

Entre o bem e o mal: reflexões espíritas



Ana Luisa

Ely Matos
Ligia Inhan Matos
Ricardo Baesso de Oliveira

Entre o bem e o mal: reflexões espíritas

Ely Matos, Ligia Inhan Matos e Ricardo Baesso de
Oliveira

Data de publicação: 31/3/2021

PUBLICAÇÃO:

EVOC - Editora Virtual O Consolador

Rua Senador Souza Naves, 2245 - CEP 86015-430

Fone: (43) 3343-2000

www.oconsolador.com

Londrina - Estado do Paraná

Dados internacionais de catalogação na publicação

	Matos, Ely
M433e	Entre o bem e o mal : reflexões espíritas / Ely Matos, Ligia Inhan Matos, Ricardo Baesso de Oliveira; revisão de Thiago Bernardes; capa de Ana Luísa Barroso da Silva Neto. - Londrina, PR : EVOC, 2021. 191 p.
	1. Doutrina espírita-estudo e ensino. 2. Caridade-espiritismo. 3. Espiritismo-vícios e paixões. 4. Automeelhoramento-espiritismo. I. Matos, Ligia Inhan. II. Oliveira, Ricardo Baesso de. III. Silva Neto, Ana Luísa Barroso da. IV. Bernardes, Thiago. V.Título.
	CDD 133.9 19.ed.

Bibliotecária responsável Maria Luiza Perez CRB9/703

Índice

Prefácio.....	6
---------------	---

I - Introdução

1. O problema do mal.....	12
1.1 O que é o problema do mal?.....	12
1.2 Alguns pensadores.....	14
1.3 A visão do Espiritismo.....	16
2. Conceitos sobre o certo e o errado.....	22
2.1 As ações humanas.....	22
2.2 A regra da reciprocidade.....	25
2.3 O bem e o mal na Lei de Deus.....	26
2.4 O bem e a consciência humana.....	30

II - Egoísmo: fonte de todos os vícios

3. Egoísmo.....	34
4. Orgulho.....	43
5. Vaidade.....	50
6. Ciúme.....	53
7. Inveja.....	56
8. Avareza ou Mesquinhaia.....	62
9. Outras manifestações do egoísmo.....	66

III - Caridade: fonte de todas as virtude

10. Caridade.....	70
10.1 Prática do bem e suas motivações.....	73
11. Justiça.....	80

11.1 O sentimento de justiça.....	85
12. Generosidade.....	95
13. Não-violência.....	103
14. Revelação das faltas alheias.....	107
15. Humildade.....	110
16. Tolerância.....	113
17. Misericórdia.....	117

IV - Educação moral

18. O autmelhoramento.....	125
18.1 O conhecimento do bem.....	127
18.2 O conhecimento de si mesmo.....	131
18.3 Dificuldade ao autoconhecimento.....	136
18.4 Disciplina e autocontrole.....	141
19. O bem na prática.....	155
19.1 O crime não compensa.....	155
19.2 O que falamos e como falamos define o que pensamos.....	159
19.3 Se não amamos as pessoas como elas são, então não é a elas que amamos.....	162
19.4 Ninguém é bom só porque não é mau.....	165
19.5 Faltar com a verdade pode, às vezes, ser a opção menos ruim.....	168
19.6 Nem pior, nem melhor: diferente.....	173
19.7 Pau que nasce torto não precisa morrer torto.	176
19.8 Ser bom faz muito bem.....	178
20. Reflexão final: entre o possível e o impossível...	184
Bibliografia.....	186

Prefácio

A Doutrina Espírita surgiu do esforço de Allan Kardec em reunir, em diversos livros, o pensamento de Espíritos bons, que, sob a supervisão de Jesus, se dedicam ao estabelecimento da verdade e à fraternidade entre os homens.

Nos contatos iniciais com esses Espíritos, Kardec perguntou-lhes quanto à necessidade de nova doutrina, já que os ensinamentos morais necessários ao nosso melhoramento espiritual haviam sido fornecidos por Jesus, em sua passagem na Terra. Esses ensinamentos, como se sabe, estão contidos nos Evangelhos.

Os Benfeitores espirituais disseram que Jesus, em sua época, não pôde dizer tudo aquilo que gostaria, pois os homens não possuíam amadurecimento para compreender lições mais profundas. Por isso, muitas vezes falou de forma alegórica, através de parábolas. Hoje a humanidade já está melhor preparada para novas lições, que deverão ser ministradas de forma clara, simples, sem equívocos, para que ninguém possa alegar ignorância

(¹).

Seguindo a orientação dos Espíritos, Allan Kardec elaborou uma doutrina de fácil entendimento, de forma que ninguém possa se enganar, e interpretar a Lei de Deus ao sabor de suas paixões. O Espiritismo, portanto, se preocupa em disseminar a verdade de forma simples e clara, acessível a todas as pessoas.

Este livro tem como finalidade estudar alguns conceitos em torno do bem e do mal, do certo e do errado, considerando as relações humanas. Procuramos escrever para o ser humano do século XXI, examinando os problemas morais de hoje, sem sermos moralistas, ou seja, sem objetivo ditar regra. Nossa intenção é apresentar as ideias sobre a moral e as vantagens espirituais em ser bom.

O ser humano está em evolução permanente, sempre em processo de aperfeiçoamento, mesmo que as aparências em uma dada encarnação pareçam contradizer isso. O esclarecimento e o estímulo, no sentido de avançar mais prontamente e de maneira serena, é o que nos move nesta jornada intelectual.

Ao estudar as leis morais, Kardec escreve que

1 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 627.

essas leis dizem respeito especialmente ao homem em si mesmo, às suas relações com Deus e com seus semelhantes (2). O Codificador, portanto, estabelece didaticamente três dimensões, relacionadas à lei moral:

1. relacionamento do homem consigo mesmo
2. relacionamento do homem com Deus
3. relacionamento do homem com o próximo

Cada uma dessas dimensões se relaciona a um grupo de virtudes. A temperança, ou seja, a condição de quem é moderado e comedido se relaciona mais intimamente com o relacionamento do homem consigo mesmo. Sua ausência terá como consequência os abusos alimentares, os vícios sociais etc. A fé e a resignação diante das adversidades da vida, se identificam, mais intimamente, ao relacionamento do homem com Deus. A ausência dessas virtudes se relaciona com a revolta, o desespero, a incredulidade e a inconformação. Finalmente, o relacionamento do homem com o seu semelhante exige de nós o cultivo de outras tantas virtudes como a justiça, a tolerância, a modéstia,

2 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 617a.

bondade etc.

Nas reflexões que apresentamos neste trabalho, estaremos nos dedicando à última das três dimensões: o relacionamento do homem com o seu semelhante.

Reconhecemos a necessidade de considerarmos uma ética que envolva as nossas relações com todos os seres da natureza: as plantas, os animais, o ecossistema enfim. Nesse trabalho estaremos focados unicamente nas relações humanas, mas não ignoramos o valor dos seres vivos como um todo. Esses seres, igualmente filhos de Deus, devem ser respeitados e cuidados com amorosidade.

Didaticamente, dividimos nosso estudo em 4 partes:

1. Uma introdução sobre o problema do mal e conceitos sobre o certo e o errado
2. O egoísmo, como fonte de todos os vícios
3. A caridade, como fonte de todas as virtudes
4. A necessidade e a prática da educação moral

Nosso desejo é que este trabalho despretensioso

seja útil a todos que tomarem contato com ele. Bons estudos!

Ely Matos

Ligia Inhan

Ricardo Baesso

Nota explicativa

1 - Esta é a segunda edição desta obra. A primeira edição, ocorrida em agosto de 2020, foi publicada por <http://espirita.info>

2 - Ricardo Baesso de Oliveira, um dos coautores do livro, realizou um minicurso composto de 8 aulas sobre o tema nele tratado. O minicurso está disponível no YouTube e o acesso a ele é livre e gratuito através do link:

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLjpmB-k0iayo7FOTJZJJdszsBwnt6gE4T>

I - Introdução

1. O problema do mal

1.1 O que é o problema do mal?

Existem pessoas boas e existem pessoas más. Segundo o Espiritismo, as pessoas boas são a encarnação de um Espírito bom e as pessoas más são a encarnação de um Espírito mau. Mas os Espíritos não foram criados bons ou maus; eles foram criados muito simples, sem bondade, nem maldade. Eles foram se tornando bons ou maus de acordo com as escolhas que eles mesmos fizeram, ou com as experiências vividas, ora no mundo espiritual, ora no mundo material. Essas experiências são possíveis através da reencarnação.

É claro que as coisas não são tão simples assim. Primeiro, porque a maior parte das pessoas não podem ser catalogadas simplesmente como boas ou más: elas possuem coisas boas e possuem coisas más. Segundo, porque o Espírito, ao reencarnar, sofre muitas influências: algumas decorrem do próprio corpo físico e outras do meio onde ele está vivendo, ou seja, a família e a sociedade como um todo. Assim, a personalidade de uma pessoa, o seu jeito de ser, é

resultado de muitos fatores: o Espírito encarnado, a criação e a educação que recebeu, o local onde vive, a escola que frequentou, os amigos, as influências espirituais, entre outros.

De qualquer forma, considerando que Deus seja justo e bom, é difícil explicar a existência de pessoas más, ou do mal em si mesmo. É necessário raciocinarmos usando os princípios espíritas: a existência da alma, sua sobrevivência após a morte do corpo e a reencarnação.

É devido a essa dificuldade que muitas pessoas afirmam não acreditar em Deus. Elas dizem o seguinte: Como um ser que representa todo o amor e toda bondade poderia ter criado pessoas más, ou seja, inventado o mal? Ou, se ele não inventou, ele permite que o mal exista. Se o mal existe, é porque foi criado por algo ou alguém. Como Deus tudo criou, então criou também o mal. Um ser que criou o mal não pode ser bom. Portanto, de duas uma: ou Deus não existe, ou, se existe, ele não representa o amor e a bondade.

A maldade e a perversidade humanas têm sido usadas como argumento para a negação da existência de Deus. Dizem: *A vida é difícil demais, a humanidade*

é fraca demais, as alegrias duram menos que as tristezas, a dor é muito frequente e a injustiça prevalece no mundo. Se Deus existe, ele permite tudo isso! Esse Deus não pode representar o amor!

Esta situação é chamada de o problema do mal: como conciliar a existência de Deus, fonte de todo o bem, com a existência do mal e do sofrimento? Trata-se de um desafio para muitos religiosos, teólogos, filósofos e todos que acreditam em Deus.

1.2 Alguns pensadores

Para tentar resolver este problema, algumas ideias têm sido apresentadas. Vejamos alguns exemplos.

Blaise Pascal. Blaise Pascal foi um grande filósofo e matemático, que viveu por volta de 1650. Ele afirmava que é perda de tempo discutir essas coisas, porque nunca vamos compreendê-las. Ele acreditava que nós só conseguimos alcançar Deus pelo sentimento e nunca pela razão. Para ele, portanto, basta crer: Deus existe e pronto! Não vamos procurar compreender o que nos é incompreensível!

Harold Kushner. O rabino Harold Kushner é um

teólogo judeu e influente escritor norte-americano que escreveu um livro intitulado Quando coisas ruins acontecem às pessoas boas, publicado no início da década de 1980. Seu livro surgiu depois de longas reflexões, motivadas pela desencarnação de seu filho, aos 14 anos de idade. A morte do filho causou-lhe uma enorme crise de fé. Ele se perguntava: como aceitar uma divindade, criadora do Universo, expressão máxima do amor e da misericórdia, que permite a morte de um ser tão inocente, que nunca fez mal a qualquer pessoa, penalizando toda uma família, que sempre se dedicou a Deus e ao bem?

Em suas meditações, o rabino Kushner concluiu que só há uma explicação para tudo isso: Deus não detém todo o poder do mundo. Existem coisas que ele não consegue mudar se ele pudesse, mudaria. O mal e o sofrimento existem independentemente de Deus, devido à leis materiais que fazem com que eles ocorram. Deus, simplesmente, nada pode fazer para evitá-los.

Simone Weil. Outro pensamento foi apresentado por Simone Weil, filósofa francesa, desencarnada em 1943. Segundo ela, Deus tem o poder de destruir o

mal e evitar a dor, mas não o faz porque o homem necessita deles para purificar-se e recebê-lo em sua alma. Simone levanta a possibilidade de que Deus criou o mundo e depois se afastou, para que o homem pudesse existir. O mal não teria sido criado por Deus, mas pelo próprio homem. É o homem que, entregue à possibilidade de escolher, muitas vezes tem escolhido erradamente. Segundo ela, deve ser bem entendido que o mal só existe por essa dispersão do bem, pela ausência de Deus.

Assim, o pensamento de Simone Weil admite a existência de Deus, mas nega a providência divina, ou seja, a possibilidade de Deus intervir na ordem do mundo. Deus tem o poder de fazê-lo, mas não o faz, porque o homem necessita se desenvolver por si mesmo. Através deste raciocínio é que Simone conciliou Deus com o amor. Deus aguarda que o homem, expandindo o amor, esteja pronto para recebê-lo um dia, no interior de sua alma. O verdadeiro Deus é o Deus concebido como não comandando em toda a parte onde tenha o poder de fazê-lo.

1.3 A visão do Espiritismo

E o Espiritismo, como aborda o problema do mal? Allan Kardec apresentou ideias a respeito do tema, que podem ser assim resumidas:

1) Deus, sendo a representação do amor em toda a sua plenitude, não criou o mal. Deus criou o bem. O bem está contido nas leis divinas, leis que têm como finalidade o desenvolvimento de todas as faculdades humanas. Através da evolução, o homem tem as suas leis gravadas na consciência. Essas leis dão ao homem um guia seguro a conduzi-lo em suas escolhas.

2) O mal surge quando o homem faz escolhas erradas; quando se deixa levar pelas paixões, pelo egoísmo e todas as outras imperfeições morais, prejudicando outros indivíduos. Portanto, o mal é criação do próprio homem, resultado do seu livre-arbítrio, ou seja, da maneira como faz suas escolhas. Ao se deixar levar pelo desejo de possuir e usufruir cada vez mais, ele acaba por desconsiderar o direito, as necessidades e o sentimento das outras pessoas. Kardec escreveu ⁽³⁾:

Deus não criou o mal; Ele estabeleceu leis, e

3 O que é o Espiritismo? [16] cap.3 item 129.

estas são sempre boas, porque Ele é soberanamente bom; aquele que as observasse fielmente seria perfeitamente feliz; porém, os Espíritos, tendo seu livre-arbítrio, nem sempre as observam, e é dessa infração que provém o mal.

Também é importante considerar que o mal é sempre passageiro. Não há culpados que não possam se regenerar por meio da orientação e do exemplo. Os Espíritos, mesmo os mais perversos, acabam por corrigir-se com o tempo. Muitas vezes é impossível regenerá-los prontamente, não isso não significa que os esforços para isso sejam inúteis. Mesmo a contragosto, as ideias sugeridas a esses Espíritos fazem com que eles reflitam sobre suas ações e as consequências delas. As boas ideias são como sementes que, cedo ou tarde, deverão frutificar. ⁽⁴⁾

3) Assim, o sofrimento humano é decorrente das escolhas erradas. Quando o homem, se deixando levar pelo orgulho e pelo egoísmo, prejudica seu semelhante, atrai para si mesmo o sofrimento. Este sofrimento funciona como um recurso da lei divina para educá-lo, ensinando-o a conduzir-se de forma correta. Muitas vezes, sofremos já nesta vida as consequências por desconsiderar as leis que regem a

4 *O Céu e o Inferno* [13] cap.7.

existência material, através de males causados por esses mesmos erros e pelos nossos próprios excessos. Se observarmos a origem do que chamamos as nossas desgraças terrenas, veremos que, na maioria dos casos, elas são a consequência de um primeiro afastamento nosso do caminho reto. Quando nos desviamos, enveredamos por um caminho mau. De consequência em consequência, chega o sofrimento. (5)

4) Deus interfere, a todo o momento, na vida humana, através dos seus mensageiros, Espíritos de luz. Estes Espíritos tudo fazem para aliviar a dor, auxiliar o homem na solução de suas dificuldades, estimulá-lo a fazer as escolhas certas e tomar as melhores decisões. Kardec considerava a providência divina, ou seja, a interferência de Deus nas coisas humanas, como um dos mais importantes atributos de Deus. (6) No entanto, essa interferência não pode impedir que o homem viva suas próprias experiências e evolua a partir de seus próprios esforços.

Vamos imaginar uma criança que deseja aprender a andar de bicicleta. Numa comparação,

5 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 921.

6 *O Evangelho segundo o Espiritismo* [14] cap. 7, item 12.

evoluir é, mais ou menos, como aprender a andar de bicicleta. Se alguém deseja aprender, o que deve fazer? Se inscrever em um curso na internet que lhe diga como andar de bicicleta? Certamente não! Comprar um manual que lhe ensine sobre o tamanho da roda, o tipo de freio e de que material é feito o guidom? Também, não! A única coisa a fazer é subir e andar. É claro que, antes de aprender, ele vai cair muitas vezes. Tomará tantas vezes, até seu cérebro se acostumar com este tipo de equilíbrio, automatizando o processo. Aí sim, ele terá aprendido a andar sem cair.

