

# Janelas da alma



Solicite nosso catálogo completo, com mais de 500 títulos, onde você encontra as melhores opções do bom livro espírita: literatura infantojuvenil, contos, obras biográficas e de autoajuda, mensagens espirituais, romances palpitantes, estudos doutrinários, obras básicas de Allan Kardec, e mais os esclarecedores cursos e estudos para aplicação no centro espírita – iniciação, mediunidade, reuniões mediúnicas, oratória, desobsessão, fluidos e passes.

E caso não encontre os nossos livros na livreria de sua preferência, solicite o endereço de nosso distribuidor mais próximo de você.

*Edição e distribuição*

**EDITORA EME**

Caixa Postal 1820 – CEP 13360-000 – Capivari – SP

Telefones: (19) 3491-7000 | 3491-5449

Vivo (19) 99983-2575 | Claro (19) 99317-2800

vendas@editoraeme.com.br – www.editoraeme.com.br

José Milton da Costa

# Janelas da alma

Capivari-SP

– 2014 –

© 2014 José Milton da Costa

Os direitos autorais desta obra foram cedidos pelo autor para a Editora EME, o que propicia a venda dos livros com preços mais acessíveis e a manutenção de campanhas com preços especiais a Clubes do Livro de todo o Brasil.

A Editora EME mantém, ainda, o Centro Espírita “Mensagem de Esperança”, colabora na manutenção da Comunidade Psicossomática Nova Consciência (clínica masculina para tratamento da dependência química), e patrocina, junto com outras empresas, a Central de Educação e Atendimento da Criança (Casa da Criança), em Capivari-SP.

1ª edição - dezembro/2014 - 3.000 exemplares

CAPA | Victor Augusto Benatti

DIAGRAMAÇÃO | Rafael Gatti e Marco Melo

REVISÃO | Rubens Toledo

Ficha catalográfica elaborada na editora

Milton da Costa, José, 1942

Janelas da alma / José Milton da Costa - 1ª ed. dez. 2014 -  
Capivari, SP : Editora EME.

208 p.

ISBN 978-85-66805-48-2

1. Espiritismo. 2. Autoajuda. 3. Textos motivacionais

I. TÍTULO

CDD 133.9

## Dedicatória

Dedico este trabalho a todas as pessoas que se aproximaram de mim sem interesse. Amizade por amizade, e que foram as construtoras para abriremos as JANELAS DA ALMA.

*O autor*

## Agradecimentos

À Maria Regina, minha mulher, pela dedicação, zelo e incentivo constante em meu trabalho.

À Elaine Mendonça de Sales do Grupo Socorrista Maria de Nazaré, em Boituva-SP, companheira de primeira hora que se prontificou a digitar o esboço deste trabalho.

À Luci Ângela Cruz, amiga de sempre, por realizar a primeira leitura dos textos, apresentando sugestões oportunas, avaliando seu conteúdo, enriquecendo esta obra. Ela é uma companheira incansável na seara espírita.

À minha neta Lívia, grande inspiradora deste livro. Sua presença entre nós é a certeza de um mundo melhor.

## Sumário

Prefácio .....	9
Introdução .....	11
Mensagem de Inácio .....	13
Capítulo I	
Vacina contra decepção .....	17
Capítulo II	
Ter mais ou ser mais? .....	23
Capítulo III	
Contentamento .....	33
Capítulo IV	
O sentido de justiça.....	41
Capítulo V	
Colocando um ponto final .....	47
Capítulo VI	
Abrindo as portas da mente .....	53
Capítulo VII	
Combatendo a preocupação .....	59
Capítulo VIII	
Tudo é vaidade.....	67
Capítulo IX	
Perseverança e seriedade .....	75
Capítulo X	
Ser e parecer ser.....	81

