

LUÍS PORTELA

**O
PRAZER
DE
SER**

NÃO-FICÇÃO · ESPIRITUALIDADE

Índice

Refrescar as ideias (<i>à guisa de introdução</i>)	11
Uma (enorme) falácia.....	15
As soluções	19
As crianças.....	23
Em paz e pela paz	27
<i>Poltergeist</i>	31
Deixar de fumar.....	35
Divagações de Natal	39
Ouvir o silêncio	43
Estranha forma de amar	47
Discernimento	51
Monet – 130 anos de Impressionismo.....	55
Ao fundo do túnel.....	59
Maomé.....	63
Céu e inferno.....	67
Forte personalidade.....	69
Psicocinese.....	73
Revisão de conceitos	77
Sirikit	81

O PRAZER DE SER

Milagres	85
Bom senso	89
Pré-servir	91
O futuro da democracia	95
Transcomunicação instrumental	99
Verdade total.....	103
Maremoto de solidariedade.....	107
Ganhar-ganhar	111
Tolerância europeia	115
Intuição	119
Internet do pensamento.....	123
Harmonia no lar	127
O mistério.....	131
Da(s) liberdade(s).....	135
A outra face.....	139
O camelo, o leão e a criança.....	143
Solidariedade	147
O comum da terra	151
Medo de ser livre.....	153
Cremação	157
Arenal	161
Cordão de prata	165
O Monge do <i>Ferrari</i>	169
Reformas necessárias.....	173
Dimensão universal	177
Terapêuticas regenerativas.....	181
Liberdade religiosa	185
Direito à vida.....	189
Ama os teus inimigos.....	193
Alma revestida por um corpo.....	195
Sensatez.....	199
Renovação interior.....	203
A verdade dos abusados	207

ÍNDICE

Almas perdidas.....	209
Um código decodificador.....	211
Sem muros	213
Reformas da Saúde	215
Lutar com prazer	217
Despertar.....	219
Aprender	221
O banqueiro dos pobres	223
Conhecimento e valor	225
O Céu na Terra	229
O prazer de ser.....	233

Refrescar as ideias (à guisa de introdução)

Em criança fiz algumas férias de verão na região do Douro. Lembro-me de como era agradável passear pelos montes e pelos campos e, de vez em quando, sentar-me ou deitar-me de barriga para o ar, escutando o silêncio. Mesmo de dia, mas sobretudo nas cálidas noites do princípio de setembro, gostava muito de ficar quieto, no meio da Natureza, envolvido pela sensação de silêncio.

Em jovem fui mantendo o gosto pelo contacto com a Natureza, fazendo, por exemplo, passeios a pé, à beira-rio ou à beira-mar. Mas também fui criando o hábito diário de reservar alguns minutos para me afastar do contacto com o mundo, para introspeção e reflexão.

Já homem, procurava fazer férias em sítios calmos — como na ilha de Porto Santo, lugar pouco frequentado naquela época — para poder relaxar em contacto com a Natureza e fazer alguma reflexão existencial. Sentia-me a recuperar energias gastas ao longo do ano, mas também com um acréscimo de lucidez que me permitia melhor raciocinar sobre as minhas grandes opções e melhor traçar o caminho que desejava percorrer.

Depois, ao longo do ano, ia mantendo o hábito diário de, durante alguns minutos, rever se me estava ou não a afastar do caminho apontado. E, em algumas situações mais complicadas da minha vida profissional, fui adotando alguns pequenos truques que permitiam manter-me mais próximo do que eu gostaria de ser e com níveis de rendimento elevados.

Lembro-me de quando trabalhava como médico no Hospital de S. João e, por vezes, as solicitações eram muitas e complicadas, num ambiente que me parecia pesado, começando a sentir-me cansado e algo ansioso. Nessa altura, afastava-me durante alguns minutos, procurando ficar sozinho e desligar o pensamento da confusão que me rodeava, alteando-o e refletindo um pouco sobre os valores universais.

Recordo a importância que tinha para mim passar a cara por água fria, por vezes até metendo-a debaixo das torneiras, que eram altas e isso permitiam. Aquele contacto com a Natureza através da água, como que me refrescava as ideias. Quando regressava ao trabalho sentia-me mais forte, mais calmo, mais focado no essencial da minha atividade médica, mais igual a mim próprio.

