

O PONTO DE PARTIDA CONECER-SE, ACEITAR-SE E AMAR A SI PRÓPRIO

rev

DIRETRIZ ESSENCIAL

Mestre, qual é o maior mandamento da lei? Respondeu Jesus: Amarás o Senhor teu Deus de todo teu coração, de toda tua alma e de todo teu espírito. Este é o maior e o primeiro mandamento. E o segundo, semelhante a este, é: Amarás teu próximo como a ti mesmo.

Esta é a diretriz essencial para a construção de relacionamentos de excelência requeridos na convivência entre os humanos e entre esses e todos os demais seres. A regra de ouro – fazer ao outro o mesmo que deseja para si próprio – é a aplicação do mandamento ensinado por Jesus no fazer, falar e pensar.

A SEQUENCIA PARA CUMPRIR O MAIOR MANDAMENTO

A sequência a ser observada na caminhada evolutiva do espírito é: amar a si próprio, amar o próximo e amar a Deus. Muitos acreditam que a sequência seria: Amar a Deus, ao próximo e a si próprio. Estes podem entender que ter o amor a si próprio como primeiro passo é egoísmo, porém a realidade é outra.

Nessa sequência precisa ser acrescentado o primeiro passo que é conhecer a si próprio. Portanto, o ponto de partida completo é conhecer-se, aceitar-se e amar-se.

Só é possível amar o que se conhece e o ser humano ainda é um desconhecido. Sem esse conhecimento é impossível o autoamor, especialmente quando considerados todos os condicionamentos impostos de maneira equivocada que depreciam o ser humano.

A condição de espelho que o outro representa é aspecto importante nos relacionamentos. Aquilo que cada um pensa sobre si próprio acaba sendo visto no outro. A percepção equivocada de si próprio, além de impedir o autoamor, reflete-se no outro que deixa de ser amado.

Ao conhecer-se, o ser humano encontra razão para o autoamor e ao mesmo tempo para amar o próximo, pois o seu reflexo no outro irá favorecer essa condição. Ao conhecer-se, o ser humano descobre a sua herança divina expressa no ensinamento de que foi criado à imagem e semelhança de Deus. Alcançada a condição de amar a si mesmo e ao próximo, poderá amar Deus de todo o coração, de toda a alma e de todo o espírito. Primeiro é necessário amar a criação de Deus para depois ser capaz de amar o Criador. Amar o que Deus criou é amar a humanidade, os demais seres e a natureza.

Apenas quando se libertar a si próprio poderá dar liberdade ao outro. Apenas quando confiar em si próprio poderá confiar no outro. Apenas quando conhecer a si próprio será possível conhecer o outro. Apenas quando amar o outro como a si próprio, Deus poderá ser amado.

A PERCEPÇÃO EQUIVOCADA

A dificuldade para o autoamor tem como origem a percepção equivocada que a maioria das pessoas tem de si própria. O que provoca a mesma situação em relação ao outro que é espelho que reflete essa distorção. As pessoas veem nos outros os muitos defeitos e as poucas virtudes que julgam possuir.

Existem forças que insistem em depreciar o ser humano, a começar pelo conceito de que trazem em sua origem o pecado original. A apreciação do ser humano pela família, sociedade e por algumas religiões é deficiente por impor valores que desconsideram a natureza real do ser humano. É uma doutrinação que busca determinar o que “ser” e “ter” sem respeito à individualidade e da condição essencial de cada um.

A maioria das pessoas ouve em seu interior as vozes de pais, professores, orientadores religiosos e de outras “autoridades” e pensam que é a consciência que fala. De fato, são vozes do passado com

propostas repressivas que provocam medo, vergonha e culpa. Essas vozes foram ouvidas pela primeira vez quando a mente da criança estava pronta para aprender.

Essa voz interior faz com que seja ouvido tudo aquilo que foi colocado na mente. Com frequência serão ouvidas apreciações como: tudo que você faz não dá certo, você começa e não termina nada, veja que desastrado você é, você não tem nenhuma consideração pelos outros, você nunca irá vencer na vida, você não vale o que come, você nunca pensa antes de fazer as suas besteiras.

Caso estas observações tivessem autores externos, haveria reação com o propósito de contestar, porém quando surgem da voz interior são aceitas passivamente.

O autoamor é impossível enquanto prevalecer a imposição da voz interior que atua de maneira poderosa na depreciação da autoestima. O indivíduo sente-se incapaz e não merecedor de consideração. Refletindo-se no outro não encontra também condição para amá-lo. Ao deixar de amar a si próprio e ao próximo, desqualifica a criação de Deus. Portanto, como Amá-lo?