Capítulo XI	
Alienação – Ciência e religião .....	93
Capítulo XII	
Vaidade e orgulho – Viver na ilusão .....	99
Capítulo XIII	
A festa da luz – Natal .....	107
Capítulo XIV	
Cegueira do juízo .....	115
Capítulo XV	
Aprendamos a agradecer .....	121
Capítulo XVI	
Assim caminha a Humanidade.....	127
Capítulo XVII	
Ingratos ou intolerantes?.....	137
Capítulo XVIII	
O respeito à vida. Um não ao aborto.....	143
Capítulo XIX	
Relacionamento e convivência .....	149
Capítulo XX	
A espécie humana não é uma triste coisa.....	159
Capítulo XXI	
Para um mundo melhor .....	167
Capítulo XXII	
Sentidos, sentimentos e emoções.....	173
Capítulo XXIII	
Não há contradições no espiritismo .....	179
Capítulo XXIV	
O retorno para casa.....	189
Capítulo XXV	
Um único mandamento .....	199



## Prefácio

O aprendizado é constante em nossas vidas. A cada amanhecer, a cada sol que se põe. Tudo é bom. Mesmo que em princípio não pareça. Aprendemos isso na doutrina espírita. Estudando Kardec, lendo Emmanuel, sentindo Jesus.

Aprendemos também com os companheiros de jornada. E Milton é um deles, um grande amigo. Tem sempre uma palavra de consolo, uma história que elucide a conversa. Pesquisa e estuda bastante a doutrina dos espíritos e procura colocar em prática o que aprende.

Uma vez tomei emprestado um livro dele. Na contracapa estava escrito: “Levei 56 anos para entender que não devo e não posso mudar as pessoas.” Outra vez, ele disse que, ao sabermos de um fato, já estamos envolvidos nele, e algo precisa ser feito para auxiliar. E Milton auxilia mesmo! Sempre nos ensina algo, mesmo sem perceber. Segue o lema do espiritismo: fora da caridade não há salvação.

Esta obra é resultado das vivências de Milton. As palestras que realizou ao longo do tempo serviram de auxílio a outros palestrantes, no esclarecimento de quantos buscam sua transformação pessoal.

Querido amigo! Que as sementes que você plantou floresçam pela eternidade. Que Jesus ilumine seus passos e você possa ter sempre a mente lúcida, o caminho firme.

Com um forte abraço,  
**Luci Cruz**  
Outubro de 2014.

## Introdução

“Viver é melhor que sonhar”, já cantou Belchior em *Como nossos pais*.

Mas viver à luz do evangelho de Jesus e nos princípios da doutrina espírita é uma tarefa difícil, uma meta para todos nós.

Estamos aqui para estudar e buscar a evolução espiritual, cada qual no seu devido tempo, obedecendo ao princípio do livre-arbítrio.

Os livros e os ensinamentos são pontos de referência e indicativos para que possamos viver uma vida melhor.

Apesar das transformações íntimas e comportamentais que conseguimos ao longo de nossas existências, ainda estamos distantes de sermos como nos recomenda o mestre Jesus: “Sede perfeitos como o Pai é perfeito.” Estamos em estágios de evolução. Que bom se pudéssemos viver em plenitude as verdades a nós apresentadas ao longo de nossa jornada.

Vivemos numa inversão de valores: fazemos a outrem o que justamente não queremos que nos façam. Quase todas as nossas mazelas envolvem problemas de convivências e relacionamentos. Mas são elas que nos ajudam em nosso crescimento, quando são compreendidas.

Este livro tem a intenção de nos auxiliar na busca da verdade que nos liberta. E assim nos tornarmos seres melhores.

Que Deus nos ilumine e abençoe.

**O autor**

## Mensagem de Inácio

Boa noite a todos,  
Saudamos o nosso mestre Jesus e pedimos que ele ilumine a todos.

O espiritismo não é uma doutrina legada aos seus discípulos por meio de um guru ou de apenas um espírito de luz em missão na Terra.

Ele é, desde o seu princípio básico, fundamentado na humildade dos médiuns anônimos que trouxeram de vários espíritos de luz as verdades básicas necessárias à nossa evolução pessoal.

Por princípio não fere o livre-arbítrio de ninguém, uma vez que não dá fórmula de sucesso ou senhas mágicas de vitória sobre os problemas do dia a dia.