É para mim um enorme prazer o contacto com a Natureza, procurando sintonizar com ela. Perceber a Harmonia Universal, conquistando o direito e o prazer de participar nessa Harmonia e no cumprimento das leis que tudo regem no Universo. Sentir a vibração da Inteligência Universal. Sentir-me uma partícula do Todo.

Penso que a vida física nos proporciona um conjunto de experiências e vivências que, se bem aproveitadas, permitem conhecermo-nos melhor como partículas do Todo Universal. Trajeto de aprendizado, desejavelmente permanente, que se traduz num real enriquecimento de aproximação, ou talvez até de reaproximação, ao que é total, íntegro, inteiro.

Aproximação individual e coletiva, em que todos podem aprender com todos e em que todos podem apoiar todos. O que é impressionantemente fantástico. Podemos aprender com os melhores, seguindo os seus bons exemplos. E com

os piores, podemos aprender a não cometer os erros que neles identificamos.

E essas duas atitudes, curiosamente, serão formas de apoio a uns e a outros. Reforçando por solidariedade no primeiro caso, questionando o sentido por afastamento no segundo, a quem, finalmente, também se oferece a força do nosso exemplo.

Gosto da palavra «oferece», talvez porque o que de mais bonito há na vida não se compra, nem se vende. Conquista-se, ganha-se, descobre-se, encontra-se, sente-se, vive-se, transmite-se, dá-se.

E assim nos vamos sentindo cada vez mais iguais a nós próprios, não por ter, nem por parecer, mas, afinal, por ser. Por nos irmos aproximando, gradual e lentamente, daquilo que desejamos ser. Por irmos conquistando o direito de sermos iguais a nós próprios. Pelo prazer de ser.

Uma (enorme) falácia

«Um rapaz insiste em esgueirar-se para o bosque, uma ou duas vezes por dia. O pai começa a ficar preocupado. O que andará o rapaz a fazer ali todos os dias? Certo dia, o pai pergunta ao rapaz:

— Porque passas tanto tempo nesse bosque?

E o rapaz responde:

— Para estar mais perto de Deus.

— Bem, — diz o pai, aliviado — não tens de ir para o bosque para fazer isso. Deus está em toda a parte. Deus não é uma coisa na floresta e outra diferente no resto do mundo.

— Sim, pai, — diz o rapaz sorrindo — mas, no bosque, eu sou diferente.»

Esta é uma história contada pelo escritor norte-americano Neale Donald Walsh no seu livro *As Novas Revelações*, a propósito daquilo que considera ser a «falácia» de que os homens estão separados de Deus.

Tanto o pai como o filho parecem ter dito verdades. Num mundo em que, aparentemente, muita gente considera não ter tempo para parar um pouco e refletir donde vem, onde está e para onde será melhor ir, é louvável que um jovem busque

a aproximação à entidade criadora de todas as coisas, nas condições que lhe parecem mais favoráveis.

E, como ele, outras pessoas guardam para si alguns minutos ao início e/ou ao fim do dia para, no recolhimento do seu quarto, altearem o seu pensamento. Ou para, num local de culto, manterem periodicamente um diálogo com Deus, na forma da religião que professam. Ou para, aos fins de semana e/ou durante as férias, procurarem aproximar-se da Natureza, nela se inspirando para ajustamentos e reajustamentos no rumo da sua vida.

Uns serão melhor sucedidos, outros nem tanto. Mas as pessoas que realizam exercícios deste tipo de uma forma honesta para consigo próprias — sem esperarem que qualquer entidade mais ou menos divina venha fazer o que lhes cabe, antes se disponibilizando para darem o melhor de si pelo cumprimento dos seus objetivos e no apoio desinteressado a quem puderem ser úteis —, parecem criar condições para viverem melhor, pelo ajustamento progressivo de pensamentos, de palavras e de atos. Como que se vão encontrando a si próprias. Como que vão encontrando o melhor de si.

Depois, ao longo dos dias que passam, nos embates mais diversos, nas situações mais complicadas, nem sempre se lembram da orientação que entendem ser a melhor, daquilo que prometeram a si próprias ser ou fazer. Assim permitem que as situações se tornem desfavoráveis. Assim o homem se infelicita, nem sempre quando se desvia, mas naturalmente quando sofre as consequências da má utilização do seu livre-arbítrio.

