemos que o mais importante das nossas vidas é o que está acontecendo no momento presente, seja isto bom ou ruim.

Que a experiência que a vida nos trás é AQUELA que nos pode transformar.

Por isso é que precisamos limpar nossa cabeça e coração de nossos PRÉ-CONCEITOS para recebermos de bom grado, com fé, confiantes de que não haverá coisa melhor a experimentarmos do que aquilo que nos chegar no momento presente.

“Nenhum fio de cabelo nosso cairá de nossas cabeças sem que Deus saiba e assim o permita”.

*Por nos sentirmos donos de nossas vidas ao invés de partícipes, vamos nos cobrando e sendo cobrados única e exclusivamente sobre os resultados aparentes, em detrimento do que vai ficando dentro de nós.*

*Assim não nos avisamos mutuamente de que há tempo pra tudo na vida...  
Tempo pra plantar e tempo pra colher;  
Tempo pra dizer e tempo pra ouvir;  
Tempo pra fazer e tempo pra apenas ESTAR PLENO NO MOMENTO,  
sem perguntas nem respostas, apenas no silêncio, na absorção da vida...  
Sem esforço, sem luta... Naturalmente.*

*Por isso é que algumas culturas percebem a riqueza dos idosos. Eles são favorecidos pelo acúmulo de experiências vividas e por estarem em uma fase menos cruelmente competitiva.*

*Isto lhes favorece o maior florescimento das capacidades desenvolvidas ao longo do tempo.*

*Mas, em meio a um mundo louco por respostas e informações globalizadas, independentes da idade vamos ficando velhos... Gastos...*

*Tudo isso por falta de lazer simples e permitido...*

*Por tantos afazeres que temos,*

*Por sermos tão condenados quando queremos parar...*

*Assim, no automático, seguimos, quase sem noção da situação, querendo tapar o sol com a peneira...*

*Querendo ser felizes a qualquer custo...*

*Buscando novidades. Eficiência. Entretenimento. Algo arrebatador...*

*Não temos espaço dentro de nós para aderir à idéia de lidar com as coisas, passo a passo... Descobrimo, às vezes com dor, às vezes com alegria as coisas da vida...*

*Objetivamos logo a solução, não percebemos a grandeza de aprendermos o caminho das pedras...*

*De não recebermos o peixe já preparado, mas aprendermos a pescá-lo.*

*Somos tão cheios de pressa, de ansiedade, como se pudéssemos resolver tudo e, brihantemente, que nem percebemos a riqueza da constatação de São Paulo, “Quando sou fraco é que sou forte”.*

*Queremos o que queremos, o resto... Não importa.*

*Gostamos é de nos safar dos problemas, de aproveitar a vida...*

*Não nos abrimos a nos deixar tocar pela profunda experiência do momento.*

*Preferimos controlar as variáveis, prever nosso futuro, fazer seguro pra tudo e rezar pra que seja feita a nossa vontade.*

*Por isso tanta ansiedade... Por causa de tanto medo de sofrer...*

*Medo de perder, medo de saber que a vida é muito mais do que nossos controles nos permitem sentir.*

*Percebi claramente que a vida é a VIDA e ela não está em nossas mãos...*

*A nós caberá apenas a abertura para emprendermos uma busca por melhor entender para melhor aceitá-la.*

Para nos dar mais conforto meu amigo viajou sobre o vagão juntamente com outros passageiros.

Ele vinha de vez em quando conversar comigo, mas a maior parte do tempo ficava no teto do trem tomando conta de nossa bagagem. Era comum acontecerem assaltos.

Alguns iam ali por apreciarem melhor a viagem de lá.

Era a vida real mesmo. Mas tudo começava aparecer muitíssimo importante... Fosse qual fosse a situação.

Eu ia percebendo, ainda de forma muito pouco definida dentro mim, que o que mais me importava era um sentido para viver.

Começava a entender que as paisagens mudavam, as pessoas ao nosso lado também, os aspectos econômicos, coisas materiais,... Tudo pode sempre mudar.

Mas nós tínhamos que ter algo dentro de nós de onde partir e para onde voltar.

Já estávamos quase chegando à La Paz quando meu amigo começou a mexer comigo novamente. Ele ria e dizia: “Quando chegarmos lá vamos àquela lanchonete que você adora comer sanduíches, refrigerantes e batatas fritas”.

*Aí estava a Gula novamente.*

*Ela chegava para me satisfazer e, às vezes, pra me distrair...*

*Entorpecer...*

*Anestesiá.*

*Enquanto caía de boca em alguma delícia não pensava na vida, nos desafios... Nos desafetos.*

*Apenas me deixava inebriar pelo paraíso... Aparente, é claro.*

*Ao passar o efeito estava com um problema adicional: o sobrepeso...*

*E suas conseqüências.*

E não é que eu acreditei?! Era pura brincadeira...

Mas como acreditamos facilmente no que queremos acreditar, não é?

Ir a esta lanchonete seria não só comer algo do meu gosto, mas reencontrar antigos pontos de referência.

Era como voltar a estar no Brasil por alguns momentos sem ter saído da Bolívia.

Como é difícil largarmos nossos “portos seguros”.

Comecei a entender que era lá que eu deveria ficar... Onde eu estava.

Comer de lá a comida... Sem fugir da experiência.

A barreira mais difícil parecia estar sendo trabalhada: a maior aceitação da situação.

Não dá pra fugirmos, embora pensemos que sim.

Não adianta nos revoltarmos ou reclamarmos.

Precisamos atravessar a experiência... Vivê-la, pois ela não desaparecerá só porque assim o quisermos.

Ao chegarmos à La Paz encontramos uma nova diferença: a altitude.

Eram subidas e descidas o tempo todo.

Após algum descanso ele propôs que fossemos a um passeio maravilhoso.

Ele avisou o que seria, mas nem prestei muita atenção para não dizer um não antes mesmo de tentar.

Era um passeio para ver uma linda gruta que ficava a não sei quantos mil pés de altura. Minha nossa...

Tratava-se, então, de uma caminhada propriamente dita.

Lá fomos nós. Uns atrás dos outros. O caminho era muito estreito e não éramos só nós. Havia mais visitantes no local.

Íamos subindo mais a cada passo.

Houve um instante em que eu gelei: SOCORRO!

Já estávamos extremamente alto quando o caminho se transformou em uma ponte sobre um abismo... Eu me desesperei!

“Maluco, você quer me matar?...”. Ele ria, ria ,ria...

E eu o xingava de tudo o que conhecia.

Era tanto medo que eu me perdi...

Ele olhou pra mim e disse: “Sonia você é tão diferente aqui do que você é lá em baixo...”

Quando disse isso ele apontou lá para baixo e falou: “Você viu a maravilha onde a gente está?”

Era claro que eu não via. Tudo que eu pensava era que fosse cair dali e morrer.

Eu não podia apreciar a paisagem maravilhosa perto dos Andes.

Só me interessava me sentir mais segura, conseguir respirar melhor àquela altitude.

Mas ele não parava: “Você percebe que estamos percorrendo um caminho? Subindo uma montanha? Que daqui de cima vamos nos distanciando de nossos problemas lá de baixo? Você vê que tudo daqui parece menor do que normalmente achamos?”

Puxa vida, ele tinha razão.