Coloca no cerne de sua filosofia a vontade individual para obtermos as chaves de nossa evolução espiritual. Chaves essas que solicitam a abertura de nossas arcas do “eu.” Fazendo-nos facear as nossas imperfeições de caráter e de personalidade.

Não aponta o dedo acusador para ninguém, na exigência de retratação de suas mazelas. Fornece, no entanto, as bases sobre as quais, os verdadeiros espíritas construirão as suas rotas de serviço.

Tiago, no evangelho, questiona: “De que adianta a fé sem obras?”

Ora, onde devemos realizar estas obras? Que material dispomos para trabalhar?

As suas necessidades de vivenciar estes ensinamentos é que originam, dentro das nossas almas em desequilíbrio, as capelas e altares onde sacrificaremos os nossos defeitos e vícios. A cada dia um pouco mais, e a cada dia com mais facilidade.

Isto porque queremos conclamar todos os trabalhadores e rever os seus conceitos: qual a sua participação e qual o seu compromisso com os trabalhos aqui realizados?

Se comparecermos a esta casa de amor por pura obrigação, não aproveitaremos as oportunidades maravilhosas de serviço que aqui se apresentam.

Se comparecermos com enfado e preocupados com nossos compromissos terrenos, que tipo de sintonia com o plano maior teremos? E que tipo de energia doaremos?

Todos, sem exceção, adentram este recinto por meio das mãos da dor. Como o divino mestre a todos socorre, dentro em pouco estamos recuperados, aproveitando dos espíritos abnegados que carregam sobre seus ombros o manto do amor.

Nesse instante, em que recuperados de nossas atribulações somos instados a retribuir aos nossos irmãos

do espaço dando-lhes parcela mínima de nosso amor, colocamos as nossas necessidades sociais e pessoais sobre esta oportunidade de transformação e redenção, ressaltando o “eu.”

Jesus disse ao jovem rico para que priorizasse o espiritual sobre os compromissos terrenos, e este, aterrorizado, ante a possibilidade de passar por um período de escassez, abriu mão da oportunidade de servir e alcançar mais rapidamente a felicidade.

As casas espíritas, sejam quais forem, sofrem com a falta de compromisso de seus frequentadores, que se denominam trabalhadores. Porém, se Jesus aqui comparecesse, você teria coragem de se autodenominar trabalhador do evangelho?

Não nos basta a presença física, se seu espírito e coração não estiverem presentes e participantes dos trabalhos.

Não nos julgemos melhores do que os assistidos ou do que outro trabalhador. Deus sabe o quanto valemos e o quanto estaremos realmente comprometidos com a nossa reforma.

Sejam fraternos. Porém, como ser fraterno, se mal suportamos a presença uns dos outros? Como trocar algumas palavras fraternas após os trabalhos?

Como nos apresentar ao mestre como seus discípulos se o que sai de nossas bocas são intrigas ou ferretes de acusação que ferem em vez de libertar e orientar?

Não precisamos falar sobre as intrigas, porém cabe falar um pouco sobre as palavras duras.

Onde está o perdão? Onde está a tolerância para com as incapacidades alheias? Onde está gravada em nossa

fronte que podemos julgar a quem quer que seja? Jesus, o melhor de todos nós, que já passou neste planeta, não julgou. Como queremos nos atribuir essa capacidade?

O preço da paz é a eterna vigília. Complementamos que é também o eterno esforço para melhorar, para domar as nossas imperfeições, que, como a hidra de Lerna, levanta sempre uma nova cabeça ao julgarmos que abatemos uma.

Nenhuma casa se sustenta sem amor. Nenhum centro espírita pode se basear no dinheiro e no poder de suas realizações.

Esses, se houver, são resultado da perseverança de seus verdadeiros trabalhadores. Aqueles que entendem que não trabalham para “A” ou “B”, mas que servem a Jesus e seus mandatários espirituais.

Finalmente, olhem não para o que nosso irmão faz de errado, mas louvemos o que ele já pode fazer e supramos as suas deficiências.