O OUTRO COMO ESPELHO DA ALMA

A questão de que o outro é o espelho da alma precisa ser entendida e considerada com muito interesse pela importância que tem. Os outros refletem aquilo que as pessoas não conseguem ou deixam de ver. No outro é possível identificar sentimentos e crenças existentes em si mesmo e que não são percebidos. Há dificuldade em se admitir que o outro reflita a imagem especialmente no que se refere aos aspectos negativos da personalidade.

Na convivência, o outro pode despertar diversos sentimentos e emoções. O que faz pode provocar mágoas, ressentimentos, irritação, raiva e outras condições negativas. Por outro lado, pode corresponder a coisas desejadas e que estão ausentes, provocando muitas vezes a inveja e a frustração.

O foco passa a ser mudar ou contestar o outro quando o correto é promover o ajustamento em si próprio. Como isso não acontece, os desajustes nos relacionamentos continuam e até ficam mais graves.

Quando se adquire a verdadeira compreensão de sua condição essencial que é merecedora de toda a consideração, o autoamor surge como decorrência normal. Dessa maneira, o outro que funciona na condição de espelho irá refletir imagem favorável e poderá também ser amado.

Uma importante distinção deverá ser observada para facilitar o que deve ser objeto de amor. O amor deve ser oferecido para os seres em razão daquilo que verdadeiramente “são” e não pelo que “fazem”.

A essência das pessoas corresponde à herança divina conferida pelo Criador. Trata-se de recursos cuja potencialidade será progressivamente manifestada pelas experiências que a vida permite. Nas experiências é possível identificar aquilo que é qualificado como “erros”, porém sem que possam alterar e depreciar as condições essenciais das pessoas. Os filhos de Deus evoluem nas manifestações que se concretizam pelas ações, palavras e pensamento, enquanto a essência permanece imutável por ser perfeita. O exato entendimento dessa questão permite o amor ao próximo e a si próprio. Com o amor ao próximo haverá também disposição em auxiliá-lo em suas experiências para que superem como maior brevidade os “erros” e que possam manifestar seus recursos.

AUTOCONHECIMENTO

O ponto de partida para a construção de vínculos de excelência nos relacionamentos é trocar aquilo que se pensa que é pelo que de fato os seres humanos são. A consciência do que verdadeiramente é a essência de cada um permite perceber com facilidade que é inteiramente possível amar a si próprio e ao próximo. Trata-se de reconhecer a grandiosidade da obra de Deus em Seus filhos. Quando o amor é dedicado à Obra de Deus, o mesmo estará se cumprindo no mandamento que diz para Amá-lo de todo coração, de toda alma e de todo espírito.

A primeira atitude que o autoconhecimento solicita é as pessoas aceitarem a responsabilidade por suas vidas. Para tanto, necessitam considerar a Lei da Semeadura que permite justa retribuição por tudo aquilo que fazem.

A VOZ DA CONSCIÊNCIA

Os seres humanos são centelhas de Deus, muito maiores do que pensam ou têm consciência. Essa visão ensinada pelas tradições espirituais hoje também é reconhecida pela psicologia. Com isso ensina que a autoestima deve ter por base a essência divina de que são portadores os seres humanos. Antes tinha como base aquilo que tinham ou faziam. Essa base é incapaz de assegurar a continuidade da autoestima que fica na dependência das mudanças que ocorrem em relação às posses e às habilidades. A base segura e imutável é a condição essencial.

A voz da consciência é a manifestação da essência do ser humano. Ela aponta para o caminho a ser trilhado na busca da serenidade e do amor. Trata-se de permitir que a essência se manifeste em substituição ao ego incapaz de oferecer alívio, conforto, alegria e o prazer genuíno. O que permite ouvir as mensagens da essência é o sentir. A vida torna-se plena pelo equilíbrio entre o querer, pensar e sentir.

CRIAR UMA NOVA VOZ

A percepção equivocada que o ser humano tem de quem verdadeiramente é decorre de suas crenças que se manifestam através de uma voz interior negativa. Em grande parte essa condição foi imposta às crianças indefesas. Surgem dois desafios: modificar o relacionamento com as crianças e os adultos construir uma voz interior que seja amiga e favorável.

O mesmo cuidado deve haver em relação ao que vem de fora e com aquilo que é sugerido pela voz interior. As limitações decorrentes de visões equivocadas precisam ser superadas e substituídas por um discurso interior realista que possa favorecer a motivação para a superação dos desafios da vida. E entre os desafios merecem especial atenção as dificuldades nos relacionamentos.