Nesta comparação, enquanto somos Espíritos muitos jovens, nas nossas primeiras encarnações, a bicicleta nos é oferecida com duas rodinhas: a atuação de Deus, através dos Espíritos superiores é intensa, como se dá com as crianças pequenas, que estão sempre protegidas por um adulto. Posteriormente, um pouco mais amadurecidos, uma das rodinhas é retirada (como se Deus dissesse: tente você mesmo!). Mais adiante, identificados com um maior amadurecimento pessoal, estando em condições de fazermos por nós mesmos, a segunda rodinha também é retirada e assumimos o controle da própria

evolução.

Podemos, assim, simbolizar a relação de Deus com o homem como a de um pai que se propõe a ensinar o filho pequeno a andar de bicicleta. Ele sabe que o filho cairá muitas vezes, e que, provavelmente, vai se ferir em algumas quedas. Ainda assim permite que tal prática se verifique, porque o pai sabe que não há outra forma de aprendizado. Se ele permanecer sempre do lado da bicicleta, a experiência do filho não acontecerá. Que o pai faz então? Afasta-se, e deixa que o filho adquira, por si mesmo, os reflexos que necessita.

Assim se dá a experiência do aprendizado. Quanto mais experientes, melhores serão nossas escolhas e, como consequência, menor o mal que vamos provocar ou sofrer.

2. Conceitos sobre o certo e o errado

2.1 As ações humanas

Do ponto de vista moral, existem três tipos de ações humanas. Primeiro, as ações moralmente neutras. São aquelas ações que não interferem no bem-estar de outras pessoas. Elas não geram consequências felizes ou infelizes. Exemplo: saio de minha casa, vou à padaria, compro um pacote de biscoitos, pago no caixa e volto para a minha casa.

Segundo, as ações moralmente reprováveis. São aquelas que interferem negativamente no bem-estar de outras pessoas, causando algum tipo de prejuízo, aumentando a sua dor ou diminuindo a sua alegria. Voltando ao exemplo anterior: vou à padaria, pego o pacote de biscoitos, mas ao pagar no caixa percebo que me foi dado um troco além do que deveria. Eu ignoro o fato e vou para minha casa com mais dinheiro do que deveria.

E, terceiro, as ações moralmente recomendáveis. São aquelas, ao contrário da anterior, que interferem positivamente no bem-estar de outras

peessoas, aliviando suas dores, aumentando a sua alegria ou respeitando os seus direitos. Em resumo, sendo útil de alguma forma. Retornando, mais uma vez, ao exemplo anterior: vou à padaria e ao receber o pacote de biscoito, percebo que a funcionária tem os olhos marejados, cheio de tristeza. Eu, então, delicadamente, pergunto: Tudo bem? Posso ajudar? Ela agradece nosso interesse com um leve sorriso. E prossigo: Conte comigo, estou às ordens se precisar! E, com o coração alegre pela boa ação, retorno para minha casa.

Fica evidente, então, que o que vai diferenciar o certo do errado é o resultado da nossa ação. Por certo, entendemos toda ação que produz uma coisa boa, que gera alegria, que beneficia o próximo. Por errado, entendemos toda ação que prejudica o outro, seja materialmente (tomando o que lhe pertence, por exemplo) ou psicologicamente (diminuindo o seu valor, humilhando-o publicamente, por exemplo).

Em *O Livro dos Espíritos*, podemos ler o seguinte (7):

O homem procede bem quando faz tudo pelo

7 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 629.

bem de todos.

Portanto, o que vai decidir se nossa ação é boa ou má é a consequência dessa ação em outras pessoas.

Raciocinando assim, vamos ver que muitas coisas que certas pessoas consideram erradas, em verdade, não são: retratam a nossa ignorância, ou são decorrência de seus preconceitos. Por exemplo: o fato de duas pessoas do mesmo sexo viverem juntas, em uma relação amorosa e leal, prejudica alguém? A resposta é não, portanto, não pode ser considerada uma coisa errada.

Outro exemplo: algumas pessoas gostam de tatuagem, *piercing*, usam roupas ou enfeitam o cabelo de forma que muitos consideram esquisitos. Elas prejudicam alguém com isso? Não! Essas atitudes, portanto, não podem ser consideradas atitudes erradas.

Por outro lado, algumas pessoas transitoriamente relacionadas a um vício, como o álcool ou as drogas, costumam dizer que o *vício é problema deles, pois não prejudicam ninguém*. Isso não é verdade! O vício prejudica e faz sofrer muitas

peças. Não apenas o dependente químico, mas grande parte de sua família: pais, mães, parceiro, parceira, filhos e filhas. Portanto, vícios se relacionam também a moralidade, ou seja, a questão do certo e do errado.

2.2 A regra da reciprocidade

Outra forma de avaliarmos a qualidade de uma ação se boa ou má é através da regra da reciprocidade. Jesus se referiu a ela, e, antes dele, outros sábios da antiguidade. Kardec considerava essa regra como muito importante na diferenciação do certo e do errado.

Essa regra é apresentada em duas formas, uma forma negativa e outra positiva. A forma negativa diz assim: jamais faça aos outros aquilo que você não gostaria que lhe fizessem. A forma positiva diz: faça aos outros aquilo que você gostaria que eles lhe fizessem.

Vejamos alguns exemplos.

Eu gostaria que me vendessem algum produto com defeito, sem me informarem do defeito? A resposta certamente será não; conseqüentemente não

devo fazer isso.

Eu gostaria que alguém se insinuasse de forma sensual em relação ao meu parceiro ou a minha parceira? Claro que não; portanto não deverei fazer isso.

Eu gostaria que alguém entrasse na minha frente em uma fila, sem pedir autorização?

Não! Também não farei isso.

Eu gostaria que um CD com músicas que eu compus fosse pirateado, e eu nada recebesse por isso? Acredito que não; então não farei o mesmo.

Eu gostaria que uma pessoa comprasse de outro um objeto que me foi furtado? Obviamente não; não farei o mesmo.

Segundo Kardec, se nós aplicássemos a regra de reciprocidade em nossa vida, acertaríamos quase sempre.

2.3 O bem e o mal na Lei de Deus

Allan Kardec definiu, além do que foi dito até aqui, que o bem é tudo aquilo que está em

concordância com a Lei de Deus e o mal tudo aquilo que dela se afasta (8). Ora, se Deus se identifica com o próprio amor, tudo aquilo que vem dele necessariamente representa o bem e o que se afasta dele, traduz o mal.

Agir corretamente (aplicar o bem) consiste em agir de acordo com a Lei de Deus e agir incorretamente (fazer o mal) consiste em agir de forma contrária à Lei de Deus. Portanto, A Lei de Deus nos ensina como devemos agir. Se nos conduzimos de acordo com ela, estamos certos. Se nos conduzimos contrariamente a ela, estamos errados.

Kardec afirma, também, que a capacidade de compreensão da Lei de Deus aumenta com o desenvolvimento da inteligência. Ele coloca que, a cada nova existência, a inteligência se acha mais desenvolvida, e o homem vai compreendendo melhor diferenciar o certo do errado (9).

Mas, o que diz a Lei de Deus a respeito da maneira adequada de agirmos? Em todos os tempos da humanidade, Espíritos evoluídos encarnaram na Terra para ensinar a Lei de Deus, mostrando como devemos e como não devemos nos conduzir. Buda,

8 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 630.

9 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 619.

Confúcio, Sócrates, Moisés e Jesus foram alguns desses Espíritos. Mais recentemente, através do Espiritismo, esses ensinamentos vêm sendo reforçados. Muitos livros espíritas têm sido escritos sobre esses ensinamentos, mas tudo se resume em uma única coisa: o bem-estar do nosso próximo. Essa deve ser a nossa preocupação máxima: nunca agirmos de forma a causar sofrimentos a ele, e sempre que possível, e no limite de nossas forças, contribuirmos para o seu bem-estar. Torna-se, portanto, menos difícil verificarmos se nossa ação é boa ou má, correta ou equivocada. Basta perguntarmos a nós mesmos: o que pretendemos fazer será bom o mal para ele, vai aumentar ou diminuir sua alegria, vai favorecê-lo ou prejudicá-lo em sua vida, vai respeitar ou desrespeitar os seus direitos, vai facilitar ou dificultar a realização de seus sonhos ou na resolução de seus compromissos? Vai estimular seu progresso espiritual, ou vai mantê-lo na preguiça e na estagnação? Se nos conduzirmos sempre assim, preocupados em levar para ele o melhor, acertaremos, na imensa maioria das vezes.

Alguém perguntou a Chico Xavier em que matéria Emmanuel, como seu guia espiritual, era mais

exigente para com ele. E Chico respondeu que era no trato para com as pessoas. E explicou que quando era rude, irônico, ou apressado com alguém, Emmanuel, à noite, quando Chico se punha em oração, surgia diante de sua visão mediúnica e lhe dizia: - Chico: você foi rude com fulano, apressado com beltrana, debochado com sicrano etc.

Outra coisa: as boas ações nos deixam com um sentimento de paz, resultado de emoções positivas, sinalizando que fizemos a coisa certa, enquanto as más ações fazem o contrário, passamos a experimentar uma espécie de angústia. Essa angústia, decorrente da sensação de que fizemos a coisa errada, representa o remorso, uma emoção que sinaliza que não agimos corretamente.

Certo e errado, portanto, não se relacionam apenas a questões que envolvem o bem-estar dos outros, mas também ao nosso próprio. Kardec mostrou isso ao afirmar ⁽¹⁰⁾ *que a Lei de Deus é a única necessária à felicidade do homem, e que ele só é infeliz quando dela se afasta*. O mal é ruim porque nos causa mal; o bem é bom porque nos causa bem simples assim. Isso diminui a pressão de fazer o bem e

10 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 614.

evitar o mal por causa do futuro, de uma vida futura.

2.4 O bem e a consciência humana

Segundo Kardec, nós temos as leis de Deus gravadas em nossa consciência ⁽¹¹⁾. Quando, então, fazemos qualquer coisa que a nossa consciência não aprova, ela responde com a emoção do remorso.

Essa afirmação de Kardec, de que as leis divinas estão impressas em nossa consciência, ou seja, em nossa mente, em nosso íntimo, levanta dois problemas. O primeiro é o seguinte: como podemos ter as leis de Deus em nossa consciência, se nós fomos criados simples e ignorantes? A ignorância pressupõe a ausência completa de conhecimentos, e o conhecimento do certo e errado, do bem e do mal não é algo tão simples. Ora, se nós possuímos esse conhecimento, mas não fomos criados com ele, então, ele foi surgindo com a nossa evolução. Exatamente isso! Durante os bilhões de anos de sua evolução, o princípio inteligente (nome que Kardec dá ao Espírito, antes dele conquistar a razão), viveu muitas experiências entre os seres mais simples da natureza, como os animais. Nessas experiências, o princípio

11 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 621.

inteligente (e depois o Espírito) foi adquirindo, paulatinamente, o conceito de certo e de errado. Quando o princípio inteligente conquistou a razão, ou seja, a consciência de si mesmo, se tornando Espírito propriamente dito, ele passou a ter dentro de si a noção de certo e errado, ou seja, as leis de Deus estavam inscritas em sua consciência.

O segundo problema que se apresenta é o seguinte: se nós possuímos a lei divina em nossa consciência, ou seja, se nós sabemos perfeitamente diferenciar o bem do mal, por que ainda assim agimos erradamente? A explicação é simples: existe muita diferença entre conhecer e praticar! Conhecer o certo é o primeiro passo para agirmos corretamente, mas não significa tudo. É preciso que a gente tenha vontade de agir acertadamente. O que acontece muitas vezes é que o egoísmo, o orgulho e as paixões falam mais forte, e, mesmo sabendo que aquele tipo de atitude não é correta, fazemos assim mesmo. E muitas vezes nos justificamos com frases assim: Todo mundo faz! Vai ser só dessa vez! Não é tão grave assim! Não consigo controlar-me!

Curiosamente, verificamos em *O Livro dos*

Espíritos, que logo após registrar que a Lei de Deus está escrita na consciência humana, Kardec vai dizer que o homem tem esquecido e desprezado essa lei, e por isso é necessário que ela lhe seja lembrada (12). Kardec quis dizer que as nossas imperfeições morais têm abafado essas leis. Agimos como se nós não a conhecêssemos. E a grande prova de que nós a conhecemos é o remorso. O remorso é a resposta da nossa consciência aos nossos erros, de tal forma que nunca podemos alegar ignorância. Kardec, comentando a Oração dominical, escreveu (13):

Ninguém pode pretextar ignorância das tuas leis [leis de Deus], pois, com a tua providência paternal, quiseste que elas se gravassem na consciência de cada um, sem distinção de cultos, nem de nações. Aqueles que as violam, é porque te menosprezam.

12 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 621.

13 *O Evangelho segundo o Espiritismo* [14] cap. 28 item 3.

II - Egoísmo: fonte de todos os vícios

3. Egoísmo

Em um estudo espírita a respeito do bem e do mal, é importante a análise das imperfeições morais, como um dos aspectos associados à prática do mal. Apesar das características destas imperfeições serem, provavelmente, conhecida por todos nós, neste estudo apresentamos um breve resumo de algumas, considerando o egoísmo como a fonte de todos os vícios.

Imperfeições morais são características psicológicas de um indivíduo que causam em outras pessoas algum tipo de prejuízo ou sofrimento.

Allan Kardec afirma que a maior parte das imperfeições morais tem origem no egoísmo ⁽¹⁴⁾.

Kardec define egoísmo como o interesse pessoal exacerbado, ou seja, um sentimento que faz o homem ficar voltado apenas para as necessidades pessoais, desconsiderando as necessidades dos outros.

Segundo Kardec, o egoísmo surge do exagero do *instinto de conservação* ⁽¹⁵⁾. Como podemos entender isso? Vamos tentar uma explicação.

14 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 917.

15 *A Gênese* [12] cap. 3.

Todos os seres vivos possuem uma espécie de projeto de defesa da vida, como se fossem as ferramentas de um kit de sobrevivência. Consideremos como exemplo o mecanismo de defesa que os seres humanos desenvolveram para evitar os danos da repetida fricção da pele: os calos. Quando se caminha descalço, as solas dos pés se tornam calosas, o que nos capacita a continuar andando sem que nossa pele se gaste até o osso. Isso acontece porque o organismo fabrica mais células no local que está sendo mais exigido. Esta é uma ferramenta do kit de sobrevivência humano. Isso não acontece com os seres brutos, tais como pedras e objetos. Quando alguém dirige um carro, os pneus não ficam mais espessos; pelo contrário, se desgastam até ficar completamente carecas.

Os seres humanos possuem muitas outras ferramentas nesse kit de sobrevivência para defender-se contra as forças hostis. Outro exemplo é a dor física. Ela é resultado de um mecanismo de defesa do corpo. Ela anuncia que alguma coisa está errada conosco, então podemos tomar as devidas providências. É claro que ninguém gosta de sentir dor, mas nós não existiríamos sem ela. Alguns indivíduos

são acometidos de uma doença muito rara, em que não são capazes de sentir dor. Estas pessoas morrem muito cedo.

Além da dor, impulsos e motivações são também mecanismos de proteção à vida, como a fome, a sede, o desejo sexual, a necessidade de segurança, de cuidar da cria, de ser aceito em uma comunidade.

Outro mecanismo nos ajuda a vencer as agressões e as dificuldades da vida: as emoções. As emoções desempenham um papel decisivo no comportamento social. Quando indivíduos inteiramente normais sofrem lesões em regiões cerebrais necessárias para que ocorram certas emoções, eles perdem a capacidade de governar o seu comportamento na sociedade. A capacidade de decisão, especialmente em situações de grande incerteza, fica fortemente comprometida.

Medo, raiva, nojo, alegria, tristeza, ciúme, inveja, culpa, orgulho, vergonha são exemplos de algumas emoções. Emoções são sensações físicas e mentais provocadas por algum estímulo externo, ou mesmo por nossos pensamentos, que nos levam a

reagir diante de um acontecimento qualquer. O objetivo das emoções é nos proteger de alguma coisa e nos ajudar a viver em sociedade. Por exemplo:

- o medo nos faz fugir de algo que pode nos prejudicar;

- a tristeza funciona como um pedido de socorro, um apelo a compaixão alheia;

- a raiva tem como finalidade assustar o outro, diminuindo a possibilidade dele continuar nos agredindo;

- o nojo faz com que evitemos alimentos que possam nos fazer mal;

- a culpa e a vergonha nos advertem de que estamos errados;

- a indignação sinaliza que outras pessoas violaram normas de conduta necessárias à vida em comunidade;

- a inveja nos motiva a mobilizarmos as forças de nossa inteligência para alcançarmos aquilo que admiramos nos outros;

- o ciúme funciona como proteção à

infidelidade, fazendo com que cuidemos melhor de nós mesmos e de nosso parceiro;

- o orgulho nos dá a autovalorização, tão importante à sobrevivência.

Todos esses mecanismos estão relacionados com o que Allan Kardec chamou de instinto de conservação, um instinto natural que tem como finalidade a manutenção da vida física.