Fomos seguindo e eu me joguei no chão.

Prendi a fila toda atrás de mim, mas estava aterrorizada...

Havia uma enorme brecha no caminho e teríamos que pular sobre aquele precipício...

Eu parecia um gato com as unhas cravadas com medo de cair.

Eu gritava e gritava o nome dele...

E ele?... Ria e ria de mim.

Foi um momento como aquele da estação em que ele me questionou sobre parar ou seguir viagem, embora ele nada tenha dito.

Eu o olhei transtornada e ele me disse: “Viu a diferença que faz em se defrontar com o seu medo?!”

Lá na sua casinha você poderia pensar nele...

Aqui você o percebe... O enfrenta.

Assim você pode crescer, pode entender a você mesma... E aos outros...

Seja bem-vinda a vida!”

Foi um momento inesquecível.

De repente pude perceber toda a paisagem...

Meus olhos deixaram de olhar apenas para onde eu pisava.

Senti-me mais leve e feliz... Era como se tivesse superado alguma coisa.

E por falar em leve, em meio a todo esse caminho íngreme eu ainda estava com a tal mochila pesada.

Fui percebendo a veracidade de uma frase que ouvira: “Os alpinistas não carregam pedras”.

Lá estava eu s-u-b-i-n-d-o uma montanha...

Exatamente como pensamos um caminho espiritual.

Para subir mais alto, mais perto de Deus, precisaremos aliviar pesos... Deixar coisas para trás...

Deixar sentimentos que nos pesam e nos detém na subida...

Deixar aquilo que já não precisamos mais juntar, que não temos mais que temer.

E por estar ali, vivenciando a experiência ao vivo pude sentir como se minha vida toda passasse à minha frente.

Foi muito intenso... Foi muito lindo.

Paramos mais adiante para descansar onde o caminho se alargava.

Ele me olhou e sorriu.

Quando voltamos foi mais fácil pra mim...

Eu já conseguia andar normalmente e não agachada com antes.

Estava mais firme, mais forte.

## **A VIDA NÃO PÁRA... O MOMENTO NOS CHAMA A VIVER**

Lembro-me que ao retornar desta viagem várias coisas começaram a acontecer na seqüência.

Eu regularmente ia às missas aos domingo desde os meus dez anos de idade.

Sempre me senti em uma busca por entender e sentir as coisas da vida de uma maneira além da racional.

Sentia que devia haver algo mais profundo, mais esclarecedor do que se dizia por aí.

Então eu participava o máximo que podia e com dezesseis anos passei a tocar órgão nas missas.

Foi algo muito curioso desde o começo.

Eu não tinha nada para a função que me qualificasse.

Primeiro, a minha timidez era limitadora, meus conhecimentos de música lastimáveis...

Mas algo me impulsionou a me apresentar como voluntária nesta função...

Não havia muita gente que se comprometesse em estar religiosamente para tocar a cada domingo.

E era assim, lá ia eu “cumprir minha tarefa” enquanto algum sentido maior não chegava à minha vida.

Foi quando voltando desta viagem eu me senti como quem pára e começa a refletir sobre tudo ao seu redor.

Não fora à toa que eu fiz esta viagem, aliás, tudo começou por uma sensação de estagnação e falta de sentido para continuar.

Então eu ia percebendo claramente como um movimento leva a outro.

Assim, como eu me mexi, mesmo sem saber ao certo o que fazer, eu estava sendo levada a outras como se tudo fosse um encadeamento de vivências...

Um preparando para as outras.

E assim vivi um momento, acho eu, decisivo em minha vida.

Sem saber se voltava ou não àquele ritmo de tocar nas missas, uma vez que o órgão estava com defeito, me vi a parar para pensar sobre como deveria prosseguir.

Nesta mesma semana recebi o telefonema do padre lá da igreja que me disse:

“Sonia, o órgão já foi consertado quando quiser pode voltar.”

Ele fez questão de deixar claro que não estava me pressionando, embora ele só contasse comigo para a função.

Lá fui eu.

Cheguei à igreja e fui orar.

Coloquei-me diante de Deus e pedi do fundo do meu coração que Ele me apontasse um caminho para que eu pudesse viver melhor e mais plenamente.

Saí dali e fui preparar as músicas no órgão.

Neste instante veio até mim uma mulher que eu já conhecia e me disse algo inusitado em um tom de muita seriedade:

“Eu trago uma mensagem do Senhor para você”.

UAU! Que rapidez! Era impossível duvidar...

Fui só eu terminar a oração e vir a resposta.

“O Senhor disse que você fizesse uma boa confissão e voltasse a comungar”.

E ela me deu até o nome e o endereço do padre.

Não questioneei coisa alguma apenas fui no dia seguinte.

Chegando lá o padre me perguntou se eu queria me confessar ali na sala dele ou no confessionário.

Disse-lhe que tanto fazia.

Ficamos então em sua sala.

Contei-lhe tudo o que me parecia devido.

Fiquei nervosa, descontraí, chorei, sorri... Teve de tudo.

De repente tive uma percepção que mudou toda a minha vida.

Algo me fez notar a mim mesma ali naquela sala.

Meu corpo, minha postura, minha fala não eram de quem estava ali para pedir perdão a Deus sobre seus pecados.

Eu não reverenciava a Deus, na verdade, até aquele momento eu estava por fora de tudo...

Até então eu pensava ter ido ali para relatar as coisas da vida como se estivesse num consultório de psicologia...

Eu não percebia as coisas nem a grandeza do que me estava acontecendo.

E o padre interropeu as minhas reflexões dizendo:

“Você pode voltar aqui na semana que vem?”

Ele fez questão de esclarecer que não estava se negando a me absolver de minhas faltas.

Ele queria, disse ele, que ao longo da semana eu pudesse ter uma experiência maior com Deus.

Eu já estava perdida com tudo isso.

O que ele queria dizer?

Bem, fui embora muito diferente de como cheguei.

Cada coisa ao longo daquela semana me parecia séria demais, importante com nunca antes...

E eu ia me perguntando se Deus me perdoaria através daquele sacerdote...

Bem, chegou o dia.

Quando ele me viu esperando por ele me perguntou:

“Você veio preparada para confessar?”

Eu já não sabia mais o que responder.

Sim, eu disse hesitante...

A minha confissão então transcorreu em segundos até que ele me absolvesse.

“Como penitência...”

Aiê, deve vir bomba...

“Saia hoje daqui e faça o bem”.

Só isso, digo tudo isso?!

E depois de passar por uma experiência tão guiada, tão cuidada eu já não podia ser a mesma pessoa medíocre, desatenta... Distante de tudo.

Sentia-me convidada a ser melhor, a me dar mais, a buscar muito mais.

Acima de tudo eu me sentia muito grata muito amada... E queria fazer algo também.

Partilhar, fazer o bem chegar aos outros também.

Era uma sensação indefinida, mas muito intensa.

Tudo estava apenas começando.

## **SEM MEDO DE SOFRER, O NEGÓCIO É VIVER !**

São tantas as memórias que atravessam a todo o momento a minha mente...

Lembrei-me de ter visto um filme que muito me fez parar para meditar.

Era uma história sobre um casal americano de classe média alta.

Eles estavam para se casar quando ele foi convocado para uma guerra.

