



Por:  
Ana Campello

## "O MELHOR LUGAR DO MUNDO" ...

**V**iver é estar consciente do existir. Quando nos pomos para dormir, não nos damos conta que estamos "mortos" para o viver. Acreditamos que o dormir é necessário e que é certo acordarmos bem, no dia seguinte. Acho que haveria de ser uma luta feia contra o ato de dormir, se não tivéssemos impresso em nosso ser a certeza do acordar. Certeza? Quem pode garantir acordar após uma noite de sono? Ninguém, é claro. Interessante fórmula da vida! Ela consegue "ludibriar-nos" de formas que vivemos o dia a dia como se nunca fôssemos morrer. É claro que, se fôssemos parar a cada minuto para pensar que daqui a pouco poderemos não mais existir, não conseguiríamos sobreviver por muito tempo.

O instinto da vida nos protege e muito, pois ele nos preserva para sobrevivermos a cada instante. É ele quem interfere em nosso ser a "pseudo certeza" que vamos viver muito tempo e que o viver feliz está logo ali, à nossa espera. É dessa feita que investimos na posse, no realacionamento, no status, ou em tudo o que nos parece útil para

o viver bem e confortavelmente. O instinto da vida é sustentado pelo futuro. O presente é o fantasma que nos assusta, empurrando nossas expectativas para frente. Saber e pensar que o amanhã existe, é o que nos faz chegar, lá na frente, de uma forma melhor do que estamos agora, é o que nos impulsiona a buscar elementos novos e emocionantes para o existir.

Intrigante é que o futuro não é vida, é somente uma idéia. Passado, é arquivo morto e futuro, uma caixa de surpresas, que poderá estar quase vazia, não cabendo à nós a tarefa de preenchê-la. Afinal, o futuro não pertence a Deus?

Se o futuro não é vida, se somente o presente é que é, então, é certo afirmar que não se vive, somente se passa pela vida. Absorver o presente é difícil, pois ele acontece em frações de segundos e estar nele é como correr o risco de perder aspectos da nossa mente que nos projetam em várias direções, nos passando a sensação de viver mais. Mas, qual seria esta direção se não temos mapa a ser seguido? A vida não é um território e o viver é transitório.

Viver no aqui e agora nos põe diante da realidade que somos. Somos um vazio existencial, que merecia se conhecer para drenar mazelas mentais que impedem de sermos melhores, como também, caminhar se preenchendo de valores adequados que nos eleve a categoria de mais purificados.

Viver no presente, que é "um segundo", é estar coeso a Unicidade. Não somos parte dos opostos. Somos o todo. Somos o elo de uma conexão universal de tudo o que existe. Se olharmos para a existência desprovidos de vaidade, orgulho e preconceito, conceberemos a unicidade. Testemunhando isto conceberemos que fazer ao outro, na verdade, estaremos fazendo à nós mesmos.

Viver no presente retratamos o que está nos acontecendo, logo, a mente não vagueia entre lembranças passadas e expectativas futuras. Esse perambular mental é o que chamamos "fábrica de construir neuroses". Ao viver no agora sentimos mais a vida; enfocamos o fato em si; logo, não

criamos ansiedades.

O futuro nos acorrenta na idéia que temos o controle das coisas, quando na verdade não controlamos nada. Somos controlados. Precisamos sim é ser sincero conosco, nos proporcionando qualidade de vida no agora. É muito complicado levar a vida sem lembranças, memórias de histórias vividas e sem a esperança da existência de um amanhã. Essa dificuldade nasce da necessidade de vivermos sem a sombra da morte. Sem futuro, a morte é o agora, então a gente faz planos, se projeta na tentativa de espantar este fantasma. Ter futuro é "pseudo afastar" a certeza da morte. Mas então, não temos saídas? Se vivemos no agora, sem esperar nada, ficamos neuróticos pelo medo da morte chegar. Se vivemos como presas do futuro e do que já passou, também adoecemos. Dessa feita, a natureza humana tende a ser neurótica por excelência? SIM, pela mente dual que possuímos. Quando fugimos da unicidade, abolindo a parte que não queremos reconhecer que temos ( ..se sou boa, não posso ser má..), então eu crio conflito interno. Conflitos internos é neurose. Quando vivemos o aqui com a certeza que somos o santo e o assassino; o bem e o mal; o céu e o inferno; etc.. então, somos a moeda inteira e deste modo somos uno com a unicidade. Não há neurose onde não há dualidade.

Ficar fora deste sistema mental dual é o grande desafio humano. Requer muito querer se conhecer profundamente e soltar as amarras dos impulsos que levam a acreditar que se é algo, ou alguém especial. A excepcionalidade nos põe no cativado da dualidade.

Quando relaxamos dentro da certeza que "viemos do pó e ao pó retornaremos" pulamos para a verdadeira alegria de viver, até o momento da nossa convocação.

A mente nos pega muitas peças, o que não significa que isto é ruim. Na verdade, nós é que não sabemos fazer uso ajustado do nosso ser. Quando somos somente corpo, só olhamos pra ele, fortalecemos ele, enfeitamos, produzimos recursos

para que fique "sarado" e passamos a comunicarmos com o mundo através dele. Onde chegamos, ele chega primeiro. Ele fala por nós. Fazemos de tudo para ele ser a fonte do prazer. Queremos que ele seja admirado e desejado e, com isso, separamos ele da mente e do espírito. Quando presentimos que o tempo dele está passando, recorremos aos recursos artificiais e passamos a ser compensados, porém felizes.

Quando somos mente, perseguimos todas as formas de fazer o nosso intelecto mais apurado, aperfeiçoado, a ponto de superar o próprio recorde.

Quando somos somente espíritos, fazemos por olhar somente na direção do céu que queremos conquistar, renegando qualquer outra realidade. Todas as três esferas, quando atuam de forma separada, causam neurose. Quando as equilibramos, então conseguimos a unicidade e, como resultado, uma melhor performance e qualidade de vida.

Não podemos nos esquecer que, aquele que sabe usar, melhor desfrutará. Não adianta segurar nos extremos, sem considerar as consequências disso, pois elas estão lá.

Estar no presente de formas que compreendeu que ele é o único "presente" dado por Deus, permite que nos levemos dentro de um modelo mais saudável e realizado. Conviveremos com a certeza da morte dentro de uma estratégia que faz por buscar o melhor, exatamente por conviver com o derrepente. Já que nada é eterno, então vivamos a eternidade chamada presente, pois só assim nos sentiremos mais próximos de Deus.

Carinho procês!

Ana Campello

Psicóloga e escritora

E-mail : ana-campello@hotmail.com