Como estamos vendo, esse instinto se multiplica em muitos outros instintos dependentes dele, que se manifestam como necessidades e sentimentos. A necessidade de alimentar-se, de procriar, de sentir-se seguro, de cuidar dos filhos, de sentir-se valorizado e integrado à comunidade são alguns desses sentimentos naturais que se encontram inseridos no instinto de conservação.

O instinto de conservação é um bem em si mesmo. Porém, o exagero o torna mal e pernicioso.

O interesse pessoal e o valor que damos a nós mesmos não são, por si mesmos, sentimentos negativos, quando existem na medida correta. Eles consistem de sentimentos saudáveis e necessários à

própria vida. Sem eles, cairíamos numa condição de inatividade, desinteresse por tudo e caminharíamos rumo à autodestruição. As condições essenciais à manutenção da vida física e ao progresso do Espírito são motivadas pelo interesse pessoal e pelo valor que damos a nós e aos nossos descendentes.

Desta forma, o problema realmente está no excesso, no abuso, no exagero desses sentimentos. Daí nascem as imperfeições morais. Quando ultrapassamos os limites do instinto de conservação, nasce o egoísmo e todas as más inclinações derivadas dele.

Kardec escreveu ⁽¹⁶⁾:

Deus não condena os gozos terrenos, mas o abuso desses gozos em detrimento das coisas da alma.

E também ⁽¹⁷⁾:

No abuso é que reside o mal e o homem abusa em virtude do seu livre-arbítrio. Mais tarde, esclarecido pelo seu próprio interesse, livremente escolhe entre o bem e o mal.

Portanto, as imperfeições morais derivam de

16 *O Evangelho segundo o Espiritismo* [14] cap. 2, item 6.

17 *A Gênese* [12] cap. 3.

sentimentos naturais, necessários à sobrevivência, que são levados ao extremo, potencializados pelo desejo insaciável de prazer, extrapolando suas funções evolutivas. É importante entender que as paixões, os vícios e as más inclinações não são sentimentos novos, criados para o prazer; são sentimentos próprios e naturais que são exagerados, excessivamente cultivados e deturpados por iniciativa da própria pessoa. Vejamos alguns exemplos:

- a necessidade de nutrir o corpo tornou o alimento e a ingestão de líquidos uma função prazerosa. O excesso dessa função encaminha-nos para a gula;

- a vida sexual é necessária para a reprodução da espécie e manutenção da vida. A evolução tornou-a prazerosa, para que o homem não se descuidasse dela. Seu excesso criou as paixões sexuais e todas as viciações decorrentes delas, além da desconsideração pelo sentimento dos outros e rompimento injustificável de laços afetivos respeitáveis;

- o repouso é necessário à reposição de energias para prosseguimento do trabalho. Seu excesso deu origem à preguiça, à acomodação e,

consequentemente, à exploração do esforço alheio;

- o cuidado e a proteção da prole são condições necessárias à manutenção da vida física, mas os excessos deram origem ao orgulho de família.

- o desejo de possuir o necessário e a busca do bem-estar são sentimentos naturais e motivadores das ações humanas. O excesso desses sentimentos gerou a ambição desmedida, a pressa, a ansiedade, a impaciência, o vício do poder, a usura, o consumismo e o esbanjamento. Quando são ainda mais exagerados, motivam o furto, o roubo, o assassinio, a criminalidade de uma forma geral;

- a valorização do grupo ao qual pertencemos é um sentimento natural e necessário para a preservação da comunidade e para a criação dos laços de amizade. Seu excesso levou ao surgimento da intolerância diante daqueles que não pertencem ao nosso grupo, e, em decorrência disso, o preconceito e à discriminação;

- o prazer decorrente de nossa inserção em uma comunidade é sentimento natural, pois ninguém consegue viver sozinho. O excesso desse sentimento deu origem à busca constante do elogio e do sucesso,

a preocupação excessiva com a opinião dos outros e a necessidade constante de aprovação, que caracterizam a vaidade.

- a aspiração em conseguir algo melhor para nós e nossa família é algo positivo, que nos inspira a produzir de forma mais eficiente e criativa; quando em excesso esse sentimento se transforma na inveja.

- a valorização do parceiro é um sentimento desejável que nos leva a cuidar melhor dele, evitando possíveis interferências de rivais; o exagero desse sentimento natural se transforma no ciúme.

- a autovalorização é fundamental para cuidarmos de nós mesmos; seu excesso leva ao vício do orgulho.

Assim, entendemos que o egoísmo surge do exagero de instintos e sentimentos naturais e necessários.

O egoísmo se desdobra em várias outras imperfeições morais: o orgulho, a vaidade, o ciúme, a inveja e a avareza, discutidas nos capítulos seguintes.

4. Orgulho

O orgulho, também chamado de soberba, consiste na exaltação da própria personalidade, levando o homem a se considerar acima dos outros. A pessoa acredita que tem direitos superiores e, quando pensa que estes direitos foram atingidos, sente-se ferida, magoada e melindrada (o famoso orgulho ferido). É claro que não é ruim que um indivíduo tenha uma boa opinião a respeito de si próprio. O problema é quando ele não admite que ninguém, em nenhuma situação, fique acima dele. Basicamente, ser soberbo é o desejo de colocar-se acima dos demais.

Muitas vezes nos tornamos tão preocupados em mostrar que somos perfeitos, tão insistentes em mentir para nos proteger, tão necessitados de achar alguém para culpar e tão determinados a nunca perder uma discussão, que não notamos como nos tornamos desagradáveis. Reagimos exageradamente a qualquer crítica, como se fossem ataques ao nosso valor como pessoa.

Assim, por se considerar superior, o orgulhoso:

- fica aborrecido quando é contrariado, ou

comparado negativamente com outra pessoa;

- nunca admite os próprios erros, ou mesmo mudar de opinião, mesmo quando lhe mostram que está errado;

- não valoriza as ideias e as realizações de outras pessoas;

- trata os outros com impaciência, rudeza, deboche ou ironia;

- tem muita dificuldade em realizar tarefas simples, como as obrigações de uma casa;

- guarda rancor e tem muita dificuldade em se desculpar;

- evita a convivência com certas pessoas apenas por sua aparência, cor de pele, nacionalidade, gênero sexual ou outras características pessoais, ou seja, é preconceituoso;

- usa de muito rigor diante das falhas alheias e trata seus subordinados com desconsideração.

- se irrita e ofende as pessoas por pouca coisa;

- quer sempre ter razão em tudo, não aceitando que os outros deem a última palavra;

- nunca se desculpa.

Além destas características, que são claras e visíveis para todos, o orgulho às vezes se esconde atrás de máscaras, se apresentando de forma mais sutil e disfarçada. Vejamos alguns exemplos.

O orgulho está presente no prazer que a pessoa tem em dar ordens, em decidir o que os outros têm que fazer, aonde eles têm que ir, como devem se portar, e tudo o mais. O orgulhoso se acostuma a mandar, mesmo quando não tem autoridade para isso. Ele não pode ver alguém por perto, que vai arrumar alguma coisa para o outro fazer. Mais que isso, as coisas têm de ser feitas do seu jeito, pois só ele sabe como é o certo. Em um grau maior, esse sentimento pode se transformar em uma espécie de vício o vício do poder, que faz do indivíduo um obcecado pelo prazer de comandar, dirigir e ter poder sobre as outras pessoas. Outra forma sutil do orgulho se mostrar é através das competições. O orgulhoso geralmente é uma pessoa muito competitiva. Mesmo as coisas mais pequenas são transformadas em um desafio pessoal, uma competição, onde ele, claro, precisa ser o primeiro. O segundo lugar não basta: só

serve o primeiro! O orgulhoso precisa sempre ser o primeiro em tudo!

Outra característica importante do soberbo é o medo exagerado de parecer ridículo, de ser julgado pelos outros, de ser criticado. Não há nada pior para aquele que passa a vida se achando o máximo do que pisar numa casca de banana e cair de cara no chão. Pelo medo de se expor, correndo o risco de ser humilhado em público, muitos orgulhosos se protegem na timidez. A timidez é uma máscara que pode estar ocultando uma manifestação do orgulho. Uma manifestação do orgulho, raramente reconhecida, é quando a pessoa se acha muito virtuosa, por estar muito fortemente vinculada a uma religião. Pessoas assim memorizam meia dúzia de preceitos morais e passam a nutrir um ideal de santidade. Para ilustrar esta situação, os judeus gostam da seguinte história: um homem instruído tinha o hábito de dar esmolas, mas vivia problemas constantes com seu orgulho. Foi dito a ele que se conseguisse aprender a ser humilde, se tornaria uma pessoa perfeita. O homem escutou o conselho e dedicou-se a estudar a questão da humildade até que soubesse quase de cor todas as recomendações para se evitar o orgulho. Certa vez,

uma pessoa não lhe dispensou a devida deferência. O homem que se achava humilde, voltou para a pessoa e disse: *Seu tolo! Então não percebe que desde que aprendi sobre a humildade, sou um homem perfeito, merecedor de respeito?*

Talvez esta seja a maior armadilha a que estão expostos aqueles que se propõem a investir em crescimento pessoal e espiritual. É muito fácil confundir o fato de ter informações sobre o bem e a prática real das virtudes.

Podemos citar ainda mais uma máscara do orgulho, que é a autossuficiência. O orgulhoso, de maneira geral, acredita que não precisa de ninguém. Ele já conhece o suficiente de tudo, tem todas as respostas para todos os problemas, é capaz de dar opinião sobre qualquer assunto. Tem medo de parecer ignorante, fraco ou necessitado. Por isso, costuma rejeitar ajuda, mesmo quando precisa dela, e tem um medo extremado de passar por dificuldades físicas, financeiras ou psicológicas.

Muitas outras imperfeições estão relacionadas ao orgulho: rudeza, ingratidão, intolerância, impaciência. Ao se considerar superior, o orgulhoso

crê que não precisa tratar bem as pessoas (rudeza), ser grato a elas (ingratidão), compreender suas falhas (intolerância), ou esperar calmamente sua vez (impaciência).

Um dos aspectos mais prejudiciais do orgulho é que ele leva ao menosprezo das outras pessoas. O orgulhoso tende a ver os outros como inferiores ou indignos. Ele não se importa em jogar o carro em cima de uma pessoa que está atravessando a rua na faixa de pedestre, porque a prioridade para o soberbo é ele mesmo e suas necessidades. Por isso, ele tem muita dificuldade em respeitar as regras necessárias para a vida social. Isso torna impossível a harmonia e a convivência dentro dos ideais humanos de fraternidade. Ele se considera como uma espécie de dono do mundo, e como tal, faz o que bem entende. Quando um filho age de forma antissocial, ou cria problemas na escola, ele diminui a importância do fato, e nunca o repreende pelo mal feito. Afinal, seus filhos têm sempre razão (como ele próprio).

Ele se recusa a aceitar que a convivência só é possível quando entendemos que todos os seres humanos constituem uma única raça: a raça humana.

Todos nascem, todos têm consciência de que vão morrer, todos compartilham necessidades, frustrações, ilusões e alegrias. É um grande erro alguém se considerar à margem da Humanidade, ignorando os princípios que fizeram com que deixássemos a barbárie, onde cada um fazia o que bem entendia, e chegássemos à civilização, onde cada um age pelo bem comum, e ninguém conta mais do que o outro.

5. Vaidade

A vaidade consiste na necessidade constante de chamar a atenção, ser elogiado, colocado em posição de destaque e receber aplausos. É o vício social por excelência. Uma grande diferença entre a soberba e a vaidade é que as pessoas soberbas não dependem dos outros - são autossuficientes, enquanto os vaidosos, por sua vez, precisam dos demais. O que os alimenta emocionalmente é o reconhecimento, o aplauso e o elogio. Por isso, o vaidoso é uma pessoa muito sociável, ao contrário do orgulhoso, que tende a se afastar da multidão.

O vaidoso está a todo o momento:

- enaltecendo as próprias qualidades;
- falando excessivamente de si mesmo para ser o centro das atenções;
- tomando o tempo dos outros com seus problemas pessoais;
- preocupando-se excessivamente com a aparência física;
- dando muita importância a posição social;

- valorizando demais a opinião alheia;
- buscando sempre uma forma de ser elogiado;

A vaidade surge, muitas vezes, da falta de confiança da pessoa em si mesma. O vaidoso possui uma baixa autoestima. Como não se vê com as qualidades que valoriza, ele necessita do aval da sociedade. Isso faz com que ela busque uma espécie de afirmação do grupo social a que pertence. Daí a sua ânsia de ser reconhecido como uma pessoa especial, ser elogiada e chamar a atenção.

O vaidoso tende a exagerar a importância de suas realizações e o valor de suas qualidades. Ele espera ser reconhecido pelos outros como talentoso, e quando isso não acontece, costuma ficar furioso. Cultivando fantasias relacionadas ao sucesso, poder, status ou brilho, acredita merecer um tratamento diferenciado. Ele requer excessiva admiração e se esforça muito para conseguir essa admiração.

Costuma nutrir rancor daqueles que possam ter mais sucesso, poder e prestígio que ele, e assim procura diminuir-los através de críticas e comentários depreciativos ou maliciosos. Frequentemente, o hábito de reduzir a importância dos outros, comentando

sobre algo neles que possa ser criticado, é uma manifestação da vaidade e da inveja.

A vaidade pode ser considerada como um vício, pois o vaidoso nunca se mostra satisfeito com o que realizou; sempre necessita mais. O sucesso e os aplausos de hoje não resolvem o problema de amanhã, que necessita de novo sucesso e novos aplausos e assim sucessivamente. Se um dia ele não tiver mais a fonte dos aplausos (e isso muito frequentemente acontece), o vaidoso não saberá o que fazer de sua vida.

A vaidade também tem a ver com a hipocrisia, que faz com que o indivíduo aparente ser o que não é de verdade, perdendo a sua autenticidade.

6. Ciúme

O ciúme consiste em um sentimento de mal-estar ante o medo de perder o parceiro para outra pessoa.

Dois ingredientes são centrais no ciúme: a ameaça da perda e a possível presença de uma terceira pessoa.

O ciúme faz com que homens e mulheres possam sentir dor, angústia, autocensura, opressão, perda, tristeza, apreensão, raiva, agitação, medo inquietação, humilhação e vergonha (por exemplo, muitos homens e mulheres se preocupam mais com sua reputação, do que propriamente com o fato do parceiro estar com outra pessoa). O ciumento sofre conflitos de inferioridade e insegurança, demonstrando certa imaturidade espiritual, expressa em atitudes que mostram uma infantilidade psicológica. ⁽¹⁸⁾

O ciúme é uma paixão que coloca a relação em um extremo perigo, podendo levar a atitudes muito violentas. O lado sombrio do ciúme leva os homens a

18 *Conflitos Existenciais* [1] cap. 7.

agirem violentamente para reduzir as probabilidades de que suas parceiras os abandonem. Em um estudo sobre mulheres espancadas, muitas das quais necessitavam de cuidados médicos, os relatos tipicamente mostravam que o marido tentava limitar o contato da mulher com amigos e familiares, insistia sempre em saber onde ela estava e a depreciava para rebaixá-la e para fazer com que ela se sentisse mal a respeito de si mesma. Estas são táticas usadas frequentemente pela personalidade ciumenta. (19)

As mulheres também costumam usar de violência física ou psicológica, mas geralmente de forma muito menos danosa, como empurrar, chutar a perna, esbofetear o rosto ou jogar um objeto. Muitas mulheres se valem de chantagens (às vezes envolvendo os filhos) para segurar o relacionamento.

O ciúme é uma paixão que destrói os casamentos, mina a autoestima, desencadeia espancamentos e leva ao assassinato e suicídio. Pode destruir relações previamente harmoniosas, tornando-as pesadelos infernais, onde a confiança construída em anos de apoio mútuo pode ser dilacerada num momento de colisão.

19 *A paixão perigosa* [8] cap. 5.

Um estudo realizado com 100 mulheres num abrigo para mulheres espancadas, mostrou que um número substancial delas (cerca de 80%) voltou para o relacionamento com os maridos. Deste grupo, 27 voltaram depois que os maridos prometeram mudar e refrear a violência e 17 voltaram como resultado direto de ameaças de violência posterior se elas não voltassem. Outras 14 voltaram para casa por não terem um lugar alternativo para ir e 13 voltaram por causa dos filhos. Oito voltaram para os maridos porque ainda estavam apaixonadas por eles, ou tinham pena deles. ⁽²⁰⁾

A agressão funciona se a esposa é suficientemente intimidada, ou não tem coragem, determinação, ou mesmo encontra-se impossibilitada, naquele momento, para buscar uma nova vida. Assim, lamentavelmente, as agressões continuam.

20 *A paixão perigosa* [8] cap. 5.