*Inácio*

(Palavras recebidas pelo médium Fortunato, ditadas pelo espírito Inácio, na noite de 5 de maio de 2011, no Grupo Socorrista Maria de Nazaré, em Boituva, SP, e que dá sequência à mensagem de abertura.)



# Capítulo I

## Vacina contra decepção

As vítimas da decepção e do desengano são aquelas pessoas que sempre esperam retribuição pelo que fizeram.

*Autor desconhecido*

Jesus exorta o desinteresse, conforme consta no evangelho de Lucas (14:12-14). “Disse ainda a quem o tinha convidado: Quando deres almoço ou jantar, não convides nem teus amigos, nem teus irmãos, nem parentes, nem teus vizinhos ricos, para não suceder que por sua vez eles te convidem e assim te retribuam; ao contrário, quando deres uma festa, convida os pobres, os estropiados, os coxos e os cegos. E feliz serás, por não terem com que te retribuir. Porém, te será recompensado.”

As vítimas da decepção e do desengano são aquelas pessoas que sempre esperam retribuição pelo que fizeram. Aqueles que depositam suas esperanças nas outras pessoas estão semeando ilusões. Colherão desilusões.

O que Jesus quis nos ensinar é que não devemos esperar o reconhecimento dos outros, de forma alguma.

Um pai que deposita suas esperanças em um filho, que gasta tempo e dinheiro esperando o seu sucesso, visando com isso satisfazer o próprio orgulho, certamen-

te colherá decepções quando vir o rapaz abandonar a faculdade, convencido de que não era a profissão que almejava. A decepção com o filho é resultado, antes de tudo, da própria vaidade. O pai iludia-se, projetando no filho a esperança de obter um título de doutor.

Um homem, uma mulher, que depositam total confiança um no outro, esperando a felicidade, poderão decepcionar-se quando, no decorrer dos anos, perceberem que o cônjuge não tem a personalidade, nem o caráter que esperavam; cada qual vestia o outro com um manto de fantasias.

Decepciona-se a mãe que queria que sua filha fosse modelo ao perceber, de repente, que sua menina de 14, 15, 16 anos está grávida e será mãe solteira. Depositou suas esperanças e projetou na filha aquilo que ela mesma queria ser. Apenas não esperava que a filha quisesse ser outra coisa.

Decepciona-se o pai que esperava um grande futuro para o filho e agora o vê sob o domínio das drogas ou no fundo de uma cela na prisão.

Existem pessoas que se decepcionam até com Deus, quando esperam um milagre para um ente querido que, estando muito doente, vem a falecer.

Decepcionam-se aqueles que emprestam dinheiro a uma pessoa e não são ressarcidos. Ou ainda aquele que pratica uma caridade e espera o reconhecimento do seu favorecido.

Decepciona-se aquele que realizou um serviço, não em equipe, mas sozinho, só para ouvir: “Vejam como é trabalhador! Incansável, prestativo.”

A pessoa decepcionada carrega um grande senti-

mento de frustração. Desilude-se com as pessoas, com as instituições, com os profissionais de todas as áreas. Esta sensação torna-a desconfiada, descrente no ser humano. E assim ela pensa amargurada: “Parece que todos me deram as costas. Mal-afortunados!” Ou, ainda: “Emprestei meu ombro para ela chorar. E o que ganhei em troca?” “Parece que todos se voltaram contra mim.”

Uma coisa eu posso garantir: ninguém alcança o sucesso, a fama, sem o auxílio de algumas pessoas em algum instante da vida. Será que também não lhes viramos as costas? Para chegar aonde cheguei quantas pessoas não se sacrificaram por mim? Quantas eu decepcionei?

Já vivi tempo suficiente para perceber que o ensinamento de Jesus, quando exorta o desinteresse, não vem sendo seguido por nós

A vacina contra a decepção e o desengano chama-se desinteresse. E não a encontramos nos Postos de Saúde, nem à venda em qualquer lugar. Mas é fruto de nossa alma.

O desinteresse age dentro de nós, recomendando:

Não superdimensione a gratidão alheia; ajude, colabore, deixe passar. Às vezes não ouviremos nem um “muito obrigado”. Antes, regozija-se. Pois não fez mais que a obrigação.