Enquanto ele estava vendo mutilações ao seu redor e tendo que matar outras pessoas, sua noiva se entretinha em festas luxuosíssimas.

Ao voltar ele já não era mais o mesmo, coisa que só ela não havia notado.

Ele foi se afastando e se isolando em um apartamentinho que mais parecia uma lata de lixo.

Um dia ela foi até lá para fazê-lo acompanhá-la nas festas e nem percebeu os ratos e os restos de comida e roupas sujas por todo o lugar.

Ele foi se retirando progressivamente da vida dela e buscou um mosteiro budista para tentar recompor sua vida.

Ele foi acolhido e aprendeu toda a filosofia.

Estava na hora então de passar por uma prova final.

Ele foi mandado para uma montanha muito alta e gelada com apenas o indispensável à sua sobrevivência.

Já estava quase no fim do tempo de provação quando o último fogo que queimava para aquecê-lo estava se apagando.

Sem pensar muito ele pegou o livro sagrado que tinha e o atirou folha por folha ao fogo.

Era hora de voltar.

Contou cada passo ao mestre e este lhe parabenizou alegremente.

Sendo assim o homem estava certo de que lhe deixariam permanecer de bom grado no mosteiro.

Qual não foi sua surpresa...

O mestre lhe explicara que por ter assimilado tão bem os novos ensinamentos ao ponto de se tornado uma nova pessoa precisaria retornar à sua realidade.

O que aquele homem não sabia é que não se pode viver defendido do mundo.

O mestre ficou feliz por várias coisas que ele demonstrou ter aprendido e no que se havia transformado, mas ainda não estava liberto, feliz... Pronto pra viver sem sofrer por causa de seu passado ainda presente.

Era hora de voltar e enfrentar seus fantasmas, agora com mais consciência com novas ferramentas.

Esta foi, sem dúvida, uma viagem, que mudou a minha vida... Por isso partilho.

Por isso eu agradeço a Deus.

Não mudei da água pro vinho, nem foi instantaneamente, mas sem dúvida eu pude sair da inércia e perceber importantes momentos de renovação.

Se não tivesse tido a coragem de *ter coragem* não sei como estaria hoje.

Com tanta coisa que pôde acontecer... Onde eu teria colocado toda esta energia que usei nesta experiência de vida?

Segundo ele quando me conheceu eu estava num trânsito de algum planeta e que se eu não conseguisse fazer as mudanças que precisava fazer naquela época ia ter que esperar mais 28 anos.

Verdade ou não era assim que eu me sentia.

Graças a Deus eu consegui dar os passos que dei.

Não consigo nem imaginar o que seria não ter vivido isso tudo... Não ter aceitado este convite de transformação.

Certamente sou mais aberta, humana e mais consciente espiritualmente após esta experiência que vivi.

### *MOVIMENTO É PARA A VIDA TODA, NÃO DÁ PARA PARAR*

*Era incrível perceber como somos interesseiros.*

*Sempre que fazemos um movimento que exige muito de nós, como é o caso de uma viagem dessas ou uma terapia, achamos que ficaremos bem assim para sempre... Que merecemos o nosso prêmio por todo o nosso esforço.*

*Ou ainda... Que conseguiremos perpetuar as conquistas empreendidas.*

*Ilusão nossa.*

*Coisa do pensamento mágico das crianças que ainda somos...*

*Tudo na vida é dinâmico. Não há como congelar um momento, uma sensação com uma fotografia.*

*Quando o dia seguinte chega, quando vem o minuto seguinte é como se tivéssemos que fazer tudo de novo.*

*Teremos sempre que confirmar com nossas ações as escolhas anteriores.*

*Precisaremos sempre batalhar... Caminhar.*

*Perseverar...*

*Trabalhar dia após dia para consolidar um passo novo que chegamos a dar.*

*Nunca é facilzinho. Este novo passo se oporá a todo um passado cristalizado... Vicioso em nós.*

*Teremos que “Vigiar e orar a cada instante”...*

*Estar em terapia o tempo todo, isto é, conscientes de que certas coisas não melhoram sozinhas...*

*Nós teremos que perseverar em buscá-las por já termos entendido o que precisamos fazer.*

*Aprendi que este será um caminho individual, solitário, porque ninguém entenderá perfeitamente o que estaremos sentindo.*

*Será sempre pessoal e intransferível.*

*Um caminho que por sua natureza única não contará com o apoio externo.*

*Senti que esta é a parte mais complicada: a de nos sentirmos na contramão do mundo.*

*Pra seres humanos como nós que nos sentimos querendo fazer por merecer...*

*Isso talvez fosse por causa de nos habituarmos com aquela história:*

*“Se você passar de ano vai ganhar o presente, senão, não”.*

*Fazemos sempre esperando algo em troca?*

*Parece que isto está programado em nós.*

*Só que por conta disso sofremos MUITO porque quanto mais esperarmos mais presos aos resultados e às pessoas estaremos... Porque não amamos a Deus acima de qualquer coisa... Amamos as nossas preferências.*

*Mas na verdade só Deus permanecerá, TUDO passará...*

*Novamente eu me perguntava: Foi pra isso que eu nasci? Pra ficar dependente assim?*

*Embora eu soubesse a resposta era difícil não olhar pra trás, como fez o velhinho... Não me lamentar... Acreditar e cultivar um novo caminho.*

*Estava acordando para o fato de que na vida não podemos nos iludir de que estamos aqui apenas para aproveitar.*

*Estamos sim, mas para melhorar... Para melhor amar...*

*Para sempre descobrir mais e melhor como viver sem precisar de tantas coisas... Sem sermos reféns de tantas condições...*

*Como ser feliz sem tudo aquilo que pensamos precisar...*

*Perceber que para ser feliz não é preciso ter tudo o que se quer, mas não precisar de nada em especial para se estar bem.*

## **MOCHILA NAS COISAS PARA MAIS UMA...**

Um ano mais tarde e lá estava eu motivada, novamente a mais ensinamentos práticos. Fora de minha *redoma*.

Era a semana do meu aniversário e lá me veio este meu amigo me propor mais uma *aventura*: “Estamos indo para Belo Horizonte passar alguns dias em uma fazenda, vamos?”.

De cara eu respondi que não, mas logo em seguida concordei.

Fui com o meu carro. Achei que assim estaria mais entretida.

Ao chegarmos lá me senti na Bolívia novamente.

Era uma casinha abandonada. Em nada se parecia com uma fazenda.

Quando adentramos a casa era poeira pura.

Teias de aranhas pra todo o lado.

O banheiro tinha uma velha banheira e, dentro dela, uma aranha peluda.

Eu espirrava sem parar com tanta sujeira e também por ser alérgica.

Saí de lá furiosa e fiquei dentro do carro.

Éramos três pessoas, havia uma amiga dele junto.

Os dois ficaram se instalando e eu, instalada no meu carro, pensava: Será que eu nunca aprendo? Esse cara é *maluco* e eu *doida*, por não me convencer disso.

Depois de um tempo ele foi até o carro e, com aquela sua risada habitual, me olhava e perguntava:

“Você vai dormir aqui no seu carro?”

Eu bem que havia pensado nisso, sim.

Tinha me enganado de novo?! Teria me iludido mais uma vez?!