Contudo, insistindo no exercício da meditação e persistindo na vontade firme de ser o que quer ser e de fazer o que entende ser mais propício, talvez o homem se vá tornando cada vez mais completo. Ou, pelo menos, sentindo-se cada vez mais igual a si próprio. Outros dirão mais evoluído ou mais puro. Outros ainda, mais próximo de Deus. E outros sentir-se-ão mais integrados no Todo, de que afinal seremos, cada um, uma pequena partícula.

Então, talvez nos sintamos capazes de ser iguais a nós próprios em qualquer momento e em qualquer lugar. Se somos uma partícula de Deus, nós estamos em Deus e Deus está em nós. Assim, não faz sentido que falhemos.

Por isso aquele pai entendeu que não era necessário ir para o bosque. A vida realiza-se quando cada um de nós traz o «bosque» permanentemente consigo; quando cada um de nós adquire o conhecimento de sentir Deus em qualquer momento e em qualquer lugar. Ou, por outras palavras, quando cada um de nós aprende a vibrar permanentemente em sintonia com a Inteligência Universal.

Diz Walsh «que há, de facto, apenas um campo de forças. Que há uma única energia. Que esta é a energia da Vida em Si, e que é a esta energia que algumas pessoas chamam Deus».

As soluções

Há pessoas que têm dificuldade em identificar os seus problemas. Usando de uma grande capacidade de adaptação, vão-se habituando a que as coisas lhes estejam a correr menos bem, sem conseguirem perceber exatamente qual o problema, ou problemas, que as apoquentam.

Mas também existe quem tenha tendência para pensar que o problema não é seu. Percebem que ele existe, identificam-no, mas comportam-se com alguma indiferença, como se o problema fosse dos outros, não assumindo a sua responsabilidade.

Há ainda quem fique à espera que os problemas se resolvam por si, ou que alguém lhes resolva. Embora consigam identificá-los e reconhecê-los como seus, parecem considerar que compete a outros — familiares, amigos, colegas —, ou à sociedade em geral, resolvê-los.

Assim como existe quem, em vez de se dedicar a procurar solução para os seus problemas, concentrando neles a sua atenção e canalizando para a sua resolução a energia possível, prefira desenvolver práticas místicas, pretendendo que uma ou várias entidades mais ou menos divinas façam o que afinal lhes compete a elas próprias fazer.

Um problema é uma coisa difícil de compreender, explicar ou resolver. É tudo aquilo que resiste à penetração da inteligência, constituindo uma incógnita ou dificuldade a resolver. Mas é uma questão para ser ultrapassada. Como afirma o psiquiatra norte-americano M. Scott Peck, «não podemos resolver os problemas senão resolvendo-os».

Para que serve o indivíduo intimidar-se com os problemas que lhe surgem, assustando-se, desconcentrando-se, desmotivando-se, desanimando ou fugindo? Se existem, devem ser encarados de frente, com naturalidade e com responsabilidade.

Quando assim se procede, torna-se mais fácil a sua identificação, bem como das suas causas e conseqüências possíveis. A partir daí podem ser definidos os meios necessários para a sua resolução, a estratégia a aplicar para o conseguir e o plano de ação a desenvolver.

A tudo isso será necessário adicionar a forte vontade de resolver os problemas, que se traduzirá numa atitude de grande concentração, dinamismo e persistência. E, ainda, o bem-querer, a boa intenção de encontrar soluções sem prejudicar seja quem for, antes procurando o benefício próprio, das restantes entidades envolvidas e de todos.

O bem atrai o bem. Pensar o bem cria condições à intuição apropriada. Falar no bem desenvolve o ambiente propício. Atuar por bem induz a resolução dos problemas. Assim se fortalece a autoconfiança; assim se estabelece o ciclo virtuoso de fazer bem e à primeira.

Os problemas passam então a ser olhados como algo que nós não soubemos evitar, oportunidades para corrigirmos erros ou defeitos, ocasiões favoráveis para progredirmos através da sua resolução. E parece ser na resolução dos problemas mais intrincados que o homem cresce, evolui, se aperfeiçoa.

Sempre que resolvemos um problema, sentimo-nos satisfeitos, gratificados, capazes de resolver outro da mesma dimensão e até capazes de tentar a resolução de um algo maior. E à medida que nos exercitamos na resolução de problemas