Não se apegue às coisas nem mesmo às pessoas. As coisas têm o valor que lhes damos; e as pessoas não nos pertencem, têm suas próprias vidas. São apenas companheiras de nossa viagem.

O desinteresse nos diz:

Auxilie, participe, coopere sem esperar reconhecimento ou recompensa.

Jesus ensina: “Que a mão esquerda não saiba o que fez a direita.” Não precisamos ajudar para sermos notados e termos nossos nomes na mídia. Quem recebe elogios, agradecimentos e recompensas, não deve esperar outro galardão no plano espiritual.

Amemos sem apego, sirvamos desinteressadamente e não nos sentiremos traídos, nem desprezados.

Nossas esperanças devem ser depositadas, única e tão somente, em Deus, que tudo vê e provê.

Exige muito de ti e espera pouco dos outros. Assim, evitarás muitos aborrecimentos, diz Confúcio.

Compreendemos mal o mundo e depois dizemos que ele nos decepciona, segundo Rabindranath Tagore.

Às vezes construímos sonhos em cima de grandes pessoas... O tempo passa... E descobrimos que grandes mesmos eram os sonhos, e as pessoas, pequenas demais para torná-los reais, no dizer de Bob Marle.

Uma decepção pode diminuir o tamanho de um amor que parecia ser grande. Uma ausência pode aumentar o tamanho do amor que parecia ser ínfimo. É difícil conviver com esta elasticidade: as pessoas se agigantam e se encolhem aos nossos olhos. Nosso julgamento é feito não através de centímetros e metros, mas de ações e reações, de expectativas e frustrações, orienta a escritora Marta Medeiros.

Se agirmos desinteressadamente, amando mesmo não sendo amados, amando simplesmente por amar, e não esperarmos dos outros além do que eles podem oferecer (daquilo que têm para dar), já estaremos vacinados. Aprendemos as lições do evangelho.

Nesta vida, todos nós passaremos por situações de

desenganos e decepções. Decepcionaremos e seremos decepcionados. A maior decepção é aquela que vem de quem nunca esperamos, ou seja, quanto mais esperamos das pessoas, mais nos decepcionamos. E a dor na alma é muito grande.

Vacine-se já. Não espere do outro aquilo que ele não lhe pode oferecer. Ajude-o e deixe-o livre para continuar sua vida; você não se decepcionará, porque não esperará nada em troca. Agiu como o coração mandou, desinteressadamente.

Embora Geraldo Vandré tenha dito em sua música que “Quem sabe faz a hora, não espera acontecer”, há ocasiões em que é preciso não fazer nada, esperar, refletir, para não nos revoltarmos contra as decepções, principalmente as amorosas. Infelizmente, ainda, existem aqueles que gostam de brincar com os sentimentos dos outros.

No plano material, quando emprestar algo a uma pessoa, faça-o como se estivesse doando. Se não receber de volta, paciência. Você fez uma doação. Se você emprestou, é porque podia. Emprestar para um parente quase sempre é sinal de um não retorno, principalmente dinheiro.

Vacine-se, não se decepcione. Não torne sua vida mais amarga do que já é por causa dos outros. A decepção é sua, não dele.

“As decepções sempre vêm de onde menos esperamos.”

O segredo é não esperar nada dos outros. O ato de esperar sempre nos trará decepção.

Decepção ou desilusão é o sentimento de insatisfação que surge quando as expectativas sobre algo ou

alguém não se concretizam. É semelhante ao arrependimento, mas difere deste na medida em que o arrependimento está focado nas escolhas pessoais que levaram a um resultado negativo, enquanto que a decepção está focada no próprio resultado e geralmente está associada à tristeza e à frustração. A intensidade da decepção é proporcional ao tempo, valor simbólico e intensidade da expectativa.

Vacine-se: não crie expectativas, não exija nada dos outros, mas, principalmente, não se decepcione com você mesmo. Exija muito de si, mas lembre-se de que você também é humano.