7. Inveja

Algumas pessoas não diferenciam o ciúme de outro termo que é às vezes usado em seu lugar: inveja. A inveja consiste em sentir desprazer e má vontade diante da felicidade, do sucesso, da reputação ou das posses de outra pessoa. Um exemplo concreto ilustra a diferença entre ciúme e inveja. Um homem pode sentir inveja de outro que tem uma bela esposa. A inveja é dirigida ao homem que possui o que ele quer, mas não tem. O marido, porém, pode ter ciúmes de sua bela mulher se suspeitar que ela está tendo interesse em outro homem. A inveja implica cobiça, tormento e má vontade dirigida a alguém que tem algo que a pessoa sente falta; o ciúme ao contrário, implica no medo de perder para um rival um parceiro valioso que você já tem.

Talvez por isso seja mais fácil sermos solidários ao sofrimento e fracasso do outro do que participarmos do seu sucesso e da sua alegria: o que os outros possuem ou representam costuma causar muita raiva em muita gente: isso é resultado da inveja.

Entre os judeus, os rabinos costumam dizer que o último mandamento da Lei de Deus é tão abrangente e profundamente revelador do ser humano, que foi necessário colocá-lo por último: Não cobiçarás a casa do teu próximo, nem sua mulher, seu servo, seu boi e tudo que seja do teu próximo. Este é o último dos Mandamentos, dizem os rabinos, porque aquele que o tiver cumprido terá, com certeza, cumprido os demais.

A inveja pode manifestar-se apenas como um sentimento que causa raiva e angústia, e que, às vezes, procuramos disfarçar, mas que fica apenas em nós mesmos e não prejudica ninguém. Não significa que desejamos mal a pessoa; apenas não conseguimos, em nosso íntimo, compartilhar com ela sua alegria.

Tão perigosa é a inveja que ela pode se infiltrar até mesmo nos lares. Entes queridos deveriam compartilhar mutuamente as vitórias e alegrias, mas muitos não conseguem, movidos pelo sentimento de despeito. Para muitos pais, a vitória dos filhos torna-se motivo de ressentimento, em vez de ser motivo de alegria, porque eles se sentem superados pelos filhos.

Em outras situações, os pais exigem que os filhos sejam o que eles próprios nunca conseguiram ser, por causa de um sentimento de despeito. Estes pais esquecem que uma criatura nasce para ser ela própria, e não preencher os espaços em branco das realizações dos seus pais.

Muitas vezes, no entanto, quando o invejoso não consegue lidar com esse sentimento, a inveja pode fazer muito mal. Alguns agem diminuindo o valor da outra pessoa, através de críticas maldosas, comentários depreciativos e calúnias, espalhando mentiras a respeito dela.

Muitos acreditam que as redes sociais têm contribuído no agravamento desse fenômeno, pois o comentário maldoso ou a fofoca se espalham numa velocidade espantosa, dando à maledicência um alcance que ela não possuía no passado. A fofoca sempre encontra ouvidos desejosos do mal feito, ampliando e disseminando os fatos narrados, sem o cuidado, pelo menos, de verificar a veracidade deles. Se não nos interessasse esse tipo de assunto, a divulgação do mal feito perderia a graça e sua linha de propagação seria interrompida. Segundo o dito

popular, o ouvido que escuta retrata a boca que fala.

Outras pessoas vão gastar toda a sua energia para fazer com que o alvo da inveja não seja bem-sucedido, atrapalhando a sua vida, impedindo o seu sucesso, reduzindo as suas oportunidades de realização pessoal.

Uma característica importante e comum dos invejosos é que eles sempre acham que aquilo que o outro conseguiu, foi conseguido de forma injusta. Para ele, as pessoas nunca fizeram por merecer o que tem ou aquilo que conquistaram.

Se alguém elogia uma bela mulher, o invejoso diz: *Mas também, cheia de Botox! Até eu!* Se alguém comenta sobre um jovem que passou em um concurso difícil, o invejoso alega: *Mas também sempre teve tudo de mão beijada; filhinho de papai!*

Outros vão tentar se libertar da raiva oriunda da inveja através de atitudes criminosas, como se pensasse: se eu não posso ter o que ele tem, então eu tomo a força. Se eu não posso ser o que ele é, eu faço tudo para que ele deixe de ser.

Se um garotinho passa perto de um automóvel

novo e inexplicavelmente o risca com um prego, talvez faça por inveja. Se um adolescente toma o celular do estudante à porta da escola e sai correndo, é possível que faça pela inveja. Se ladrões invadem nossa casa e furtam o que é nosso, não se pode negar a presença da inveja.

O invejoso torna-se uma espécie de prisioneiro dos outros, pois vivem na dependência deles. Eles não conseguem construir uma vida voltada pra si mesma e para os seus, e passam a viver sempre em função do que os outros fazem, quanto ganham, pra onde viajam, onde compram suas roupas. Isso é muito triste, pois o invejoso não tem uma identidade. Ao invés de tomar partido de oportunidades e bênçãos que vão enriquecer sua vida e de sua família, ele prefere a amarga maldição de vincular seus desejos aos desejos daqueles que inveja. O fato de o outro perder é mais prazeroso do que ele próprio ganhar. O invejoso acaba desgraçando a todos, inclusive a si mesmo.

Um pastor que trabalhava em uma prisão conta um fato relacionado a um jovem que cumpria pena por ter assaltado e assassinado um rapaz de 18 anos,

a sangue frio. O mais triste da história é que a vítima não havia resistido ao assalto e dera tudo que possuía ao assaltante. E mesmo assim, foi morto. O pastor lhe perguntou: Mas porque você o matou se já tinha tirado o que queria? O preso lhe respondeu: *Porque senti uma imensa raiva ao ver que uma pessoa da minha idade tinha 18 anos - havia podido desfrutar de uma infância com brinquedos, com pais, havia podido ir à escola, e eu nada tive disso. Eu não resisti ao ódio que senti naquele momento* (21).

21 A Cabala da Inveja [5] cap. 4.

8. Avareza ou Mesquinharia

A avareza consiste no apego excessivo às coisas materiais: dinheiro, bens e propriedades. Frequentemente, leva a uma atitude de indiferença ante as necessidades materiais de outras pessoas. É o contrário da generosidade.

Segundo Kardec (22):

O apego às coisas materiais constitui sinal notório de inferioridade, porque, quanto mais se aferrar aos bens deste mundo, tanto menos compreende o homem o seu destino. Pelo desinteresse, ao contrário, demonstra que encara de um ponto mais elevado o futuro.

Jesus combateu fortemente o apego às coisas da vida material, embora pertencesse a um povo que, em grande parte, valorizava muito a riqueza. Muitas das grandes figuras da tradição judaica eram pessoas muito ricas: Abraão, Isaac, Jacó, Jó, David, Salomão, entre outros. Para a tradição judaica, as duas maiores dores morais eram a humilhação e a miséria. Os rabinos percebiam a pobreza como um drama sem paralelos. Um ditado de origem judaica diz assim: **Se**

22 O Livro dos Espíritos [15] questão 895.

com o dinheiro já não é bom, sem ele é muito pior. (23)

Nesse sentido, Jesus também foi revolucionário, em recomendar uma vida simples e desapegada (24):

Não ajunteis tesouros na terra, onde a traça e a ferrugem tudo consomem, e onde os ladrões minam e roubam; mas ajuntai tesouros no céu, onde nem a traça nem a ferrugem consomem, e onde os ladrões não minam nem roubam.

Para Jesus, a preocupação excessiva com a aquisição de bens, propriedades e em ganhar dinheiro faz com que o indivíduo se desinteresse pelas coisas espirituais. Ao colocarmos os nossos interesses nas coisas materiais, naturalmente nos desligamos dos valores do Espírito.

Jesus propunha que aprendêssemos a viver de forma mais simples, cultivando uma vida interior, que possa contrabalançar as tensões e seduções do nosso cotidiano.

Um outro comportamento equivocado, relacionado ao manejo dos bens terrenos, é a

23 A Cabala do Dinheiro [6] cap. 2.

24 Mateus 6: 19 a 20.

prodigalidade, que é o contrário da avareza, mas também uma imperfeição humana. O avaro se caracteriza principalmente pela deficiência no dar e pelo excesso no tomar. O pródigo, por sua vez, é aquele que gasta de forma irresponsável, até mesmo o que não possui.

Em nossos dias, em decorrência das transformações porque passa a sociedade, a forma de lidar com o dinheiro vem sofrendo certa mudança: muitas pessoas não se preocupam muito em juntar dinheiro ou aumentar o patrimônio, mas em viver experiências prazerosas, que lhe consomem boa parte dos recursos financeiros. Viagens longas ao exterior, aparelhos eletrônicos renovados mais por hábito do que por necessidade, roupas com preços absurdos, festas caríssimas, em que o desperdício de comida alimentaria famílias inteiras por vários dias, são alguns exemplos.

Quando agimos assim, perdemos a oportunidade de melhorar o nível de vida do universo a nossa volta. Se os recursos gastos nessas coisas fossem canalizados para a criação de empregos, promoção da saúde e instrução popular, muito sofrimento seria

reduzido no planeta. Muito da riqueza acumulada ou gasta freneticamente no desfrute das coisas prazerosas faria enorme diferença se fosse canalizada para outros objetivos.

9. Outras manifestações do egoísmo

O egoísmo pode se apresentar de muitas outras formas: através da preguiça, da negligência, da exploração do trabalho alheio, da mentira com objetivos maldosos, da irresponsabilidade ante as próprias obrigações e pelas atitudes criminosas. Agimos de forma egoísta quando:

- guardamos apenas para nós o conhecimento adquirido, negando informações que poderiam ajudar outras pessoas;

- quando esbanjamos o tempo alheio, monopolizando as pessoas esquecidos de que elas têm outros compromissos;

- quando atrasamos propositadamente nossos pagamentos;

- quando não fazemos bem feito a tarefa que nos cabe, sobrecarregando os outros com uma taxa maior de serviço;

- quando prejudicamos os outros com compromissos sempre adiados;

- quando faltamos injustificadamente a um

encontro programado, ou nos atrasamos sem motivo justo;

- quando não cumprimos o que prometemos, alegando esquecimento (esquecimento se dá geralmente quando não damos ao compromisso o devido valor, mostrando pouco interesse pelo outro, o que é também egoísmo).

É muito importante ressaltar que todas estas inclinações morais negativas estudadas por nós não se constituem em traços definitivos do ser espiritual, mas condições passageiras, decorrentes de nossa própria inferioridade, que serão paulatinamente dissolvidas. Kardec afirma que o mal não passa de estado transitório do qual pode resultar o bem ⁽²⁵⁾. Como as imperfeições são exageros de sentimentos naturais, o autocontrole, como ferramenta necessária ao melhoramento pessoal, consiste em modularmos os sentimentos que temos cultivado de forma exagerada, superando serenamente os impulsos que nascem de suas deturpações e vivenciando os sentimentos naturais com o equilíbrio desejável.

Necessário considerarmos que tanto o mal

25 *O Céu e o Inferno* [13] Parte I cap. 9.

quanto o bem já estão dentro de nós; o mal como resultado da exacerbação dos instintos, quanto o bem como potencial a ser desenvolvido. A respeito desse potencial para o bem, Kardec se valeu dos termos *perfectibilidade* e *perfectível*, usado anteriormente por Jean-Jacques Rousseau, para designar a semente do bem presente no princípio espiritual desde a sua origem ⁽²⁶⁾ Profissão de fé espírita raciocinada.

É preciso evitar a ideia de destruir o mal (pois ele está em nós e destruí-lo é ferir a si mesmo): o mal precisa ser superado; é preciso evitar a ideia de adquirir ou conquistar o bem (pois ele está em nós e não fora de nós): o bem precisa ser desenvolvido.

26 *Obras Póstumas* [17].

III - Caridade: fonte de todas as virtudes

10. Caridade

Para Allan Kardec, a caridade vai muito além do socorro às necessidades materiais, como doação de roupas, comida, remédios ou a esmola propriamente dita, embora tudo isso também seja uma forma de caridade. Kardec entende a caridade como sendo a fonte de todas as virtudes humanas (27). Um indivíduo caridoso é aquele que pratica todas as virtudes, ou seja, ele é justo, generoso, modesto, manso, misericordioso, tolerante e muitas outras coisas boas. Mas o que podemos entender como virtude?

Considerando o bem como aquilo que fazemos para aumentar o bem-estar das outras pessoas, podemos chamar de virtude todo esforço para fazer o bem (28).

Em uma ação virtuosa estão presentes, além da ação propriamente dita, outros elementos: o desejo de fazê-lo, o absoluto desinteresse diante da ação e um sentimento elevado (29).

Se fazemos algo útil, mas estamos incomodados por fazer, não há virtude. Se fazemos o bem porque

27 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 971.

28 *Pequeno tratado das grandes virtudes* [9] Preâmbulo.

29 *Ética* [25] caps. 6, 8 e 9.

outra pessoa nos obrigou, também não há virtude e, finalmente não existe virtude se fazemos o bem motivados por um interesse pessoal.

Assim, devemos fazer uma diferença entre fazer o bem e sermos virtuosos.

Um vereador recentemente eleito que monta uma clínica de fisioterapia no bairro para atendimento gratuito está fazendo o bem (as pessoas que recebem estão sendo beneficiadas), mas ele não está sendo virtuoso, pois faz aquilo contando com o voto dos beneficiados na próxima eleição.

Um adolescente que vai visitar velhinhos em um asilo porque os pais estão mandando, está fazendo uma coisa boa, mas não está sendo virtuoso, pois não faz de forma voluntária. Repetimos: ser virtuoso consiste em fazer o bem de forma consciente (a pessoa sabe que está fazendo o bem), voluntária (a pessoa segue a sua própria vontade), desinteressada (a pessoa não se beneficia com a ação) e com o cultivo de sentimentos elevados.

A respeito desse sentimento elevado que está presente no próprio conceito de virtude, Kardec empregou, várias vezes, a expressão *sentimento de*

caridade. Segundo Kardec é o *sentimento de caridade que leva os homens a se prestarem mútuo apoio* (30). Ao descrever as qualidades do verdadeiro homem de bem, ele escreve que *possuído do sentimento de caridade e de amor ao próximo, faz o bem pelo bem, sem contar com qualquer retribuição, e sacrifica seus interesses à justiça* (31).

O que podemos entender pela expressão *sentimento de caridade*? Kardec talvez se refira à vivência íntima do comportamento de ajuda, a interiorização da ação exterior que dá significado profundo ao ato. Muitos de nós temos automatizado a ação caritativa, fazendo-a mecanicamente, por atacado, sem enriquecê-la de um sentimento do belo, do nobre, do generoso. Sabemos que toda ação que beneficia alguém, desprovida de interesse próprio, é meritória, porque reduz o sofrimento alheio. Todavia, entendemos que só o comportamento de ajuda que se acompanha do sentimento de caridade representa crescimento espiritual real, ou seja, que ilumina de dentro para fora aquele que o pratica.

30 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 717.

31 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 918.

Sob esse aspecto, o *sentimento de caridade* pode ser entendido como a boa vontade permanente, o desejo incessante de ser útil, um estado íntimo de encantamento diante da possibilidade de praticar a ajuda, o estado de graça ante a experiência do bom e do útil.

O texto abaixo, extraído da tradição judaica, amplia o pensamento acima para todas as atividades da vida, e diz, com leveza ⁽³²⁾:

Eu sou uma criatura de Deus e meu vizinho é também uma criatura de Deus.

Eu trabalho na cidade e ele no campo. Eu me levanto cedo para meu trabalho e ele se levanta cedo para seu trabalho.

Da mesma forma que ele não me supera em meu trabalho, eu não o supero em seu trabalho. Você diria que eu faço grandes coisas e ele faz pequenas coisas?

Nós já aprendemos que não interessa se uma pessoa faz muito ou pouco, contanto que seu coração esteja direcionado aos céus.

10.1 Prática do bem e suas motivações

Kardec faz referência às condições necessárias para a verdadeira virtude, lembrando que o mérito de

32 *A Cabala da Inveja* [5] cap. 2.

uma boa ação está na dificuldade em praticá-la. Pouco mérito existe quando damos sem esforço e quando nada custa, porque não implica no verdadeiro sacrifício do interesse pessoal (33).

Comenta, igualmente, que a grandeza da virtude se relaciona com o bem sem segundas intenções, sem ostentação, ocultando a ação generosa sempre que possível, para sermos coerentes com a lição evangélica que exorta que a mão esquerda nunca saiba o que dá a mão direita (34).

Kardec apresenta a caridade como um continuum, ou seja, uma espécie de régua (35). Em um extremo da régua, ele coloca a simples esmola, de menor merecimento, pois geralmente damos apenas o que nos sobra, sem grande esforço. No outro extremo da régua, ele coloca o amor aos inimigos, que é considerado como o suprassumo da caridade, porque exige de nós uma grande dose de renúncia pessoal.

Mas, afinal, o que leva muitas pessoas a ajudar o seu semelhante? Qual a intenção do comportamento de ajuda? Apresentamos cinco motivos principais:

33 *O Livro dos Espíritos* [15] questões 646 e 893.

34 *O Evangelho segundo o Espiritismo* [14] cap. 13, item 3.

35 *Revista Espírita* [18] Setembro/1862.