Provavelmente.

*Eu ouvi alguém dizer, certa vez, que nós acreditamos naquilo que queremos acreditar, mesmo que todos os fatos nos levem a duvidar.*

*Parece que a realidade é tão difícil de aceitar que sem percebermos fazemos de nossas fantasias as nossas realidades.*

Bem, ele insistia: “vamos jogar frescobol?”

Eu, já irritadíssima, respondi: “NÃO!”

E ele ria e ria...

Não se abalava com meu mau humor.

Isso me deixava pior ainda, pois ficava claro que era eu quem não conseguia ficar bem, ao invés de ser mesmo o fim do mundo.

Foi como na Bolívia. Todos pareciam estar vivendo normalmente e, eu, a única estranha no ninho.

Ele saiu dali dizendo: “Não continue aí. A solução dos seus problemas está lá dentro”.

Ele falou com tanta autoridade... Com tanta certeza.

Lá fui eu, buscar o meu oásis naquele deserto.

Quando cheguei à sala ele me olhou e me entregou a vassoura e disse firmemente: “varra!”.

Ele parecia tão certo do que me propunha que eu sequer questionei.

Comecei a varrer apesar da minha alergia, como se, num passe de mágica tudo fosse mudar.

Ele completou: “Não adianta ficar tão mental, Sonia. O que há pra fazer no momento é o que o momento pede. Portanto, varra!.

Você imagina muito, pensa demais... Apenas faça!”.

*Caramba era assustadora a constatação de que compramos facilmente o bilhete só porque nos disseram que ele estava premiado!*

*Como podemos nos iludir achando, infantilmente, que acontecerá assim como que, por encanto?!*

*Como raciocinamos e agimos como crianças...*

*Estamos sempre fazendo com o olho no resultado, no prêmio.*

*Que prêmio estaremos visando?*

*Qual será nossa idéia de sucesso?*

*Será que por algum momento atentamos para o fato de que somos nós mesmos quem nos fazemos escravos?!*

*Não percebemos que nunca poderemos servir a Dois Senhores ao mesmo tempo?!*

*Cada rota que escolhermos terá sua própria linguagem, suas próprias demandas.*

*Será que permaneceremos cegos, limitados, nos perguntando uns aos outros sobre o caminho para a felicidade sem vermos ligação com tudo o que escolhemos fazer?! Com o que praticamos? Com a forma como vivemos?*

*Puxa vida, como somos preguiçosos e distantes da verdade...*

*Estamos mais para Papai Noel descendo a chaminé cheio de presentes do que no significado do nascimento de Jesus em uma gruta de Belém...*

*Buscamos mais a felicidade imediata do que a alegria entendida através da Ressurreição.*

*Preferimos qualquer receita que nos ensine a não sofrer a viver nosso próprio Calvário rumo a uma vida renovada.*

## **SEM ESSA DE AUTO-PIEIDADE... CRESCEMOS NAS ADVERSIDADES**

Isso me fez lembrar de outra historinha.

Um homem estava indignado com seu vizinho por ele tratar tão mal suas três belas árvores.

Ele pensava: “alguém que não entende a necessidade de regar as árvores que possui não pode ser merecedor delas.”.

Muitos anos mais tarde este vizinho já morava em outra cidade e soube pelo noticiário que havia passado um furacão lá na região onde ele morava.

Foi algo muito devastador deixando apenas três árvores de pé.

“Não pode ser”, pensou ele.

Mas era verdade. Aquelas três árvores que na opinião dele eram maltratadas por não serem devidamente molhadas haviam se tornado uma fortaleza.

Como elas não recebiam água elas buscavam aquilo de que necessitavam no solo, através de suas raízes.

Sendo assim suas raízes se tornaram muito fortes e ligadas ao solo como se estivessem agarradas e seguras nele.

Moral da história:

Por a vida não ter sido *sombra e água fresca* para aquelas árvores elas se desenvolveram mais do que o esperado.

Isso nos ajuda a pensar que nem sempre o que é uma dificuldade ou carência em nossas vidas nos levará necessariamente à ruína.

Talvez nos possibilite inclusive superações maiores do que a média.

Tudo mais uma vez dependerá de como recebermos aquilo que a vida nos der.

Mas uma coisa não podemos esquecer:

Tudo sempre terá um lado bom e um ruim.

Ou seja, nada será só bom ou ruim.

Se acharmos que ganhar na loteria será só bom poderemos vir a ter vários problemas, inclusive perder nossa alma.

Se considerarmos que perder uma perna é perder a própria vida poderemos estar desprezando o único caminho que poderia nos levar a descobrir o despertar para uma vida plena.

Por isso é que as pessoas devem repetir aquela frase:

“Cuidado com o que você deseja... Isso pode se tornar uma realidade.”

Geralmente não sabemos o que é melhor para nós.

Temos apenas nossas preferências puramente humanas.

Se dependesse de nós passar por certos pedaços para alcançarmos um determinado crescimento talvez não o fizéssemos.

## **VOLTANDO...**

Varri... E tossi.

Não houve nenhum plim-plim.

Tudo normal.

Cada um fazendo uma coisa pra deixar a casa habitável.

Senti-me uma boba... Uma sonhadora.

Fomos dormir e no dia seguinte seria meu aniversário.

Acordamos e antes do café da manhã chegou um amigo deles.

Que sujeito diferente.

Ele chegou como um passante: mochila nas costas, barra portátil para fazer exercício e vários pacotinhos de cereais.

Chegou, falou com todo mundo e se pôs a preparar um desjejum: mingau de aveia.

Ele limpou direitinho a cozinha e organizou os mantimentos para o cozimento.

Eu olhava pra ele e sentia que algo estava falando diretamente comigo.

Ele parecia muito à vontade e em um mundo muito rico e prazeroso...

Ele estava como que absorto... Como se estivesse meditando... Amando.

Era pura Alquimia. Algo simples, saudável e vivo.

Nunca percebi o ato de cozinhar como naquele momento.

Ele e a comida eram uma coisa só.

O mingau era aveia e água somente, adoçado com açúcar mascavo.

Não ficou assim tão gostoso...

Mas havia um gosto diferente... Novo.

Gostosa era a sensação que eu absorvi.

Eu até então era uma pessoa que comia todo o tipo de besteira rica em sabor.

Podia ser salame com pão doce, amendoim com jujuba... Sem falar nas quantidades: Três paezinhos no café da manhã, quatro hambúrgueres pro lanche... Eu me entupia... Entorpecia-me...

Eu estava uns doze quilos acima do meu peso...

Era tudo tão sem consciência...

Como eu não percebia e não ligava, eu não sabia que estava tão... Distante.

Lembro-me que passei por situações constrangedoras, mas não o suficiente para me fazer prestar atenção.

Eu estava atendendo a uma paciente que me perguntou: “É pra quando?”.

Eu não estava grávida apenas gorda... Lotada!

Num outro episódio estava eu embarcando pra uma viagem de férias para o exterior quando fui parada para se revistada.

A pessoa me perguntou: “ O que você tem aí, na barriga?”

Eu disse: “nada só a minha barriga, mesmo”.

“Vou ter que te revistar”, disse-me ela.

Que humilhação.

Mas como são as coisas, não é?