Para não decepcionar os outros, use a gratidão, e não seja uma pessoa interesseira.

Não espere elogios ou recompensas.

# Capítulo II

## Ter mais ou ser mais?

Quem consegue encontrar alguém a quem abraçar e com quem fechar os olhos para o mundo, é uma pessoa feliz.

*Patrick Rothfuss, em O nome do vento.*

Vivemos num mundo competitivo e de comparações. Hoje o “ter mais” é a meta, o ideal de muitas pessoas. O “ser mais” ficou relegado a plano inferior, porque o ser mais requer envolvimento e comprometimento. O ser mais está relacionado com o nosso mundo interior, envolve nossas emoções e nossos sentimentos; está diretamente ligado ao nosso crescimento espiritual; está voltado ao relacionamento com as pessoas, com nossas escolhas e condutas face à vida. O ser mais implica em nos amarmos mais para encontrarmos alguém a quem abraçar, e neste instante fechar os olhos para o mundo.

O mundo de hoje está cheio de pessoas famintas de amor, mas que aceitam substitutos. Abraçam coisas materiais, querem ter mais, e ficam esperando que estas coisas retribuam o abraço. Não se pode substituir o amor, ou a suavidade, ou a ternura, ou a amizade, ou o companheirismo por coisas materiais.

Dinheiro, poder e fama não substituem a ternura.

Ninguém precisa do carro de último tipo, ninguém precisa de uma casa maior, mais vistosa.

Essas coisas não trazem satisfação, alegria ou felicidade. O que nos traz felicidade é oferecer, aos outros, o que temos para dar.

O mundo está carente de pessoas com capacidade de amar e de se doar. Parece que nos ignoramos uns aos outros. Nos grandes centros vivemos no anonimato e somos conduzidos à solidão.

Existe gente solitária andando pelas ruas no meio da multidão. Sem rosto ou fisionomia conhecida. Pessoas que passam por nós, mas não fazem parte de nossa vida. Já não temos quem abraçar, muito menos abraçar, fechando os olhos numa entrega total.

Existem pessoas solitárias em hospitais que só almejam uma visita. Existem pessoas em abrigos ou asilos que só almejam uma companhia, com quem possam conversar ou mesmo desabafar. Uns só querem uma companhia para jogar baralho, dama, xadrez. Quem joga baralho com um velhinho solitário, está adquirindo um novo respeito por si mesmo. Encontrou motivação, um ideal para viver. Porque se tornou necessário para alguém.

Só o amor dá sentido à vida, o nosso rumo, o nosso prumo, o nosso norte. A busca do ideal é a busca do amor. Encontrar alguém a quem abraçar e fechar os olhos para o mundo.

O ter mais significa que corremos atrás de tudo (bens materiais) e nos convencemos de que nossas necessidades são reais, ambição inconsequente. Buscamos apenas o sucesso e o reconhecimento do poder sobre as pessoas com quem convivemos. Mundo de comparações, mun-



do de competições, mundo corporativo, onde somos apenas um crachá e um número a mais, que pode ser descartado a qualquer instante. Que horror! E este é o preço alto que temos que pagar pelo nosso embrutecimento: a solidão. Por termos substituído o amor, o carinho e a ternura por querer ter mais.

Viver, sendo mais, significa ser responsável pelo outro, revelar as emoções e os sentimentos. Implica em falar com os outros, sentir com os outros.

Morrie Schwartz diz para Mitch Albom, no livro *A última grande lição*: “Amem-se uns aos outros ou perezam.”

No mesmo livro encontramos a história de uma ondinha no oceano.

*Uma ondinha vem saltitando no oceano. Está apreciando o vento e o ar fresco... Até que vê outras ondas, que estão se arrebatando na praia, extinguindo-se. Meu Deus, que coisa horrível, diz a ondinha. É isso que vai acontecer comigo!*

*Nesse momento chega outra onda. Vê a primeira, que está triste, e pergunta:*

*– Por que você está triste?*

*– Você não está entendendo – responde a ondinha. – Vamos todas arrebatando. O final está próximo! Nós todas vamos acabar em nada! Não é horrível?*

*Responde a outra:*

*– Não. Você é que não está entendendo. Você não é apenas onda, é parte do oceano.*

\*\*\*\*

Tendo mais ou sendo mais! O ter mais é pensar como a ondinha. O ser mais é pensar como uma onda madura,

que não se julga no topo de nada, que não é uma onda apenas, é parte do oceano. Não compete com as outras, não se compara. Vai até a praia ou até o rochedo... Não se arrebenta, volta para o oceano da vida.