Primeiro motivo. O comportamento de ajuda é interesseiro porque visa ao bem próprio. Dou alguma coisa, contando receber de volta depois, levar algum tipo de vantagem material, ou ser reconhecida como uma pessoa especial, bondosa. É agradável ouvirmos comentários elogiosos a nosso respeito: Como ela é uma pessoa boa! Se todos fossem como ela, seria uma maravilha viver! Se examinássemos seriamente as nossas ações boas, muitas vezes teríamos vergonha delas.

Segundo motivo. O ato de dar tem como objetivo vantagens espirituais: a conquista do reino dos céus, uma acolhida feliz depois da morte, um carma positivo para o futuro. Ainda se caracteriza por interesse pessoal. Colocou Kardec que não merece aprovação aquele que faz o bem esperando que lhe seja levado em conta na outra vida e que lá venha a ser melhor a sua situação. O bem deve ser feito caritativamente, isto é, com desinteresse. Aquele que faz o bem, sem ideia preconcebida, pelo só prazer de ser agradável a Deus e ao seu próximo que sofre, já se acha num certo grau de progresso, que lhe permitirá alcançar a felicidade muito mais depressa do que seu irmão que, mais positivo, faz o bem por cálculo e não

impelido pelo ardor natural do seu coração (36).

Terceiro motivo. A prática do bem é movida pela compaixão. Sentir piedade do que sofre e colocar-se no lugar dele e, movido por esse sentimento nobre, buscar socorrê-lo. Trata-se de um belo sentimento, que devemos desenvolver em nós, mas não traduz ainda o máximo de virtude, pois depende da infelicidade alheia. A ação no bem se manifesta diante de pessoas que estão sofrendo, e não naturalmente, por todos os seres, independentemente deles necessitarem de nosso cuidado.

Quarto motivo. Agir solidariamente por dever. Difere do sentimento de compaixão, pois não depende do sofrimento alheio. A prática do bem se dá pela consciência do dever, porque a pessoa acredita que é o certo a ser feito, porque a consciência o exige. Aquele que age pelo dever demonstra boa vontade, amadurecimento e desejo sincero de se tornar uma pessoa melhor, mas, ainda assim, tem que avançar espiritualmente para se identificar com o máximo da virtude: o serviço espontâneo do amor.

Quinto motivo. Servir por amor. O amor se

36 *O Livro dos Espíritos* [15] questões 897 e 897a.

instala quando não é mais necessário o dever (37). Para o homem verdadeiramente virtuoso, a prática do bem deixará de ser uma obrigação, que a própria consciência impõe, ou seja, um dever. O dever é uma coerção, um jugo, enquanto o amor é sempre espontâneo, natural. O que fazemos por dever, não fazemos por amor. Isso se inverte: o que fazemos por amor, não fazemos por dever. Quando o amor existe, já não se precisa mais do dever.

A esse respeito, Kardec escreveu:

Há pessoas que fazem o bem espontaneamente, sem que precisem vencer quaisquer sentimentos que lhes sejam opostos. Outras se veem na contingência de lutar contra a natureza que lhes é própria. Só não têm que lutar aqueles em quem já há progresso realizado. Esses lutaram outrora e triunfaram. Por isso é que os bons sentimentos nenhum esforço lhes custa e suas ações lhes parecem simplíssimas. O bem se lhes tornou um hábito. O sentimento do bem é espontâneo.

É claro que para atingirmos a condição de fazermos o bem pelo ardor natural do coração, ou seja, por amor, passamos pelas várias fases que descrevemos anteriormente. São como exercícios preparatórios para se chegar a verdadeira virtude.

37 *Pensamento e Vida* [11] cap. 21.

Precisamos entender que os bons sentimentos são construídos gradativamente, aos poucos; eles não chegam à alma de uma só vez. Muitas pessoas que desenvolvem trabalho voluntário comentam que, de início, foram motivadas por puro interesse, ou mesmo, por uma espécie de cobrança íntima, imposta por elas mesmas. Com o decorrer dos anos, aquela atividade se torna um hábito, um costume saudável, que elas vão com alegria, até mesmo porque se afeiçoam a outras pessoas vinculadas ao grupo. E, prosseguindo, com o passar do tempo, verificam que já não fazem mais por interesse, nem pelo senso do dever, nem tampouco pelas amizades. Fazem motivadas pelo mais puro e sincero amor.

Precisamos iniciar de alguma forma. Discutir infinitamente sobre a diferença entre certo e errado e programar ações que nunca saem do papel não tornam ninguém melhor do que é. O conhecimento precisa render e produzir algo que valha a pena.

Uma meditação diz assim ⁽³⁸⁾:

Eu estava faminto e vocês formaram um clube de humanidades e discutiram a fome. Eu estava

38 Creditada a Robert Rowlan, citada em *As nove lições que aprendi sobre a vida* [20] cap. 6.

doente e vocês agradeceram a Deus por sua boa saúde. Eu estava sozinho e vocês me deixaram só enquanto iam rezar por mim. Vocês parecem tão santos, tão próximos de Deus, mas eu continuo com fome, continuo sozinho e continuo com frio.

11. Justiça

Neste capítulo, examinamos a justiça, e nos capítulos seguintes outras virtudes. Importante ressaltar que as virtudes são desenvolvidas em conjunto e a separação é apenas didática; melhorar muito em uma virtude implica melhorar um pouco, pelo menos, em todas as virtudes; da mesma forma que a superação do mal se dá em conjunto superar uma imperfeição moral é superar um pouco, pelo menos, todas as outras. Caso contrário não está havendo progresso real é um processo só superficial, às vezes hipócrita, e que vai causar conflitos internos.

A justiça, segundo Allan Kardec, consiste em cada um respeitar os direitos dos demais ⁽³⁹⁾. O homem justo é aquele que respeita os direitos dos seus semelhantes.

Que direitos são esses que devemos respeitar? Kardec não se refere aos direitos estabelecidos pelas legislações humanas, que são tão imperfeitos como o próprio homem, e sim aos direitos naturais. Estes direitos naturais são estabelecidos por Deus e são os mesmos para todos os homens, independentemente

39 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 875.

de qualquer situação. Acrescenta Kardec (40):

Deus não fez uns de limo mais puro do que se serviu para fazer os outros, e aos seus olhos todos iguais.

Segundo a Organização das Nações Unidas (ONU), *direitos humanos* são direitos inerentes a todos os seres humanos, independentemente de raça, sexo, nacionalidade, etnia, idioma, religião ou qualquer outra condição. Os direitos humanos incluem o direito à vida e à liberdade, à liberdade de opinião e de expressão, o direito ao trabalho e à educação, a uma alimentação saudável, moradia, saúde, segurança, e muitos outros. Resumindo, o direito a uma vida digna. Todos merecem estes direitos, sem discriminação.

O respeito pela vida em todas as suas expressões, faz com que a Doutrina Espírita manifeste posição contrária ao aborto, a eutanásia, a pena de morte e ao suicídio.

O aborto é crime, em qualquer fase da gravidez, pois vai impedir o Espírito de retornar ao cenário terrestre, rompendo os laços que o ligam ao corpinho em formação. Desde o instante em que se forma a célula-ovo, ligado a ela encontra-se um ser espiritual,

40 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 878a.

com sonhos, desejos e sentimentos, aguardando o momento de se reunir aos Espíritos queridos que vieram antes dele ⁽⁴¹⁾.

A eutanásia, ou seja, a antecipação da morte com o objetivo de evitar sofrimentos ao enfermo incurável, impede que o indivíduo vivencie as últimas experiências da vida, que são muito importantes no seu desenvolvimento pessoal ⁽⁴²⁾.

A pena de morte tira do indivíduo a possibilidade de arrependimento e recuperação ainda na presente encarnação ⁽⁴³⁾. Além disso, impede que a justiça repare possíveis erros cometidos contra pessoas que foram consideradas culpadas, e que o tempo e novas investigações mostraram que eram inocentes.

O suicídio consiste numa transgressão da Lei de Deus, pois o homem não tem o direito de dispor da sua vida. Só Deus tem esse direito ⁽⁴⁴⁾. As consequências de um suicídio são grandemente negativas, não apenas para o suicida, mas para todo o grupo familiar. Os pais, os filhos, o parceiro ou a

41 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 358.

42 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 953.

43 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 765.

44 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 944.

parceira do suicida, muitas vezes, não se recuperam do trauma psíquico, e carregam por toda a existência a dor da perda irreparável do ente querido.

Como vemos, a justiça consiste em uma virtude de muito grande alcance.

Quem respeita o direito do outro jamais vai tirar a sua vida, ou simplesmente, prejudicá-lo de qualquer forma que seja.

Quem respeita o direito do outro não vai se apropriar daquilo que lhe pertence, mesmo quando achado na rua ou em outro lugar qualquer, ou como saque feito em um caminhão tombado ou em um supermercado invadido pela multidão.

Quem respeita o direito do outro saldará as suas dívidas e sempre devolverá o que tomou emprestado, mesmo que isso implique em algum grau de sacrifício.

Quem respeita o direito do outro não faltará a um compromisso assumido (exceto em casos especiais), nem chegará além do horário combinado.

Quem respeita o direito do outro vai considerar a necessidade daqueles que estão sob seus cuidados na condição de filhos oriundos do casamento ou fora

dele, responsabilizando-se financeira e afetivamente por eles, enquanto isso se fizer preciso.

No político corrupto, nos heróis do enriquecimento fácil, no Gerson que leva vantagem, no policial que dá um jeitinho, no fiscal oportunista, na fila que é furada, na doença inventada ou supervalorizada para colher o bônus do INSS, no genitor que deixa sem assistência os menores que dependem dele, verificamos a ausência do sentimento de justiça.

Kardec considerou a justiça como a grande responsável pela pacificação nas relações humanas. Ao perguntar aos Espíritos se algum dia os homens chegarão a se entender, vivendo em harmonia, eles disseram ⁽⁴⁵⁾: *Sim, quando praticarem a lei de justiça.*

E quando perguntou aos Espíritos se o fato dos homens viverem em sociedade resultava para eles obrigações especiais, ouviu a seguinte resposta ⁽⁴⁶⁾:

Sim, e a primeira de todas as obrigações do homem é a de respeitar os direitos de seus semelhantes. Aquele que respeitar esses direitos procederá sempre com justiça. Em vosso mundo,

45 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 812a.

46 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 877.

porque a maioria dos homens não pratica a lei de justiça, cada um usa de represálias. Essa a causa da perturbação e da confusão em que vivem as sociedades humanas. A vida social confere direitos e impõe deveres a todos.

O pensamento de Kardec mostra que, se todos fossem justos para com o seu próximo, respeitando seus direitos, a maior parte dos conflitos e dos problemas humanos deixaria de existir. Podemos imaginar uma sociedade em que ninguém tome do outro o que lhe pertence e não o prejudique em absolutamente nada. Esta sociedade não teria furtos, nem assaltos, nem homicídios, nem agressões, nem traições afetivas, nem desigualdades sociais, que são todos decorrentes da ambição desmedida. Ninguém usaria de represálias, porque ninguém teria motivos para isso.

11.1 O sentimento de justiça

Segundo Kardec, Deus imprimiu no coração do homem a regra da verdadeira justiça (47). Em outras palavras, a evolução espiritual, tendo Deus como avalista, permitiu que os Espíritos, paulatinamente, fossem incorporando em sua mente, através das milenárias experiências reencarnatórias, a noção de

47 O Livro dos Espíritos [15] questão 873.

certo e errado, do bem e do mal e do justo e injusto.

Alguns estudos relacionados à psicologia de bebês têm confirmado essa afirmação de Kardec. Paul Bloom é um psicólogo canadense-americano. Ele é professor de psicologia e ciências cognitivas na universidade de Yale e estuda bebês do ponto de vista comportamental. Em uma obra denominada O que nos faz bons ou maus ele relata muitas experiências que mostram que as pessoas já nascem com princípios de justiça e de solidariedade. Em um de seus estudos, ele verificou que um bebê de um ano de idade decidiu fazer justiça com as próprias mãos.

Ele havia acabado de assistir a um teatro de fantoches, com três personagens. O boneco do meio jogava uma bola para o boneco da direita, que lhe passava a bola de volta, e assim sucessivamente. Até que aparece um boneco à esquerda, e pede para brincar. O boneco do centro, então, joga a bola para ele. No entanto, ele, em vez de devolver a bola, sai correndo com ela.

No fim da apresentação, o boneco bom e o boneco mau foram retirados do palco e colocados diante do menino. Um presentinho foi posicionado em

frente a cada um dos bonecos, e o garoto foi instruído a remover um dos presentes. Conforme previsto, e como a maioria das crianças pequenas que participaram desse experimento fez, ele retirou o presente do boneco mau - aquele que havia fugido com a bola. Mas não foi só isso. Um bebê, em especial, se inclinou e deu uma palmadinha na cabeça desse boneco.

Alguns aspectos da moralidade parecem nascer conosco: certa capacidade de distinguir entre as ações gentis e as cruéis, uma tendência a favorecer divisões igualitárias dos recursos e o desejo de ver as boas ações recompensadas e as más ações punidas. Desde pequenos, as histórias de que mais gostamos são contos sobre o bem e o mal. Queremos que os mocinhos sejam recompensados e queremos, realmente, que os bandidos sofram.

Parece que nasce conosco também a capacidade de sofrer com a dor dos que nos cercam e ter vontade de acabar com este sofrimento. Estudos com bebês mostram isso.

Em um dos estudos, bebês são mantidos em uma sala, onde as mães também estão presentes. Um

adulto, com os braços abarrotados de coisas, entra na sala e tenta abrir a porta de um armário. Ninguém olha para a criança, nem a incita ou lhe pede ajuda. Ainda assim, cerca de metade dos bebês oferece ajuda - eles ficam em pé espontaneamente, cambaleiam um pouco e abrem a porta para o adulto. Esse é um pequeno exemplo de um indivíduo em miniatura, mas observamos esta gentileza em larga escala quando as pessoas doam tempo, dinheiro ou, até mesmo, sangue para ajudar os outros, algumas vezes desconhecidos. Esse comportamento também é considerado moral; ele inspira emoções como orgulho e gratidão, e nós o descrevemos como bom e ético.

Quando prestamos atenção no modo como os bebês e as crianças pequenas agem, observamos algo a mais. Eles, simplesmente, não se afastam da pessoa que sofre. Eles tentam fazer com que ela se sinta melhor. Os psicólogos do desenvolvimento observaram, há muito tempo, que crianças de um ano de idade costumam dar tapinhas e passar a mão nas costas de outras que parecem estar angustiadas. Quando crianças pequenas veem alguém ao seu redor agindo como se estivesse sentindo alguma dor, a reação delas costuma ser a de tentar tranquilizá-lo.

O senso de justiça foi essencial na sobrevivência do ser humano, quando, há muitos anos atrás, começaram a se formar os primeiros agrupamentos. Assim que nossos antepassados deixaram as árvores, há cerca de sete milhões de anos, nossa própria existência dependeu da capacidade de trabalharmos juntos. Foi essa necessidade de ação coletiva que produziu a mais importante mudança psicológica que nos permitiu prosperar na savana, além de apenas sobreviver.

Em algum momento de nossa história evolutiva, nossos ancestrais se uniram na defesa coletiva, e, a partir daí, todos passaram a ter maior chance de sobrevivência. Indivíduos em grupos que aprenderam a trabalhar em cooperação tinham uma enorme vantagem.

Isso porque, em termos anatômicos, nossa espécie é um fiasco: corremos e saltamos mal, não possuímos dentes afiados e garras potentes para o ataque e defesa, a nossa infância é a mais longa e mais frágil do reino animal. No entanto, hoje somos a espécie mais bem-sucedida do planeta. Devemos isso à união de esforços pelo bem coletivo.

No entanto, existe uma grande ameaça à cooperação: o parasitismo, ou a tendência a fugir do trabalho pesado e, ao mesmo tempo, partilhar os benefícios. Como evoluímos para cooperar uns com os outros, também desenvolvemos um sistema de detecção de trapaceiros e uma forte reação emocional a aproveitadores, mantendo a harmonia grupal através do desenvolvimento de um senso particular de justiça.

A mais poderosa arma de que se valiam os nossos antepassados para combater o trapaceiro e o preguiçoso era o ostracismo. Ser expulso de um grupo de homens primitivos era uma sentença de morte, em um mundo tremendamente hostil. Por essa razão, nossos ancestrais desenvolveram rapidamente uma forte reação emocional à ameaça de ser colocado fora do grupo ou perder seu valor perante os pares. Isso explica, em nossa sociedade contemporânea, a insuperável necessidade de sermos bem vistos e valorizados perante os outros. A rejeição social é algo incrivelmente doloroso.

A punição ao aproveitador e ao trapaceiro foi essencial no desenvolvimento da nossa espécie e na

manutenção de uma vida social razoavelmente estável.

Esse senso de justiça não existe de forma significativa nos animais, nem mesmo nos animais mais próximos de nós do ponto de vista evolutivo, como os chimpanzés.

Para exemplificar, consideremos o que acontece quando chimpanzés caçam macacos.