Não foi suficiente pra me fazer olhar mais profundamente pra mim.

E eu continuava mal... Pesada... E não era só pela estética...

A qualidade do que eu comia era muito reprovável.

E também não era só o que eu ingeria em forma de comida, mas de sentimentos.

Comia como se fosse criança... Buscando prazer.

Comia sem me cuidar... Sem zelar por mim.

Tinha pressa em comer. Comia rápido. Comia sem perceber.

De repente comecei a perceber um novo mundo a minha frente.

Lembrei-me também de que eu pegava carro pra ir da minha casa ao consultório, que ficava a duas quadras.

Hoje me pergunto como eu conseguia viver daquele jeito...

Na verdade eu não conseguia...

Pude ver perfeitamente que no lugar de ser preguiçosa e gulosa eu podia encontrar outro tipo de graça e de beleza na comida... Na vida.

Daquele dia em diante sentia alegria e sentido em escolher um alimento bom e fresquinho.

Foi uma experiência que pareceu mágica, assim como eu estou contando. Mas na verdade houve um processo, um passo a passo... Um despertar.

Passei a ir quase que diariamente às compras, já que queria os alimentos com o maior frescor possível.

Trabalho? Sim, dá trabalho.

Na maioria das vezes dá vontade de *cortar caminho*, de deixar o comodismo e o modismo se instalar.

Fui mudando muita coisa a partir da consciência que fui tomando.

Logo eu que achava que era mais prático comer um congelado industrializado a ter que comprar, higienizar e preparar os alimentos.

Ainda que fosse mais prático nunca seria o melhor.

Pensava que o preferível era não perder tempo com as coisas e perdia a ação da vida dentro de mim.

Ao me envolver com todo o processo de cozinhar fui tomando gosto... Vendo e sentido belezas ocultas ali naquele processo e largando muitos dos meus comodismos.

### **MAIS UMA VIAGEM, MAIS UMA IMPORTANTE TOMADA DE DECISÃO !**

Lembro-me que passados alguns dias desta época pude vivenciar outra situação inesperada e decisiva.

Era um feriadão e alguns amigos estavam indo para Minas Gerais.

Acabei me incluindo no programa deles sem saber o que tudo aquilo iria representar na minha vida.

O passeio estava sendo agradável pelas paisagens bonitas e o clima agradável. Lá pelas tantas como o trajeto era longo e quem estava na parte de trás do carro havia caído no sono e ficamos acordadas só eu e uma amiga que estava dirigindo.

Ela parecia meio triste e começava a querer saber coisas de mim.

O que parecia mesmo é que o ela queria eram respostas às suas perguntas...

Como ela me conhecia há algum tempo e não gostava muito de falar de si ela começou a me bombardear de perguntas:

“Você é feliz hoje em dia?”

Respondi-lhe com uma pergunta: É isso mesmo que você quer saber?

E ela me disse: “Sei que você também *corre atrás do prejuízo* por não ter vivido uma infância tão tranqüila. Às vezes eu sinto que o que foi normal, comum pra todo mundo fez uma falta que nem um rombo na minha vida.”

E ela nem precisava dizer, ela estava muito triste.

“E vejo que você se esforça bastante pra seguir em frente...”

Então veio a prova de fogo sem nem mesmo ter tido aviso:

“Sinceramente, Sonia, você acha mesmo que vale todo esse esforço de elefante pra meio passinho de formiga? Tá mesmo valendo a pena?”

Eu murchei no ato.

Fiquei mesmo desmontada e mergulhei de imediato numa grande tristeza.

Parecia mesmo que tudo tinha desabado naquele momento...

Era como se aquela pergunta e a desesperança daquela pessoa passassem para mim por eu saber exatamente como era aquilo.

Senti-me voltando no tempo e andando pra trás na fé... Na vida.

Eu estava tão mal que era comparável a estar morrendo de verdade.

Aquele questionamento da forma como veio me fez duvidar inclusive da veracidade de tudo o que eu estive vivendo.

Eu estava a um passo de me sentir uma impostora.

De repente algo dentro de mim começava a responder por mim:

“Valeu a pena, sim... Vale a pena!”

Era uma reação vinda do mais profundo do meu ser surpreendendo a mim mesma e me resgatando de qualquer mal.

E pude sentir a importância vital daquele momento inesperado e crucial em minha vida.

Estava eu ali, de frente para mim mesma na figura daquela amiga que estava como eu já me sentira anteriormente.

Anteriormente, mas não mais.

Lembrei-me na hora do “vigiai e orai para não cairdes em tentação”.

Foi um momento brabíssimo, que graças a Deus foi um divisor de águas em minha vida.

De lá pra cá o “vigiai e orai” é uma ascese, uma prática visivelmente necessária e preventiva de males e desassossegos.

## **BIFE E BOI SÃO A MESMA COISA ?!**

Estava num passeio pelo interior do Rio quando olhando para a varanda de uma casa vi um boi pendurado por um gancho de açougueiro.

Nesta época eu comia carne normalmente e não entendia as pessoas que falavam da necessidade de se abster de carne.

Eu NUNCA havia pensado em associar aquele boi à carne que eu comia em casa ou nas churrascarias.

É incrível como o nosso distanciamento das coisas nos faz errar... Nos faz alienados.

Depois disso fui deixando a carne no passado.

Entretanto, pasmem...

Um dia fui à casa de meus pais e minha mãe, mesmo sabendo disso, me disse: “Tem arroz, feijão, bife e batatas fritas”.

O meu cérebro não viu conflito algum e já ia caindo de boca no bife.

Tive que me perguntar: Bife não é a mesma coisa que boi?

Digo isto porque fazemos as coisas tão no automático que nem nos ligamos nas coisas.

Havia um outro ponto importante nesta história.

Ao escutar, “bife”, me senti reportada à minha infância e aquele então não era apenas um pedaço de carne, mas o alimento da minha saudosa infância.

Como somos complexos...

Como temos que “vigiar e orar para não cair em tentação...”

Cada qual terá a sua armadilha... Quase todas sutilíssimas e ... Emocionais.

## **VOLTANDO...**

Aquele foi um tremendo presente de aniversário.

Durante o dia o meu novo amigo foi me dando outras amostras de uma vida melhor e mais simples.

Ele tirou sua barra de exercício e começou a se exercitar.

Depois disso fez uma caminhada conosco.

Lembrei-me da Preguiça e de como se pode sair facilmente dela com atitudes simples.

À noite eles cantaram parabéns para mim e me presentearam com um símbolo daquilo a que eu estava acostumada: uma coca-cola.

Conforme eu percebia o momento, com as novas experiências assimiladas, eu fui me dando conta de que eu já não gostava tanto do presente que recebi.

Mágica ou não, daquele dia em diante senti modificada minha relação com a alimentação.

Perdi dez ou doze quilos por ter iniciado uma reeducação alimentar... Por ter mudado de vida.

Aquele final de semana me fez viajar dentro de mim.

Percebi claramente duas coisas bem importantes:

“Varra!” me disse o meu amigo sorridente.

Isto teve um efeito extraordinário em mim.

Como falei no momento, o céu não se abriu e tudo ficou diferente.

Mas ficou marcado em mim.

Sei nitidamente o que quer dizer a frase, “O caminho se faz caminhando”.