Ser mais é mais complicado e mais difícil do que ter mais.

O ter mais se esquece das lesões afetivas que impõe aos seus entes queridos.

No livro *Momentos de ouro* (Editora VEM – Emmanuel/Chico Xavier), encontramos as dificuldades do ser mais: O tipo de auxílio raramente lembrado: o respeito que devemos uns aos outros na vida. Vamos pagar muito caro pelas lesões afetivas que provocamos sobre os outros. A mensagem é muito clara: o amor, sem dúvida, é a lei da vida.

Nunca conseguiremos medir a resistência de uma pessoa abandonada, nem da qualidade da reação daqueles que têm a afeição incompreendida, quando isso acontece por nossa causa (aconselho a leitura do texto completo que trata das lesões afetivas).

O ser mais nos deixa vulneráveis e mais expostos, pois abrimos nossos corações, deixando que os bons sentimentos e as boas inovações nos envolvam no abraço, fechando os olhos para o ter, para o mundo.

De uma coisa devemos ter certeza: o ter mais não nos trará felicidade. Os bens materiais são necessários à vida. Precisamos nos alimentar, nos vestir, termos abrigo e segurança. Mas isto não implica avareza e ganância.

Envolver-se com as pessoas é ser mais. Para ser mais é preciso primeiro se amar.

Ser feliz, ter alguém a quem abraçar e fechar os olhos

para o mundo, não implica uma vida sem percalços ou mesmo sem dor; não é ter um céu azul, sem tempestades, nem caminhos sem acidentes. Ninguém tropeça em montanhas, mas em pequenas pedras, pequenos obstáculos a serem vencidos; teremos trabalho e fadiga...

Não significa que nos relacionamentos não ocorram desilusões e desencantos, principalmente quando se espera muito do outro e não se respeita suas limitações. Isto porque ama o outro não pelo que é, mas de acordo com o manto de fantasias que o vestimos... Não é viver apenas sorrindo, mas refletir nos momentos de tristezas.

Ser feliz é deixar de ser vítima dos problemas e se tornar um autor da própria história. Agradecer a Deus todas as manhãs. Ser feliz é não ter medo dos próprios sentimentos; é reconhecer que o amor sobrevive de nossa fragilidade nos momentos em que nos entregamos e nos colocamos nas mãos do outro, sem servidão humana.

Ser mais é ter maturidade para dizer “eu errei, me perdoe.”

Ser mais é ter a capacidade para dizer “eu te amo”, mesmo sem ser correspondido nessa afeição.

Já o ter mais é criar necessidades, quando podemos viver com tão pouco, mas essencial para nosso crescimento espiritual.

Ser mais é mais difícil, porque nos obriga a nos esforçar para impedir que a ofensa se converta em mágoa e ressentimento. Impede-nos de com prazer com a dor alheia e nos envenenar com o azedume e a cólera. Obriga-nos, a perdoar sempre.

Não somos mais um no Universo. Somos o Universo. Não fomos criados para morrer na praia ou nos roche-

dos que limitam o mar. Somos a imagem e semelhança de nosso Criador. Ser um no Universo é uma dádiva de Deus e viver é maravilhoso.

Ninguém está aqui e agora, reencarnado, sem uma missão definida. Estamos aqui para a nossa evolução. É preciso crescer!

A dor pode nos fazer lembrar que estamos vivos, mas o amor nos faz lembrar o porquê de viver bem, segundo Trystan Owain Hughes.

Para encerrar, transcrevo na íntegra alguns pensamentos de Lao Tsé, contidos no livro *Tao Te Ching*.