A caça aos macacos é uma de suas poucas atividades coletivas, porque os macacos têm muita dificuldade em escapar quando os chimpanzés vêm de todos os lados. Mas mesmo quando os chimpanzés caçam em grupo, nem todos se envolvem. Alguns permanecem sentados, preguiçosamente observando o caos ao redor. Quando a caçada termina eles compartilham as presas, comida rica em calorias. O que surpreende é que os que ficaram apenas observando ganham também seu pedaço de carne. Seus colegas chimpanzés fazem pouca ou nenhuma distinção entre omissos e colaboradores.

Com os humanos a situação é muito diferente. Mesmo crianças de quatro anos de idade prestam muita atenção em quem ajuda e quem não ajuda.

Quando ganham doces por trabalhar em equipe, escondem daquelas que não ajudaram, mas partilham com as que ajudaram. Quando obrigadas a dividir também com os preguiçosos, elas dizem: - *Isso não é justo!*

Estudos mostraram que crianças de três anos eram mais propensas a ajudar alguém que havia auxiliado outra pessoa anteriormente, e menos propensas a ajudar quem havia sido cruel com outra pessoa.

Isso pode não parecer muito amistoso poderia até mesmo ser um comportamento a ser desestimulado: afinal, partilhar é carinhoso, independentemente do que o outro tenha feito, mas, de um ponto de vista evolutivo é determinante. Sociedades que não fizessem distinção entre colaboradores e espectadores, bons e maus, nunca teriam a capacidade de criar e sustentar equipes eficazes.

Mas o conceito de uma justiça que já nasce conosco nos coloca diante da seguinte questão: sendo a justiça um sentimento tão forte na espécie humana, por que muitas pessoas têm convicções tão

equivocadas a respeito da justiça, se comportam de forma tão injusta e fazem afirmações absurdas do ponto de vista moral como, por exemplo: todos os pobres são preguiçosos, existem raças mais inteligentes que outras, os homossexuais são pervertidos, a gente tem mais é que levar vantagem, não levo desaforo pra casa?

Isso é visto até mesmo em crianças pequenas: elas demonstram saber o que é certo e errado, mas quando o seu interesse pessoal está envolvido, parece que elas se esquecem de tudo isso. Elas podem defender vividamente um princípio de divisão igualitária quando se trata de outras pessoas, mas quando elas mesmas são encarregadas de distribuir os recursos, tendem a ficar com a parte maior.

Kardec questionou os Espíritos quanto a isso. Eles esclareceram que muitas pessoas misturam aos sentimentos naturais de justiça, seus vícios morais e suas próprias paixões, fazendo com que vejam as coisas sob um ponto de vista falso ⁽⁴⁸⁾.

Os excessos, decorrentes dos vícios e das paixões, fazem com que as pessoas

48 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 874.

desenvolvam pensamentos errados, que acabam em atitudes erradas.

12. Generosidade

Se a justiça consiste em atribuir a cada um o que lhe é de direito, a generosidade consiste em oferecer a alguém o que lhe falta e que nós possuímos. Como quase nunca se dá sem perda, a generosidade pressupõe abnegação, desprendimento, e por isso, ela se opõe ao egoísmo.

Chico Xavier dizia que a generosidade é o amor em ação. É quando o amor, como sentimento sublime, se materializa no ato de dar e se transforma em serviço ao semelhante.

Jesus considerou a generosidade como a única condição necessária a salvação ⁽⁴⁹⁾:

(...) eu tive fome, e vocês me deram de comer, tive sede, e vocês me deram de beber, fui estrangeiro, e vocês me acolheram; necessitei de roupas, e vocês me vestiram; estive enfermo, e vocês cuidaram de mim, estive preso, e vocês me visitaram.

Justiça e generosidade dizem respeito a nossas relações com os outros. A generosidade é mais afetiva e espontânea, enquanto a justiça parece ser algo mais intelectual e refletido. A generosidade parece se

49 Mateus 25:35 a 45.

relacionar mais ao coração, enquanto a justiça se relaciona mais com a razão. Os direitos humanos, por exemplo, podem constituir objeto de uma declaração. A generosidade não: trata-se de agir, não em função de determinado texto, de determinada lei, mas unicamente de acordo com as exigências do amor.

A generosidade obedece, como a maioria das virtudes, ao mandamento evangélico, que afirma a necessidade de amar ao nosso próximo. Mas o amor é um sentimento e não se pode exigir que alguém tenha esse ou aquele sentimento. Ninguém tem o poder de qualificar os próprios sentimentos de acordo com sua vontade. O convite de Jesus para o amor só pode, a princípio, se identificar com uma ação e não com o sentimento, por isso, o amor é, sobretudo, serviço ao semelhante ⁽⁵⁰⁾.

Mas como podemos agir amorosamente? Agindo como se já amássemos. Quando amamos alguém doamos a ele o nosso melhor, espontaneamente, sem cobranças ou exigências.

A generosidade consiste em agirmos em relação alguém como se o amássemos. Se amássemos a um

50 *Pensamento e Vida* [11] cap. 5.

estranho que passa por dificuldades, deixaríamos de atendê-lo? Seria o mesmo que deixar de atender um filho, a mãe ou um amigo muito querido.

O ideal da generosidade diz assim: agir sempre, em relação a qualquer pessoa como se a amássemos.

Por isso ela nos liberta do interesse pessoal exagerado; é o contrário do egoísmo, da mesquinharia, da avareza e se relaciona intimamente com a gratidão, a solidariedade, a compaixão, a mansidão e a doçura.

A gratidão não deixa de ser uma manifestação da generosidade; a pessoa que é grata doa o reconhecimento da ajuda recebida, que se manifesta através da alegria de um sorriso, de um aperto de mão, de um abraço, ou, simplesmente, de um dizer muito obrigado!

A solidariedade nos inspira a pertencermos a um mesmo conjunto e partilhar, conseqüentemente, de uma mesma história, construindo um sentimento de afirmação dessa interdependência.

Ser solidário é pertencer a um conjunto, isto é, agir para o todo. Etimologicamente solidariedade vem

do latim *in solido*, que representa solidez. Um corpo sólido é um corpo em que todas as partes se sustentam, (as moléculas estão mais próximas, unidas), de tal sorte que tudo o que acontece com um, acontece também com o outro, ou repercute nele.

O sentimento de solidariedade nos afirma a necessidade de partilharmos com todos o que é nosso, pois o que é nosso só se tornou nosso, porque muitos colaboraram. Não construímos nada sozinho. Nossas vitórias são resultado de esforços e sacrifícios de muitos. A solidariedade é o reconhecimento e a gratidão a todas as pessoas, pois todos são corresponsáveis pelas nossas conquistas.

A compaixão está no compartilhar do sofrimento alheio. Compadecer é sofrer com o outro. A palavra compaixão deriva do grego *pathein* e significa *passar por algo com outra pessoa*, colocar-nos no lugar dela, sentir a sua dor como se fosse nossa e generosamente entender seu ponto de vista. Largar a couraça que cobre os nossos corações, a fim de nos tornarmos mais sensíveis aos sofrimentos alheios, pois a rigidez mata os bons sentimentos ⁽⁵¹⁾. Compreender que, no momento em que o socorro se faz necessário,

51 *O Evangelho segundo o Espiritismo* [14] cap. 11 item 12.

não é hora de julgamentos apressados, ou de culpar o próprio envolvido pelos infortúnios, evocando suas atitudes equivocadas. Na hora do socorro é preciso socorrer. Muita gente prefere estar certa que ser compassiva. Não importa se ela é ou não a responsável por aquilo que está passando. Isso é algo para ser visto depois, quando buscarmos uma solução de mais longo prazo para o problema. Se diante de uma necessidade pessoal, nós precisássemos ter merecimento para recebermos o socorro dos Espíritos amigos, esse socorro provavelmente não viria nunca. Se Jesus nos ajuda não é porque merecemos, e sim porque precisamos.

Ser compassivo é estar do lado, mesmo que não tenhamos o que dizer. Às vezes pessoas que estão sofrendo muito indagam: *Como Deus pode fazer isso comigo?!* Nem sempre elas estão querendo uma resposta. Querem apenas que alguém as ouça e entenda a sua raiva. É importante enfatizar o positivo, mas às vezes, o melhor é fazer silêncio e simplesmente ficar do lado. Muitas vezes, há certa insensibilidade em nossa tentativa de animar os outros, pois, se nos limitamos a dizer que devem pensar positivamente quando nos falam de sua

tristeza, eles talvez se sintam incompreendidos e sozinhos em sua aflição.

Os contrários da compaixão são a dureza, a crueldade, a frieza, a indiferença, a secura de coração, a insensibilidade.

Mansidão e doçura são uma paz real e aplicada, prática, o contrário da guerra, da crueldade, da brutalidade, da agressividade, da violência. Sempre desprovidas de ódio, de dureza, de insensibilidade. A agressividade, a cólera, a própria violência, são recursos dos fracos e dos covardes, dos incapazes de resolver os conflitos pacificamente. E o que pode dominar a violência, a cólera e agressividade, senão a doçura e a mansidão?

A doçura é uma força em estado de paz, força tranquila e doce, cheia de paciência e de mansuetude. Está presente na gentileza das maneiras, na benevolência que atestamos para com o outro. Vemos a doçura em Jesus. A doçura é o que mais se parece com o amor. A compaixão sofre com o sofrimento do outro; a doçura se recusa a produzi-lo ou a aumentá-lo. A generosidade quer fazer bem ao outro; a doçura se recusa a lhe fazer mal. A doçura e a mansidão nos

fazem pequenos diante dos pequenos, frágeis diante dos frágeis, iguais diante dos inferiores. A civilização não inventou a doçura, mas a cultiva, se alimenta dela e é isso que torna a humanidade mais humana.

E finalmente a **bondade**, expressão da mansidão, da doçura e da compaixão, virtudes que se identificam e decorrem da generosidade. Para Kardec, a bondade significa, sobretudo, ser útil, na medida do possível, toda vez que o auxílio se fizer necessário (52).

Ser bom é associar a generosidade a uma boa cota de doçura. Revestir a ação generosa de um belo sentimento de enternecimento, de encantamento ante aquilo que se faz. A bondade consiste em tratarmos o outro como maior, antecipar o gesto de gentileza e ternura. Ser, fazer e agir de forma que promovamos o bem de forma gratuita. Uma bondade ilimitada que transcenda etnia, gênero, comportamento.

Jesus recomendava a bondade com o ladrão, com os pecadores, com todo ser humano. Quando olhamos o outro como alguém a quem devemos reverência, superamos a definição do outro como algo, como obstáculo. E temos primeiro a ética, o

52 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 643.

reconhecimento do valor do outro como portador de verdade e dignidade. E quando não conseguimos fazer isso, independente da crença, desumanizamos-nos.

A violência maior, a mãe de todas as violências, nasce quando concebemos o outro como suspeito, como se ele devesse ser de algum modo eliminado.

13. Não-violência

A mansidão, a doçura, a humildade, as virtudes morais, enfim, concorrem para a não-violência. Mas será sempre a não-violência a melhor opção? Haverá situações onde a violência será um mal necessário?

A condição de não-violência foi muito cara a Jesus, e se expressa nesses pensamentos: não resistam ao perverso; se alguém o ferir na face direita, ofereça-lhe também a outra; se alguém quiser tirar-lhe a túnica, deixe que leve também a capa; se alguém o forçar a caminhar uma milha, vá com ele duas; amem os seus inimigos e orem por aqueles que os perseguem; façam o bem àqueles que lhe fizeram o mal ⁽⁵³⁾.

Para Jesus toda forma de violência é um mal, e devemos empreender todos os nossos esforços no sentido de que ela não se efetive.

Allan Kardec, por sua vez, quando estuda o direito de propriedade e o roubo ⁽⁵⁴⁾, coloca que o homem tem o direito de defender os bens e as propriedades que acumulou pelo trabalho honesto. Ao

53 Mateus 5:38 a 42.

54 *O Livro dos Espíritos* [15] questões 880 e 885.

estudar a Lei de Destruição, Kardec admite que o agredido se defenda; trata-se de legítima defesa. Ele também afirma também que o homem não é culpado pelos assassinios que comete durante a guerra, pois é constringido pela força. Será responsável apenas pelas crueldades que venha a cometer. Ao examinar o conceito de bem e mal, Kardec coloca que, embora o mal nunca deixe de ser um mal, às vezes torna-se necessário (55).

Em *O Evangelho segundo o Espiritismo*, Kardec, comentando a mensagem evangélica citada anteriormente, onde se fala em oferecer a outra face, encontramos (56):

Levado o ensino às suas últimas conseqüências, importaria ele em condenar toda repressão, mesmo legal, e deixar livre o campo aos maus, isentando-os de todo e qualquer motivo de temor. Se se lhes não pusesse um freio às agressões, bem depressa todos os bons seriam suas vítimas.

O próprio instinto de conservação, que é uma Lei da Natureza, impede que alguém estenda o pescoço ao assassino. Enunciando, pois, aquela máxima, não pretendeu Jesus interdizer toda defesa, mas condenar a vingança.

55 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 638.

56 *O Evangelho segundo o Espiritismo* [14] cap. 12, item 8.

Dizendo que apresentemos a outra face àquele que nos haja batido numa, disse, sob outra forma, que não se deve pagar o mal com o mal; que o homem deve aceitar com humildade tudo o que seja de molde a lhe abater o orgulho; que maior glória lhe advém de ser ofendido do que de ofender, de suportar pacientemente uma injustiça do que de praticar alguma; que mais vale ser enganado do que enganador, arruinado do que arruinar os outros.

Na mesma obra, quando Kardec examina questões relacionadas à criminalidade, referindo-se à necessidade de uma atitude firme ante o delinquente, escreve: se não lhes pusesse *um freio às agressões, todos os bons seriam suas vítimas* ⁽⁵⁷⁾, e o criminoso, *confiante na impunidade, retardaria seu avanço* ⁽⁵⁸⁾.

O pensamento de Kardec se soma o pensamento de grande parte dos psicólogos sociais, que acreditam que a não-violência, levada ao extremo, em determinadas situações, poderia deixar o campo livre para o delinquente, além do que deixaria pessoas inocentes nas mãos dos criminosos.

Quem não lutaria para salvar uma criança nas mãos de um malfeitor? Como agir, por exemplo, se uma mulher é atacada por um estuproador? Se não for

57 *O Evangelho segundo o Espiritismo* [14] cap. 12, item 8.

58 *O Evangelho segundo o Espiritismo* [14] cap. 12, item 5.

possível evitar o mal de outra forma, a violência se impõe.

A não-violência deve ser prioritária, mas há situações em que não é eficaz. A violência será admissível quando a sua falta gerar um mal maior. A violência é melhor que a cumplicidade, que a fraqueza diante do horror, que a frouxidão diante do pior.

Em casos extremos, a sociedade deverá agir através de forças especiais, da polícia e de leis, para evitar o mal maior, preferencialmente através da prevenção. No entanto, há casos em que, seja individualmente ou por meio de instituições, é um dever lutar (e eventualmente até mesmo matar) para impedir um mal maior, mais mortos, mais covardias, mais sofrimentos, ou mais violência.

14. Revelação das faltas alheias

Outra questão que se apresenta nas relações pessoais: devemos advertir as pessoas em relação as suas faltas? E expor publicamente os seus defeitos?

Allan Kardec estudou essa questão. Segundo ele, compreender as fraquezas alheias é um dever, pois todos nós possuímos as nossas, e necessitamos da mesma compreensão. Devemos, portanto, ser muito caridosos com as pessoas, procurando valorizar o seu lado bom e não dando muito valor as suas imperfeições.

Todavia, quando estamos diante de uma pessoa de quem gostamos muito, um familiar muito próximo, ou um amigo muito querido, conversar com ele sobre uma atitude errada ou uma inclinação negativa, pode ser válido. É claro que tudo depende da intenção que nos move. Será que estamos realmente interessados no seu melhoramento, ou apenas, em diminuí-lo perante ele mesmo?

Algo muito importante: nossas críticas devem ser feitas de forma particular (nunca em público), gentil, amorosa, deixando claro que o que estamos

fazendo é por gostar muito dele. Necessário também que indaguemos a nossa consciência se a crítica que estamos fazemos, não pode aplicar-se a nós mesmos.

E quanto a expor publicamente os vícios e as faltas alheias? Comentar com outras pessoas, ou expor publicamente as faltas, os vícios e as imperfeições das outras pessoas é faltar com a caridade, portanto é uma atitude condenável.

Existem situações, no entanto, em que tal atitude possa se justificar: quando tem por objetivo reprimir o mal ou evitar um mal maior.

Podemos ler em *O Evangelho segundo o Espiritismo* ⁽⁵⁹⁾:

Pergunta: Haverá casos em que se deva revelar o mal de outra pessoa?

Resposta: É muito delicada esta questão e, para resolvê-la, necessário se torna apelar para a caridade bem compreendida. Se as imperfeições de uma pessoa só prejudicam a ela mesma, nenhuma utilidade haverá em divulgá-la, e isso nunca deverá ser feito. Se, porém, essas imperfeições podem acarretar prejuízo a terceiros, deve-se observar de preferência ao interesse do maior número. Segundo as circunstâncias, desmascarar a hipocrisia e a

59 *O Evangelho segundo o Espiritismo* [14] cap. 10, item 21.

mentira pode constituir um dever, pois mais vale caía um homem, do que virem muitos a ser suas vítimas. Em tal caso, deve-se pesar a soma das vantagens e dos inconvenientes.