A maioria das vezes ficamos apenas pensando, supondo... Imaginando...

Precisamos fazer, agir.

E mesmo quando não temos a certeza, ou quando nos vem a Preguiça, precisamos nos pegar pela gola da blusa e nos levar...

Forçar a barra... Pagar pra ver... Gastar calorias.

A maioria de nós pensa que isso não seria o ideal.

Parece que chegará o dia em que acordaremos e nos sentiremos capazes como nunca para fazer numa boa o que precisarmos fazer.

Não, esta é a nossa fantasia... A realidade é feita de tentativas, de descobertas.

Só poderemos avaliar o que ousamos fazer. O resto... Será puro papo... Pura suposição.

A outra coisa super importante que aprendi do “caminhando é que se faz o caminho” é que enquanto caminhamos vamos percebendo o processo... O caminho.

Quando ele me disse: “varra!” o mais chocante foi ele ter contrastado o varrer, que era presente, com a minha idealização da solução para os meus problemas.

Naquela ocasião ele me disse:

“Você saiu do Rio, pra que? Pra vir pra Belo Horizonte? Bem, agora que chegou aqui, qual é a sua meta?”

Você sempre tem que pensar assim?

Sempre tem que ter um porquê?

Você não pode apenas ouvir o seu coração?!

Tem muito mais do que apenas os seus objetivos... O mundo tá grande, Sonia...

Agora que você chegou, esteja aqui... Fique... Faça o que tem pra fazer.

E se o que há pra fazer é varrer, então, varra!

Pare de lutar, esbravejar... Querer que tudo seja do seu modo.”

Estas situações conjugadas me levaram a entender que não há vida melhor do que esta que estamos vivendo no momento presente.

Estar no preparo daquela comida era estar permanentemente experimentando e descobrindo o lado dinâmico e natural das coisas...

Relacionar-me com os alimentos, com os sentimentos de maneira mais desperta... Menos industrializada... Menos tão somente o que eu preferia.

A partir destas experiências comecei a me tornar uma pessoa mais real, mais atenta... Que tenta estar bem apesar de...

Que procura testemunhar com ações aquilo em que acredita já consegue acreditar, não pelos outros, mas para conseguir seguir em meu amadurecimento espiritual.

Percebi que se apenas passamos pela vida, sem nos relacionar com ela, ela não se relacionará com a gente.

Se não pusermos a mão na massa não saberemos avaliar muitas coisas.

Se nos mantivermos defendidos por medo de sofrer ou de deprimir, sofreremos e deprimiremos do mesmo jeito, ou melhor... Do pior jeito: Alheios à nossa realidade.

## **AMPLIANDO HORIZONTES**

E a minha cabeça seguia a lembrar importantes pedaços do meu caminho que me marcaram de maneira especial.

Agora o que vinha a minha cabeça era quando eu voltei daquele intercâmbio e me mudei da zona norte à zona oeste do Rio.

A pedida era aprender a jogar tênis.

Lá nos USA a família que me hospedou tinha hábitos sociais diferentes dos que eu conhecia.

A um frio de -10º eles gostavam de ir a um clube diariamente nadar e jogar raquetebol.

Talvez tenha sido isto que ficou em minha cabeça:

Praticar esportes, sair à noite... Ter uma vida fora de casa, com amigos e atividades.

Assim quando nos mudamos para um condomínio e vi aquelas quadras de tênis cismei que tinha que jogar.

Minha família toda começou a fazer aulas de tênis.

Uau! Senti que na imaginação era bem mais fácil jogar...

Era um esporte bem complexo e eu achando que seria super natural.

Doce ilusão.

Comecei a praticar e achei que fui melhorando.

Começaram a acontecer torneios internos e eu começava a participar.

Fiquei até bem colocada no ranking, mas...

Havia chegado um professor estrangeiro no clube e o que todos queriam era fazer umas aulas com ele.

Tomei coragem e perguntei: “Você tem horário pra mim?”

Ele demorou a responder e me olhando de cima a baixo disse:

“Já vi você jogando e não acho que possa te ajudar”

Não sabia com interpretar sua colocação.

“Você joga muito errado e seria difícil te corrigir”.

Fiquei arrasada, mas continuei:

“Eu gostaria muito de aprender a jogar direito, você pode me ajudar?”

“Olha, pra começar você não tem nem músculo na perna. Você deve ter sido daquelas que fugiam das aulas de educação física no colégio.”

Mosca!

“Mas deve haver alguma coisa que você possa me ensinar para que eu melhore um pouco.”

Ele me olhou novamente e disse: “Você já é velha para ir a Wimbledon”.

Eu devia ter dezesseis anos.

Após o impacto inicial que me deixou abatida tentei nova aproximação:

“Olha, eu gosto muito de tênis e queria mesmo jogar melhor com a sua ajuda.”

“Tá podemos fazer uma tentativa, mas vou logo avisando que você precisará de três horários por semana”.

Novo problema: eu não teria a grana para tamanho projeto.

Mais uma vez não desisti, expliquei-lhe o problema e ele me deu uma sugestão:

“Estou precisando aprender inglês, você poderia me ajudar?”

Bingo! Trocamos aulas de inglês por aulas de tênis.

Lá fui eu durante um tempo considerável ter aulas nas quais 90% do tempo eram exercícios físicos, posicionamentos em quadra e etc.

Com perseverança, dedicação e disciplina em um médio prazo estava quase uma atleta.

Foi muito bacana.

Isto aconteceu no início da faculdade de psicologia.

Mal sabia eu que me tornaria uma atleta a disputar torneios pela minha universidade.

Pois assim foram acontecendo as coisas...

Cada qual à sua época... Com suas próprias características e sentido à medida que iam se sucedendo...

Para nós que estamos vivendo a vida não conseguimos ter a *visão panorâmica* de Deus.

Nós tratamos de viver sem muito sofrer... Tentando separar algum dinheiro pro futuro...

Planejando a vida sem percebermos claramente que isso NÓS NÃO CONSEGUIREMOS FAZER... Assim, sem ter aprendido definitivamente com as experiências que citei fui convidada a mais uma.

*Nós achamos que ficaremos imunes, sem mais sentir dor daí pra frente...*

*Não! Não é pra isso que as coisas servem.*

*O que eu sinto hoje é o que já falei anteriormente: nossa fé é aquilo que fará a diferença no momento da dor.*

*A fé que pudermos acessar em nós por ela já existir.*

*A fé que é um dom, mas que precisa da ascese, da prática.*

*Sem praticarmos nada segue adiante... Nada se consolida.*

## **A VIDA MUDA DE UMA HORA PARA OUTRA...**

Era uma manhã linda e ensolarada do ano de 2000.

Eu estava terminando de atender meus pacientes pela hora do almoço e disse na recepção da clínica: “Tchau, daqui a pouco eu volto”.

Mas só voltei meses depois.

Em minha cabeça eu estava saindo para fazer uma saudável caminhada até um restaurante natural e então voltar para continuar o trabalho.

Eu estava caminhando quando senti que alguém me pegava fortemente pelo braço esquerdo.

Eu nem imaginava o que estava me acontecendo.

De repente notei que a força com que eu estava sendo pega era algo muito violento e comecei a perceber algo muito maléfico acontecendo.