Ensina ele:

Aquele que conhece os outros é sábio.

O que conhece a si mesmo é iluminado.

Aquele que vence os outros é forte.

O que vence a si mesmo é poderoso.

Aquele que conhece a alegria é rico.

O que se conserva no seu caminho tem vontade.

Seja humilde e permanecerás íntegro. Curva-te e permanecerás ereto. Esvazia-te e permanecerás repleto. Gosta-te e permanecerás novo.

O sábio não se exhibe e, por isso, brilha. Ele não se elogia e, por isso, tem mérito.

E porque não está competindo, ninguém no mundo poderá competir com ele.

Sejamos mais.

\*\*\*\*

Agora, sem a permissão do autor de *Sem etiqueta... Sem preço*, finalizo este capítulo com a transcrição deste texto fantástico.

A nota é internacional e diz, mais ou menos, assim:

Aquela poderia ser mais uma manhã como outra qualquer.

Eis que o sujeito desce na estação do metrô de Nova York, vestindo jeans, camiseta e boné.

Encosta-se próximo à entrada.

Tira o violino da caixa e começa a tocar com entusiasmo para a multidão que passa por ali, bem na hora do rush matinal.

Mesmo assim, durante 45 minutos em que tocou, foi praticamente ignorado pelos passantes.

Ninguém sabia, mas o músico era Joshua Bell, um dos maiores violinistas do mundo, executando peças musicais consagradas, num instrumento raríssimo, um Stradivarius de 1713, estimado em mais de três milhões de dólares.

Alguns dias antes, Bell havia tocado no Symphony Hall de Boston, onde os melhores lugares custaram o expressivo gasto de mil dólares.

A experiência no metrô, gravada em vídeo, mostra homens e mulheres de andar ligeiro, copo de café na mão, celular no ouvido, crachá balançando no pescoço, indiferentes ao som do violino.

A iniciativa realizada pelo jornal The Washington Post era a de lançar um debate sobre valor, contexto e arte.

A conclusão é de que estamos acostumados a dar valor às coisas quando estão num contexto.

Bell, no metrô, era uma obra de arte sem moldura. Um artefato de luxo sem etiqueta e grife.

Esse é mais um exemplo daquelas tantas situações que acontecem em nossas vidas, que são únicas, singulares e que não damos importância, porque não vêm com etiqueta de preço.

Afinal, o que tem valor real para nós, independentemente de marcas, preços e grifes?

É o que o mercado diz que podemos ter, sentir, vestir ou ser?

Será que os nossos sentimentos e a nossa apreciação da beleza são manipulados pelo mercado, pela mídia e pelas instituições que detêm o poder financeiro?

Será que estamos valorizando somente aquilo que está com etiqueta de preço?

A propaganda de um cartão de crédito mostra cenas com vários produtos com preços e outras cenas de afeto, alegria e informa: isto não tem preço.

É o que precisamos aprender a valorizar. Aquilo que não tem preço, porque não se compra.

Não se compra amizade, amor, afeição; não se compra carinho, dedicação, abraços, beijos.

Não se compra raio de sol, nem gotas de chuva.

A canção do vento que sibila pelo tronco oco de uma árvore é grátis.

A criança que corre espontânea ao nosso encontro e se pendura em nosso pescoço, não tem preço.

O colar que ela faz, contornando-nos o pescoço com os braços, não está à venda em nenhuma joalheria. E o calor que transmite dura o quanto durar a nossa lembrança.

O ar que se respira, a brisa que embaraça nossos cabelos, o verde das árvores e o colorido das flores, tudo nos é dado por Deus, gratuitamente.

Pensemos nisso e aproveitemos mais tudo o que está ao nosso alcance, sem preço, sem patente, sem etiqueta de grife.

Usufruímos dos sentimentos de ternura que os amores nos afetam, intensamente, entendendo que sempre a manifestação de afeto é única, extraordinária, especial.

Fiquemos mais atentos ao que nos cerca, gratos pelo que nos é ofertado e sejamos felizes desde hoje, enquanto o dia nos sorri e o sol ilumina nosso coração.