Kardec coloca também que é imprescindível que aquele que torna público o mal do outro deva estar motivado pelo desejo sincero de prevenir um mal maior, e nunca de se beneficiar com isso. Além disso, que tenha autoridade moral para fazê-lo, ou seja, que ele não cometa o mesmo erro, ou outros erros semelhantes.

Segundo Kardec, *a única autoridade legítima é a que se apoia no exemplo que dá do bem* ⁽⁶⁰⁾.

60 *O Evangelho segundo o Espiritismo* [14] cap. 10, item 13.

15. Humildade

A humildade é o reconhecimento de nossa pequenez diante do Universo ⁽⁶¹⁾. Consiste na consciência das próprias limitações, que nos dá o sentimento exato das nossas fraquezas, mas também a plena consciência de nosso próprio valor e nos coloca na posição de aprendiz.

Etimologicamente o vocábulo humildade vem do termo latino *húmus*, que literalmente significa filhos da Terra, evocando a ideia de simplicidade. A humildade ensina que não devemos nos gabar, nem nos orgulharmos de nenhuma qualidade – quem se gabasse da sua humildade mostraria simplesmente que ela lhe falta. Assim ela torna as virtudes discretas, como que despercebidas de si mesmas, quase negadas.

A humildade não é a depreciação de si, não é a ignorância do que somos. Ao contrário, ela é o reconhecimento de tudo o que não somos; a tomada de consciência do verdadeiro valor. Mente todo aquele que exhibe dotes que não possui, quanto o indivíduo

61 *Pensamento e Vida* [11] cap. 24.

que os esconde e nega (62). Não se trata baixeza ou pequenez; privar-se daquilo de que se é digno é desconhecer seu valor real, a ponto de se interditar qualquer ação um pouco elevada, por nunca se acreditar capaz dela. Essa pequenez costuma traduzir-se por falta de autoestima ou desprezo por si mesmo. A baixeza é fazer de si menos caso do que seria justo. Humildade não é humilhação e nada tem a ver com ela.

Ser humilde é amar a verdade mais que a si mesmo, esvaziar-se de si próprio, admitir que nem sempre temos razão.

O humilde considera o valor que é próprio de todos os seres humanos e procura nunca prejudicá-los.

A humildade se manifesta também pela simplicidade. A simplicidade é um modo de se comportar espontâneo, sem afetação, sem pretensão de convencer ou se destacar. Identifica-se com vida sem exagero, sem complicações, sem sofisticções.

A simplicidade é liberdade, leveza, transparência, espontaneidade, desinteresse,

62 *Vida Feliz* [3] cap. 122.

desprendimento. É não querer provar nada aos outros, não prevalecer sobre o próximo, não parecer o que não se é.

O simples é aquele que não simula, que não presta demasiada atenção em si, em sua imagem e em sua reputação. Que não calcula o proveito que pode ter, que não tem artimanhas, nem segredos, que não tem segundas intenções. É antes a virtude da infância, como queria Jesus, mas a infância reencontrada, reconquistada, madura.

A inteligência age sempre procurando reduzir o mais complexo ao mais simples, e entre duas demonstrações ou duas teorias, os cientistas costumam privilegiar a mais simples.

16. Tolerância

A tolerância, por sua vez, é a virtude da compreensão e do entendimento fraterno ⁽⁶³⁾. Não pode ser entendida como a aceitação do erro, pois ao aceitá-lo nos tornamos cúmplices dele. Não seria virtude aceitar o estupro, a tortura, o assassinato. A humanidade só avança corrigindo seus erros. Aceitar o erro é colaborar para que ele continue existindo.

Tolerar é compreender. Compreender que o ser humano não está pronto, acabado, arrematado; que todos somos seres em construção. E como seres inacabados, necessitamos conviver pacificamente com as imperfeições alheias, porque nós também as possuímos.

Tolerar é também compreender que as diferenças que existem entre nós (de cor, de sexo, de orientação sexual, de nacionalidade, de condição econômica ou de escolaridade) representam algo de belo, desejável e tem um profundo significado: convivendo com o diferente é que vamos desenvolver a nossa afetividade, ampliando a capacidade de amar.

63 *Pensamento e Vida* [11] cap. 25.

A ausência de tolerância está sempre presente nos pensamentos preconceituosos e nas atitudes de discriminação.

Uma funcionária do setor de Recursos Humanos de uma grande empresa, conta o seguinte fato: ela havia sido convocada por um diretor a selecionar, através de entrevista, um profissional para a função de jornalista. Dezenas de candidatos se apresentaram. Momento antes de iniciar a seleção, ela foi chamada à sala do presidente da empresa, e ouviu dele a seguinte recomendação: *rapazes cabeludos ou com tatuagem e moças de piercing ou chinelinho de dedos elimine de cara.*

Como é cruel a expressão *elimine de cara!* Significa o mesmo que *não ouça, não deixe que ele se mostre, não permita que ele demonstre seu talento, julgue unicamente pela aparência*, revelando uma lamentável atitude excludente. Sabe-se que mulheres de boa aparência começam a vida profissional com maiores salários, e que são julgadas com menor rigor, ao cometerem um crime. Sabe-se, também, que homens mais altos conseguem progressão nas empresas muito mais rapidamente que os de baixa

estatura.

Por que não temos procurado no outro o que ele é na sua expressão profunda, na sua competência, na sua humanidade, nas suas virtudes? Até quando vamos permitir que pessoas sejam excluídas pela cor, pela idade, pela religião ou pela aparência?

Em um estudo pediu-se que os participantes se acomodassem em uma sala na qual havia uma pessoa deficiente. O participante podia escolher sentar-se perto do deficiente ou longe dele. Os resultados mostraram que, sempre que possível, as pessoas mantinham uma distância razoável do deficiente. Em outro estudo, em lojas estudadas na América do Norte, ficou notório que os vendedores se mostram menos amáveis com os (as) clientes obesos (as) do que com os(as) clientes de peso médio.

Mantêm-se grave em nosso país problemas como a discriminação religiosa, a exclusão social e étnica, a homofobia e a aversão ao estrangeiro. Um homossexual é morto por dia no Brasil em virtude da intolerância e 70% dos homoafetivos confessam que foram vítimas de situações constrangedoras, agressões físicas ou psíquicas. Rapazes e moças ainda

são excluídos pela própria família por questões sexuais.

As dificuldades no relacionamento com os estrangeiros, ou seja, pessoas nascidas em outros países, e que, por motivos diversos, vêm compartilhar os nossos espaços é um desafio que devemos superar com um espírito de inclusão e um sentimento de bondade. Na parábola do samaritano, Jesus escolheu um samaritano, que era um estrangeiro para os judeus, para ensinar que toda pessoa é nosso próximo, independente de qualquer coisa.

17. Misericórdia

A vingança, acertar contas com alguém que nos fez mal, parece ser a violação da Lei de Deus favorita de todo mundo. É óbvio que está errado, mas há algo na vingança que a faz parecer virtuosa. Há sempre alguém a incentivá-la. A vingança parece justificável porque vem a nós vestida com os trajes da justiça. Se alguém agiu mal, essa pessoa deve ser responsabilizada. No entanto, para qualquer um que leve a sério uma vida ética, isso é terminantemente errado.

A Misericórdia é a virtude do perdão. Mas, o que é, de fato, perdoar?

Se entendermos o perdão como apagar a falta, considerá-la nula, não acontecida e esquecer-la, isso não é possível. É um poder que não temos. O passado é irrevogável e nada pode fazer com o que tenha sido feito possa ser desfeito. Quanto a esquecer a falta também não é possível, a não ser que a nossa memória comece a falhar em decorrência da senectude ou de outro motivo. Nem deveríamos esquecer, nem que fosse por consideração a nossa

história e em caso de terceiros às próprias vítimas. Deveríamos esquecer o que fizeram os nazistas, os maoístas, os estalinistas? Não esquecer, até mesmo para que não volte a acontecer. Não esquecer igualmente por prudência: para que não venhamos novamente ser vítimas daquele indivíduo ou de outros que possam agir como ele. Certo comerciante o roubou: é imoral trocá-lo? Certo amigo o traiu: seria inteligente confiar nele da mesma forma que antes?

Perdoar não é apagar, perdoar não é esquecer, e não é também absolver (porque só a consciência do culpado é capaz de fazer) nem tampouco renunciar a punição, que deve ser efetivada, não por nós, mas por instituições competentes, objetivando o melhoramento do culpado. Tirar o poder de punição da mão da pessoa prejudicada e passá-lo para uma autoridade central foi um dos grandes passos para civilizar os seres humanos, dando-nos justiça imparcial em vez de vingança. E se a lei dos homens pode falhar, a Lei de Deus não falha nunca.

Então o que é o perdão? É *cessar de odiar*, e essa é a definição de misericórdia. Ela é a virtude que triunfa sobre o ressentimento, sobre o ódio, o rancor e

o desejo de vingança.

Perdoar é cessar de ter raiva de quem nos magoou, e conseqüentemente nos liberta de um vínculo negativo com a fonte que transgrediu contra nós.

Segundo a Psicologia Positiva, o núcleo do processo do perdão é abrir mão das emoções negativas, se retirar do papel de vítima, ou seja, escolher livremente cancelar a dívida, abrindo mão da necessidade de vingança ou punições merecidas e de qualquer busca de compensação.

A misericórdia não anula a vontade má, nem renuncia a combatê-la: ela se recusa a compartilhá-la, a somar ódio a seu ódio, egoísmo a seu egoísmo, cólera à sua violência. A misericórdia deixa o ódio ao odiento, a maldade aos maus, o rancor aos ruins.

O perdão não implica, necessariamente, no retorno à convivência do faltoso, nem na obrigatoriedade de se colocar como eterna vítima do agressor. Deus não pede isso de nós. Somos livres para renovar o destino quando quisermos, e ninguém é obrigado a suportar, a contragosto, a truculência e a

maldade do outro ⁽⁶⁴⁾. Voltar a conviver com aquele que nos traiu, humilhou, caluniou, ou nos prejudicou é opção nossa. Nada tem a ver com o perdão, que é algo que se dá no fundo do coração: um coração livre do ressentimento, mas desobrigado de continuar, permanentemente, como vítima.

Todavia é preciso considerar também que há sempre grandeza em dar uma nova chance. Retirar o amor do outro por um erro é esperar dele a perfeição, algo que não existe na Terra. Deus não para de nos amar a cada vez que fazemos uma coisa errada, nem deveríamos nós parar de amarmos uns aos outros, por termos sido menos perfeitos. Um erro não precisa levar à rejeição e à expulsão. Somos muito mais que nossos erros. Podemos errar em qualquer coisa na vida, sem sermos um erro como pessoas.

O perdão é uma virtude bastante louvável, pois cometemos faltas demais, somos miseráveis demais, fracos demais, vis demais, para que a misericórdia não seja necessária.

Escreveu Kardec ⁽⁶⁵⁾:

64 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 940.

65 *O Evangelho segundo o Espiritismo* [14] cap. 10. item 15.

Perdoar aos inimigos é pedir perdão para si próprio; perdoar aos amigos é dar-lhes uma prova de amizade; perdoar as ofensas é mostrar-se melhor do que era.

Algumas considerações sobre o perdão:

- A mágoa é um sentimento tão perturbador que ela nos aprisiona mentalmente aquele que nos feriu, como se o carregássemos dentro de nós. Damos ao ofensor o imenso poder de continuar agindo mentalmente sobre nós. O perdão nos liberta desse sentimento ruim, que nos faz muito mal. O perdão é um favor que fazemos a nós mesmos e não ao ofensor. Nutrir ressentimento só perpetua o poder do ofensor sobre nós. Ele continua a viver em nossa cabeça, reforçando nossa frustração e poluindo nossa imaginação com ideia de vingança. Ele pode ou não merecer perdão, mas nós merecemos mais do que desperdiçar nossa energia, irritando-nos com ele.
- É preciso admitir nossa possível parcela de responsabilidade no acontecido. Podemos não ser totalmente inocentes e, de alguma forma, termos motivado a raiva daquele que nos

ofendeu. Certa vez um discípulo procurou seu mestre para reclamar que era constantemente alvo de pequenas agressividades e indelicadezas. Protestou intrigado: Senhor, por que será que para onde quer que me vire há sempre alguém pisando no meu pé? Respondeu o mestre: É porque você ocupa tanto espaço que as pessoas não têm outra saída, senão pisar nos seus pés! ⁽⁶⁶⁾

- Nós, muitas vezes, voluntária ou involuntariamente também prejudicamos muita gente, através de atos ou palavras equivocados. E quantas inclinações indesejáveis que gostaríamos de esconder de nós mesmos! Devo perdoar o ladrão, pois já me ocorreu roubar. O mentiroso, pois, às vezes, minto. O egoísta, pois o sou. O covarde, pois eu poderia sê-lo. O infiel, pois não sei até que ponto resistirei às tentações.
- Muitos violadores das leis morais o fazem não por maldade, mas por ignorância, descuido, esquecimento, desequilíbrio emocional ou perturbação mental. Lembramos Jesus nos seus

66 *A Cabala da Inveja* [5] cap. 1.

últimos instantes na Terra: Pai, perdoa-lhes; eles não sabem o que fazem.

- Muitos culpados tiveram uma história diferente da nossa, sofreram influências familiares e sociais muito distintas. É claro que isso não o exime da responsabilidade pessoal, mas muda alguma coisa no juízo que fazemos dele. Como saber se educado como ele, no medo, na violência, no desamor, nas carências de toda espécie, não teríamos feito o mesmo que ele?
- Os maus são infelizes pelo simples fato de serem maus. A sua própria maldade é uma infelicidade. O bem-estar e a paz de espírito são construídos unicamente quando nossas ações se identificam com a Lei de Deus.
- Se fizermos ao ofensor o mesmo que ele nos fez, nos igualamos a ele. Perante a Lei de Deus, a vítima que não perdoa está em pior situação espiritual que o agressor que se arrependeu do crime.

IV - Educação moral

18. O autmelhoramento

A educação moral – o processo através do qual nos tornamos pessoas melhores, pode surgir naturalmente, como fruto do nosso amadurecimento, ou em decorrência de longo sofrimento renovador, que, sensibilizando-nos para o bem, nos desperta para os valores espirituais. Uns chegam pela compreensão natural, outros, pela dor, que também é um meio de despertar o desejo pela autotransformação.

A autoeducação pressupõe pelo menos três elementos: (1) é preciso conhecer, estudar, aprender, obter informações, sobre a vida, sobre o Espírito, sobre si mesmo; (2) é preciso refletir, ruminar, pensar sempre sobre o que está se aprendendo; (3) é preciso praticar, transformando em comportamento melhor o resultado de toda essa reflexão.

Ao estudar o egoísmo e o orgulho ⁽⁶⁷⁾, Kardec coloca que os conhecimentos apresentados pela Doutrina espírita são os mais poderosos elementos moralizadores, ao destruir o egoísmo e orgulho.

Kardec desenvolve esse pensamento mostrando

67 *Obras Póstumas* [17] O egoísmo e o orgulho.

que as ideias falsas que o homem tem de sua natureza, de seu passado e de seu futuro alimentam esses vícios morais. Não sabendo de onde vem, acredita ser mais do que é. Não sabendo para aonde vai, concentra todo o seu interesse na vida terrena, quer viver da forma mais agradável possível, quer todas as satisfações e todas as vantagens, sem considerar que isso pode fazer com que outras pessoas sofram.

Comenta Kardec que se o homem se identificar plenamente com a vida futura, com os conceitos de existência e sobrevivência da alma, da reencarnação, incorporando essas ideias em seu mundo íntimo, ele, naturalmente, vai mudar completamente a sua maneira de ver as coisas.

A importância da vida presente, tão triste, tão curta, tão efêmera, apaga-se diante do esplendor do futuro infinito que se abre à frente. A consequência natural, lógica, dessa atitude é sacrificar um presente transitório por um futuro durável, enquanto antes sacrificava tudo pelo presente. Se a vida futura se torna sua meta, pouco importa ter agora um pouco mais ou um pouco menos. Os interesses mundanos

são o acessório e não o principal; trabalha-se no presente para assegurar a posição no futuro e sabe-se em que condições se pode ser feliz.

Se voltar seus olhos para o alto, para uma felicidade que ninguém pode entravar, não terá interesse em prejudicar o seu próximo e o egoísmo não encontra mais espaço.

Desse modo, o homem é conduzido a ver todas as pessoas como seus irmãos e seus iguais. Essa é uma base natural para a fraternidade.

Uma vez trilhando esse caminho, o egoísmo e o orgulho não terão mais a mesma força e se apagarão pouco a pouco, por falta de objetivo e de alimento, e todas as relações sociais se modificarão, sob o império da caridade e da fraternidade bem compreendidas.

18.1 O conhecimento do bem

O automelhoramento começa pelo conhecimento (68). Buscar o conhecimento, desenvolver o raciocínio, ampliar as faculdades do pensamento são indispensáveis ao melhoramento pessoal. O desenvolvimento da inteligência faz com

68 *Pensamento e Vida* [11] cap. 5.

que o homem melhor compreenda a diferença entre o certo e o errado e lhe dá recursos mentais para decidir adequadamente (69).