Fui pega pelo braço violentamente e arremessada ao chão de cabeça.

Depois do fato ocorrido me disseram que havia sido um motoqueiro que emparelhou comigo e se valeu da força da moto para ter me jogado de cabeça.

Bem, quando caí era só dor eu não percebi nada do que acontecia.

Escutei ao longe uma voz de mulher tentar afugentá-lo, já que ele estava voltando para me assaltar.

E assim ele foi embora sem levar nada e deixando tantas coisas comigo...

Imediatamente juntou gente. Gente solidária que me acolheu completamente como jamais eu imaginaria...

Estamos todos muito indiferentes uns aos outros e com medo de cairmos em alguma cilada, que nem corremos o risco de saber se alguém precisa mesmo da nossa ajuda...

Eu sei que “do nada” apareceu aquele anjo, digo, aquela senhora que botou o assaltante pra correr, gelo pra botar no meu ombro e toda e qualquer ajuda que eu necessitasse naquele momento.

Apesar de estar urrando de dor, pois mais tarde vim a saber que ele havia quebrado a minha clavícula em três pedaços, eu podia perceber aquele universo rico de afetividade humana em uma cidade tão agitada como o Rio de Janeiro.

Era nítido pra mim que alguma coisa maior estava acontecendo.

Acreditem ou não, no instante em que eu estava começando a queda, ainda sem ter noção exata do que estava me acontecendo, eu senti com que algo dentro de mim, Deus, falasse:

“Deixa eu te mostrar que você não pode tudo. Deixa-me te mostrar com pode ser diferente...”

E eu senti que Ele me segurou.

Saindo dali fui a um pronto socorro e lá me disseram qual era a minha situação.

“É cirúrgico.” disse a médica.

Eu não acreditava no que estava acontecendo...

Fiquei perplexa.

Foi um período de muita dor...

Dor física, moral e emocional.

É incrível como nestes momentos de fragilidade vemos como as pessoas com quem convivemos cotidianamente são pouco solícitas e isso nos causa uma dor acima do normal.

Eu precisava de ajuda para as mínimas coisas, mas era como se ninguém percebesse.

Fui ficando muito mal com isso.

Lá pelas tantas eu já não sabia o que doía mais...

Por que tudo aquilo estava acontecendo? Por que Deus havia permitido?

“Tudo concorre para o bem daqueles que amam a Deus” era a resposta que me vinha.

De repente fui recebendo a graça de me sentir mudando o foco.

Sim, porque sempre parece que a pior dor é a nossa.

Através do tratamento num grande centro de reabilitação física de referência no Rio de Janeiro pude sentir o que em várias outras ocasiões já havia sido levada a refletir:

“Olhe para fora... Não olhe apenas para as suas coisinhas.”

Ao olhar para fora eu não estava exatamente fugindo de pensar sobre a minha vida, mas me inteirando mais de uma realidade maior.

Eu fiz o tratamento em diversas etapas e uma delas foi a hidroterapia.

Lá havia muita gente com diferentes dores e problemas.

Nenhum era igual, mas todos se equivaliam em sua gravidade para cada pessoa.

Era hora de parar de espera dos outros e superar barreiras pessoais, intransigências... Mimos.

O momento era de perdoar, compreender, sair da cobrança para me capacitar a entender a vida como se a estivesse recebendo naquele momento.

Com a alegria e o agradecimento de que sabe que recebeu algo precioso.

Foi um longo e intenso processo de restauração... De renascimento.

Hoje eu sei que estes foram momentos planejados por Deus, assim com foram Dele todas as ferramentas que eu pude utilizar para a travessia por este mar que aconteceu em minha vida.

Ao voltar à ativa era como estar iniciando uma nova vida.

Todos falavam a seu modo que enxergavam uma mudança em mim.

Eu não sabia apenas sentia que queria me envolver mais e mais em estar presente e em ajudar em tudo o que pudesse.

Novamente vinha aquela sensação de eu olhar para mim mesma e não estar satisfeita com certas coisas.

Elas saltavam aos meus olhos uma a uma.

A primeira delas foi aprender mais sobre a Palavra de Deus e assim preparar com mais zelo as músicas de domingo.

Aliado a isso veio o maior tempo de preparação no que antecedia cada missa.

No passado eu chegava quinze minutos antes e escolhia as músicas dentre uma seleção de umas quarenta músicas, ali, na hora.

Isto foi ganhando maior seriedade para mim e me levando a estar pelo menos uma hora antes para preparar o cantinho da música para cada missa.

Além disso, esta seriedade passava também por estudar a liturgia de cada domingo para preparar as músicas de acordo com as leituras e o evangelho do dia.

Coincidentemente, apenas maneira de falar, é claro, nesta ocasião estava entrando uma equipe nova de padres e leigos naquela igreja.

Havia problemas cotidianos e por causa de um deles fui falar com uma pessoa que estava assumindo uma função que até então não tínhamos lá: coordenadora de liturgia.

Disse a ela que havia sumido o microfone que utilizávamos.

Poucos dias depois, lá estava ela com um par de microfones para nós.

Disse-nos, para mim que tocava e para uma amiga minha que era quem cantava:

“Estes ficam sob os cuidados de vocês”

Uau! Quanta rapidez e quanta presteza.

Fui me aproximando dela progressivamente e um dia lhe perguntei:

Você conhece algum grupo que esteja estudando a Bíblia?

“Eu ensino a um grupo já há algum tempo. Você gostaria de entrar?”

Que máximo!

Combinamos tudo e ela me surpreendeu dizendo que me daria algumas aulas antes para que eu pudesse acompanhar o ritmo do grupo.

Foi fantástico.

De repente o mundo se abriu à minha frente.

Sua maneira de ensinar era como tudo o que eu a vi fazendo até então: simples, profunda e acolhedora.

E eu ia me sentindo constatando que Deus só espera de nós o nosso SIM para que tudo seja por Ele mesmo providenciado.

Cada nova coisa que ia acontecendo já não era mais naquela alienação de antes, mas com uma espécie de fome, de espírito inquieto, como dizia Santo Agostinho.

## **OS PECADOS PEDIAM ESPAÇO PARA SE REVELAREM**

Um ano antes e acontecera outro fato no mínimo curioso.

Eu estava atendendo uma paciente que à medida que ela ia melhorando em seu tratamento ia escrevendo um livro.

Um dia ela chegou com um tema bem mais complexo e com a intenção de logo concluí-lo: Os 7 pecados revisitados.

Uau, isto não estava acontecendo!

Na hora eu nem percebi conscientemente ao que o tema me remetia.

Na verdade de estagnação passei a viver um turbilhão de coisas.

Era uma atrás da outra.

Sugeri a ela que o tema era bastante importante e que iria requerer um estudo bastante aprofundado.

De repente ela me diz: “vamos escrever este livro a quatro mãos?”

Deus, o que estava acontecendo?!

No começo ficamos meio perplexas diante da nova situação.

Tudo surgiu como uma proposta natural e simples, embora pouco comum. Seria pecado escrever um livro com a terapeuta, com a paciente?

Felizmente conseguimos separar cuidadosamente, “alhos de bugalhos”, com muito cuidado, muita habilidade e muita calma.

Passo a passo, descoberta a descoberta, fomos tentando entender o lugar disso tudo nesta situação atípica, afinal... estas coisas não acontecem todos os dias.

Sentimos que havia muito o que aprender com tudo aquilo.

E assim seguimos, descobrindo e escrevendo um livro que para cada uma de nós tinha um sentido, ou este foi sendo percebido a cada passo, a cada palavra e pensamento.

Escrito e discutido e meditado, foi sendo delineado...

Uma caminhada, inusitada, mas real.

Qual seria afinal o sentido de estarmos escrevendo?

Bem, isso já não nos cabia mais responder...

Acreditem ou não eu ia me lançando àquela nova situação sem me dar conta de que tudo acontecia com uma certa cronologia e lógica.

Eu apenas tratava de fazer o meu melhor em cuidar de cada coisa que acontecia.

Escrevemos o livro.

Mas levou quatro anos para ser publicado.

Ela estava ansiosa durante todo este tempo.

Em geral ela finalizava um livro e em seguida ele era lançado.

Era uma sucessão de programas de televisão para divulgação e tudo mais.

Ela brincava comigo e dizia que no futuro eu teria que passar por isso também.

E eu dizia: tá louca!

Nestes quatro anos tudo foi acontecendo como se me preparasse para os momentos que eu ainda havia de viver.

O livro foi publicado e lançado em 2004.

Foi uma sensação incrível vê-lo concretizado.

Não exatamente pelo lado material da coisa, mas em ver como as coisas simplesmente vão acontecendo, basta que a gente se mova, entenda o chamado a cada situação.

A partir do lançamento comecei a me sentir motivada a fazer palestras sobre cada pecado no sentido de entendê-los em nosso cotidiano.

Fui entendendo a cada palestra o que tudo isto tinha para mim.

Eu que era uma tímida me tornava mais e mais capacitada a expressar os pontos importantes para reflexão sobre cada comportamento em nossas vidas que nem percebemos, mas nos fazem mal e aos outros também.

E estas palestras ganhavam um recurso a mais: a música.

Como eu dizia, é incrível percebermos que coisas acontecem quando nos abrimos a elas.

É bem verdade também que quanto mais pura a intenção, quanto mais desapegada do resultado final, mais a coisa fica bonita.

Bem, então fui sentindo que a música era uma importante parte para levar a mensagem de forma mais simples, pois ela chega de outra maneira aos corações e mais esclarecedora e agradável às pessoas.

Assim, quando eu falava de cada situação do dia a dia que caracteriza um pecado eu cantava uma canção que através da emoção gerada fazia a cada um se questionar, se ver dentro daquilo que estava sendo apresentado.

Falar sobre pecado é algo que para a maioria das pessoas está fora de moda, já que está tudo sendo liberado na sociedade moderna.

Só que isto é apenas uma ilusão em que as pessoas preferem acreditar.

Mas lá no fundo delas paira a dúvida e o medo de que tudo isto possa fazer diferença.

O que o mundo hoje chama de doença e desenvolve medicamentos para tal talvez não passe de um viver desordenado, permissivo que esteja levando o homem para longe de si mesmo e de Deus.

O objetivo dos encontros passou a ser levar as pessoas a pensarem em si mesmas, em suas vidas e em sua responsabilidade sobre tudo o que lhes acontece, como consequência de suas escolhas e de sua forma de encarar a vida.

Vejam só... Onde é que eu imaginaria isso tudo?!

Tem sido bom de fazer, bom de perceber as transformações nas pessoas e de observar que a vida, com seus propósitos é muito maior do que nós imaginamos.

Vale a pena se lançar neste caminho com tudo o que há para viver e superar em si mesmo. Com todas as dificuldades que estão implícitas no caminho. Porque difícil mesmo será passar a vida na escuridão por medo de não agüentar a claridade.

## **CONCLUSÃO**

Vamos vivendo normalmente sem a consciência de que a vida é algo muito especial: um dom.

Ela é um presente que recebemos. E como é bom descobrirmos que temos a oportunidade de incessantemente procurarmos as respostas através das tentativas que nos permitimos fazer para buscar a Verdade...

A Verdade que nos libertará de nossos aprisionamentos, daqueles que ajudamos a fazer.

Somos co-autores das nossas próprias histórias, mas ainda assim geralmente preferimos ter a vida *arrumada* a sermos mais ativos em nossos próprios processos de viver.

É incrível como sempre queremos o mais fácil...

O que não nos exija muito, ainda que tenhamos que pagar: *“pago pra não me aborrecer”*.

Perdemos muito tempo e vida negando isso.

Não importa muito saber a quem acusar de culpado, mas buscar saber o que eu poderia aprender com a experiência vivida.

Ficamos apenas julgando, julgando e presos aos detalhes.

Perdemos os grandes pulos que precisaríamos dar... FICAMOS... Ao invés de ir.

A mente fica fazendo contas, presa a exatidões e não nos deixa ser mais generosos e misericordiosos.

O que a matemática da minha mente não conhece é que nessa conta nós é quem saímos sempre perdendo por não termos aprendido a mais amar.

Jesus nos deixou muitos ensinamentos vividos ao longo de sua vida. Estes podem redirecionar nossas ações para um viver mais profundo e, ao mesmo tempo mais simples:

- “Não busquemos os primeiros lugares, mas que cedamos lugar: Quem quiser ser o primeiro que seja o último”.
- Não busquemos ser servidos, mas, sirvamos, como Ele fez: Lavou os pés dos discípulos, deixando a todos perplexos, já que Ele era o Senhor. Ele, ao contrário de nós, não ficava à espera. Fazia, agia... Doava-se, por completo.

Tudo se resume ao Amor.

“É dando que se recebe”, percebeu São Francisco.

Não dos outros, mas do próprio ato de doação, de desapego.

Quando verdadeiramente damos nos enchemos mais.

Quando, de fato doamos, é porque já conseguimos transbordar do amor inesgotável que já chegamos a experimentar.

A inércia só nos faz perecer, morrer aos poucos.

O conforto e as certezas que buscamos no mundo nos fazem crer que serão para nós fonte de alegrias e prazeres.

Mas, no fundo, só nos levam pra mais longe de nós mesmos... Para um deserto árido e infrutífero...

Quantas vezes não nos sentimos estranhos, como que anestesiados, deprimidos ou sem objetivo para viver?!

Desavisados tentamos preencher vazio com vazio...

Como não cair em Depressão vivendo tão distantes de nós mesmos? Tão longe do RUMO? Com tantos chamados falsos à felicidade e ao sucesso?!

Queremos sempre nos destacar, ser premiados... Sermos os preferidos.

Em uma concepção mais profunda saberíamos logo que não há preferidos, ou mais bem sucedidos... Somos iguais aos olhos de Deus.

Quem pretender ser melhor deveria se colocar mais a serviço, ao invés de se consumir em desejos de reconhecimento e fama, pois este será um caminho de infelicidade e apegos.

Como perceber que seremos nós quem teremos que melhorar? Que mudar?

Que mais amar para mais perdoar?

Como parar de perseguir os primeiros lugares que demandam esforços infundáveis e dolorosas decepções para perceber um caminho de libertação?

Madre Tereza de Calcutá dizia: “Perdoe sempre e a todos, pois, afinal, nunca foi entre você e os outros, mas entre você e DEUS”.