O homem melhora, lembra Kardec, à medida que melhor compreende a Lei de Deus (70); à medida que os homens se esclarecem sobre as coisas espirituais, passam a dar menos valor às coisas materiais, e que esse é o caminho para de se destruir o egoísmo (71).

Quando os cientistas sociais examinam as causas do desenvolvimento moral verificado nos últimos séculos, principalmente, dos sentimentos humanitários, a aquisição de conhecimento é colocada como das mais importantes.

O conhecimento é um recurso extraordinário no funcionamento da mente, e, curiosamente, quanto mais se usa, mais se tem, pois o funcionamento da mente contribui no ganho de novos conhecimentos.

A reforma humanitária, caracterizada por uma redução das taxas de violência e criminalidade, associada a uma maneira diferente de ver o outro -

69 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 780a.

70 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 776.

71 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 740.

não como um estranho a quem devo rejeitar, mas como semelhante a quem me cabe acolher foi precedida por uma revolução da leitura.

Ler é uma tecnologia para mudança de pensamento. Quando nós temos na cabeça os pensamentos de outra pessoa, observamos o mundo do ponto de vista dessa pessoa e compartilhamos suas atitudes e reações. Abre-se para nós outras janelas para o mundo, entendemos que as coisas podem ser diferentes, sem que sejam necessariamente melhores ou piores, e encontramos recursos emocionais para acolher o outro. Até mesmo os romances, nesse particular, trazem à nossa mente, as aspirações e privações de pessoas comuns, e exercita a nossa habilidade de nos pôr no lugar do outro, o que, por sua vez, nos posiciona contra punições cruéis e outras violações dos direitos humanos.

Allan Kardec, educador por excelência, ressaltou a importância de se adquirir o hábito da leitura, do estudo e da pesquisa.

Com a Doutrina espírita aprendemos que não basta sermos bons, precisamos ser bons e

esclarecidos, instruídos e bem informados. Quantos infortúnios surgem em nossa vida, não por deficiências morais, mas por desinformação e falta de esclarecimento! Por isso, a necessidade de nos dedicarmos a leitura enriquecedora, a instrução permanente, a luta contra a preguiça intelectual e o comodismo mental.

Dentre todos os temas de estudo, se destaca o conhecimento do bem, ou seja, o reconhecimento de como as virtudes se manifestam, e de como agem as pessoas virtuosas.

O conhecimento do bem nos identificará com o conjunto das virtudes humanas, e com a sequência de ações que podem nos aproximar delas. Compreender como o bem se manifesta e, a partir daí, canalizarmos nossos pensamentos e ações em conformidade com o bem perfeitamente compreendido.

Assim, torna-se importante:

- Entender como agem os não invejosos.
- Examinar como se comportam os não ciumentos.
- Observar as ações de uma alma generosa.

- Identificar como se manifesta o não autoritarismo.
- Ver como se conduzem as pessoas acolhedoras.

Essas informações irão, paulatinamente, formando em nossa mente o ideal de virtude que nos compete adquirir.

18.2 O conhecimento de si mesmo

Em *O Livro dos Espíritos*, quando Kardec buscava se aprofundar no entendimento da natureza de Deus, os Espíritos, mostrando a ele a impossibilidade de tal coisa, disseram ⁽⁷²⁾:

Estudem as suas próprias imperfeições, a fim de se libertarem delas, o que será mais útil do que quererem penetrar o que é impenetrável.

Mas como podemos estudar as nossas imperfeições?

Estudiosos da Psicologia Social propõe alguns mecanismos práticos para o conhecimento pessoal, ou seja, algumas fontes de informação sobre nós mesmos. Vejamos quais são:

72 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 14.

Percepção de nosso comportamento.

Refere-se à reflexão que fazemos sobre nossas experiências, nossos atos e nossas palavras.

Esse mecanismo foi proposto pelo espírito Santo Agostinho, conforme se encontra em *O Livro dos Espíritos* (73):

Façam o que eu fazia, quando vivi na Terra: ao fim do dia, interrogava a minha consciência, passava em revista tudo o que eu havia feito, e perguntava a mim mesmo se não havia faltado com algum dever, e se alguém teve algum motivo para se queixar de mim. Foi assim que cheguei a me conhecer e a ver o que precisava de reforma.

Aquele que, todas as noites, fizesse o mesmo, analisando todas as ações que praticara durante o dia e perguntando a si mesmo quanto ao bem ou o mal que havia feito, rogando a Deus e aos bons Espíritos que o esclarecesse, grande força adquiriria para se aperfeiçoar, porque Deus o assistiria.

Façam perguntas a vocês mesmos, interroguem a sua consciência sobre o que tem feito e com que objetivo tem procedido em cada circunstância da vida, sobre se tem prejudicado alguém, se poderiam se envergonhar de alguma atitude cometida.

Perguntem ainda mais: Se Deus decidisse

73 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 919a.

agora que deveríamos retornar ao mundo espiritual, através da desencarnação, nos sentiríamos culpados ou teríamos vergonha de conversar com os Espíritos amigos, já que eles sabem tudo a nosso respeito?

Estudem sempre as suas ações e verifiquem se, em algum momento, fizeram algo contra Deus, depois contra o seu próximo e, finalmente, contra você mesmo. As respostas nos darão, ou o descanso para a nossa consciência, ou a indicação de um mal que precisa ser curado.

O conhecimento de si mesmo é, portanto, a chave do progresso individual.

A maneira pela qual nos comportamos constitui uma importante fonte de informação sobre como somos.

Se nos irritamos quando alguém faz um comentário menos elogioso a nosso respeito, podemos estar certos da presença da vaidade. Quando tentamos diminuir o valor de alguém que acaba de conseguir uma grande vitória, devemos registrar a inveja em nossa manifestação. Se nos incomoda darmos uma pequena quantia de dinheiro para uma instituição beneficente que nos pede ajuda, vamos reconhecer a presença da avareza e da mesquinhez. Se diante de uma repentina mudança de planos ficamos excessivamente chateados, se magoamos os

outros com atitudes e falas impensadas, ou fechamos a cara com a caixa do supermercado por nos parecer muito lenta estamos diante do orgulho. Quando percebemos que nunca conseguimos satisfazer o impulso de ter sempre mais, e que tendo realizado um desejo, já começamos a querer outra coisa, vamos admitir uma ambição exagerada.

Processos de comparação social. Podemos nos conhecer melhor a partir da comparação com nossos semelhantes.

Em *O Livro dos Espíritos* podemos ler (⁷⁴):

Quando estiverem indecisos sobre o valor de uma de suas ações, perguntem-se como a qualificariam se tivesse sido praticada por outra pessoa; se a censurarem em outros, ela não poderia ser mais legítima para a sua pessoa, porque Deus não usa de duas medidas para a justiça. Procurem também saber o que pensam os outros e não negligenciem a opinião de seus inimigos, porque eles não têm nenhum interesse em disfarçar a verdade e geralmente Deus os coloca ao seu lado como um espelho, para adverti-los com mais franqueza do que o faria um amigo.

Dirigir o olhar para fora pode nos ajudar a compreender quem somos por dentro. O

74 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 919a.

conhecimento próprio deriva, muitas vezes, do conhecimento dos outros e daquilo que os outros dizem a nosso respeito. Um comentário que nos desagrada pode ser profundamente revelador de quem somos e daquilo que ainda precisamos vencer. Observar a reação dos outros, verificarmos o que nos desaprova, identificarmos neles aquilo que não consideramos correto, e indagarmos a nós mesmos se não fazemos a mesma coisa é uma forma de autoconhecimento. Quando solicitaram ao filósofo grego Tales de Mileto uma regra de bem agir, ele disse: Nunca faça aquilo que lhe desagrada na ação dos outros.

Conhecendo nossas emoções e sensações. Nossas emoções costumam servir de guia quando, em diversas situações, procuramos conhecer nossos estados íntimos.

A observação de como reagimos intimamente em cada situação pode nos ajudar a melhor nos conhecer.

Se diante de alguém que conseguiu uma grande vitória surge em nós certa aflição ou insatisfação, vamos registrar o sentimento da inveja. Se a raiva

aparece quando somos levados a aguardar um tempo maior do que esperávamos, registramos a impaciência. Se certa inquietação íntima surge quando nosso parceiro ou nossa parceira interage amigavelmente com outra pessoa, estaremos registrando a emoção do ciúme.

A sensação da dor, o sofrimento físico ou moral, pode igualmente contribuir no entendimento de nosso mundo íntimo. Examinando com coragem e humildade a origem dos nossos infortúnios, podemos identificar os fatos que os geraram e as imperfeições relacionadas a eles.

Segundo Kardec (⁷⁵)

os sofrimentos que decorrem do pecado são-lhe uma advertência de que procedeu mal. Dão-lhe experiência, fazem-lhe sentir a diferença existente entre o bem e o mal e a necessidade de se melhorar para, de futuro, evitar o que lhe originou uma fonte de amarguras; sem o que, motivo não haveria para que se emendasse.

18.3 Dificuldade ao autoconhecimento

O autoconhecimento é uma ferramenta necessária e extraordinária no processo da

75 O Evangelho segundo o Espiritismo [14] cap. 5 item 5.

transformação moral, no entanto, se acompanha de dificuldades que, devem ser conhecidas.

O processo em si mesmo exige do sujeito envolvido um relativo discernimento, que só será visto em personalidades dotadas de certo amadurecimento pessoal. Isso porque lhe será necessário avaliar adequadamente cada ação pessoal, analisando se se trata de uma atitude correta ou não. O sujeito vai precisar também de uma boa dose de humildade, para admitir que possui esta ou aquela imperfeição. Grande parte dos aventos se considera apenas prevenido, e parte significativa das personalidades arrogantes dirá que não se trata de orgulho e sim de dignidade humana.

Lembra Kardec que *o orgulho leva o homem a disfarçar para si os seus próprios defeitos, tanto morais como físico* (76).

Necessário considerar também questões relacionadas aos mecanismos psicológicos de defesa de nossa personalidade. Tendemos a manter fora de nossa consciência tudo aquilo que nos provoca ansiedade e nos ameaça. Por isso, não é possível para

76 *O Evangelho segundo o Espiritismo* [14] cap. 10, item 10.

muitos de nós atingirmos certas características de nosso eu, porque nosso próprio inconsciente se recusa a admitir nossas fraquezas, para se proteger de sentimentos de vergonha ou culpa.

Agimos sempre tentando proteger nossa autoestima. A autoestima é a avaliação que fazemos de nós mesmos. Quando essa avaliação é positiva, dizemos que a pessoa tem elevada autoestima, e quando essa avaliação é negativa, dizemos que a autoestima é baixa.

Temos a tendência de manter uma imagem positiva de nós mesmos. Nosso inconsciente funciona como um ditador que censura tudo aquilo que é indesejável acerca de nós. Mantemos ilusões positivas a fim de nos sentirmos bem e continuarmos tendo uma autoimagem positiva.

Essa tendência é tão arraigada que frequentemente nos recusamos a reconhecer nossos erros, recorrendo a desculpas, negando o fato e outros mecanismos de defesa a fim de justificar nossos erros e manter intacta nossa autoestima.

Conta-se que um rei visitou a prisão real e conversou com os prisioneiros. Cada um que se

aproximava dele garantia a sua inocência, exceto um prisioneiro, que confessou ser um ladrão. O rei, então, mandando soltar o prisioneiro, exclamou: *Ponham este pilantra pra fora daqui, senão vai acabar corrompendo os pobres inocentes* (77).

O autoconhecimento, em realidade, vai além da identificação de nossas más inclinações, e se importa igualmente com a revelação de todos os traços de nossa personalidade, incluindo nossas boas qualidades, nossas habilidades úteis, além do reconhecimento de nossas potencialidades e limitações mentais, revelando a cada um até aonde pode ir, e como chegar lá. O autoconhecimento se identifica, enfim, com o desenvolvimento pleno de nossa humanidade e se relaciona com diferentes formas de conhecimento.

Assim, estudar anatomia é autoconhecimento, pois estamos usando um corpo que nos influencia tremendamente; estudar genética é autoconhecimento, pois este corpo é organizado por minúsculas estruturas, denominados genes; estudar psicologia é autoconhecimento, pois somos seres que temos uma estrutura psíquica complexa; estudar

77 *A Cabala da Inveja* [5] cap. 5.

sociologia é autoconhecimento, pois somos seres vivendo em diversas estruturas sociais, influenciando-as e sendo por elas influenciados; estudar antropologia é autoconhecimento, pois desde que começamos a nos expressar mais conscientemente estamos em uma cultura; estudar física e química é autoconhecimento, pois usamos uma estrutura energética e atuamos no mundo via energias; estudar filosofia é autoconhecimento, pois somos seres que pensam; estudar linguística é autoconhecimento, pois a forma de nos expressar linguisticamente fala muito do que somos; estudar os sistemas religiosos é autoconhecimento, pois somos criatura de Deus; estudar as práticas meditativas é autoconhecimento, pois experimentamos o contato com as nossas estruturas fundamentais; estudar educação é autoconhecimento, pois somos seres morais; estudar história é autoconhecimento, pois vivemos aquelas experiências e podemos aprender com elas; estudar Espiritismo é autoconhecimento, pois somos Espíritos. Mesmo porque a frase “conhece-te a ti mesmo”, de autoria incerta e inscrita na porta de entrada do Templo de Delfos, na Grécia, em sua versão completa diz assim: *Conhece-te a ti mesmo e assim conhecerás*

os deuses e o universo. O processo de autoconhecimento muda a forma como uma pessoa interage com o mundo e com as outras pessoas, abrindo a possibilidade para conhecer e aprender novas coisas.

Allan Kardec perguntou aos Espíritos se devemos nos esforçar por adquirir conhecimentos que só digam respeito às coisas e às necessidades materiais. Afinal, somos seres espirituais! Não deveríamos estudar apenas as coisas que interessam ao Espírito?

Eles responderam que nenhum conhecimento é inútil; todos mais ou menos contribuem para o progresso, porque o Espírito, para ser perfeito, tem que saber tudo. Todas as ideias adquiridas ajudam o desenvolvimento do Espírito. Além disso, os conhecimentos nos colocam em melhores condições de auxiliar as outras pessoas.

18.4 Disciplina e autocontrole

Kardec propõe que a raiz de todo mal está em nós mesmos. Assim, o autoconhecimento nos permite identificar a raiz de nossos comportamentos e ações

ruins. Por outro lado, se nossas ações expressam o bem verdadeiro, nós nos sentimos bem, e o autoconhecimento revela o bem que já existe em nós. Infelizmente, para a maioria de nós, ainda é muito mais frequente fazer o mal do que o bem.

Reconhecer as imperfeições morais e saber como o bem se manifesta são passos importantes no melhoramento espiritual, mas não podemos parar por aí.

Segundo uma pesquisa do Instituto Gallup de 2013, noventa por cento dos norte-americanos desaprovam a infidelidade conjugal, no entanto, cerca de metade dos homens casados e um quarto das mulheres casadas confessam ter traído o parceiro ou parceira pelo menos uma vez. Ou seja, eles consideram que agir certo é respeitar as relações afetivas constituídas (possuem o conhecimento), mas mesmo assim traíram a confiança do parceiro ou parceira (não praticam o conhecimento) (78).

Precisamos, então, de um programa educacional sério que transforme o conhecimento que vamos adquirindo sobre nós mesmo em ações práticas. Esse

78 *A paixão perigosa* [8] cap. 6.

programa consiste em um projeto de vida em que vamos deixar de fazer as coisas erradas, e nos concentrarmos nos pensamentos, palavras e atos que dignificam nossa vida, ou seja, focados no bem, no belo, no nobre, no útil, no justo e no sadio. É possível ser melhor aqui e agora, independente das condições que estejamos vivendo. Mas cada um pode melhorar numa escala diferente não é possível ficar se comparando com os outros é preciso se comparar consigo mesmo.

O pensamento conhece-te a ti mesmo, que habitualmente é compreendido como o reconhecimento de nossas imperfeições é muito mais do que conhecer, se aplica também a agir a partir do conhecer.

Perguntaram a uma criança espírita de oito anos, em que consistia a reforma íntima. Ela disse: *“Na gente parar de fazer o que gosta e só fazer o que não gosta.”*

Essa resposta curiosa retrata uma perspectiva do processo do automelhoramento: deixarmos de fazer o que já sabemos ser errado e fazermos somente aquilo que é certo. Com o tempo, as atitudes

corretas passarão a fazer parte de nossa vida, e nos tornaremos uma pessoa justa, generosa, humilde, mansa e misericordiosa. É claro que este ajuste deve incluir todos os nossos comportamento. Por exemplo, se alguém busca praticar a humildade mas ainda permanece muito egoísta, o comportamento nunca será satisfatório, o que pode levar a conflitos e a um sentimento de culpa.

Façamos uma analogia. Temos um balde cheio de água suja e desejamos trocá-lo por outro com água limpa, mas não podemos, simplesmente, jogar a água fora. O que fazer? Colocá-lo embaixo de uma torneira onde corre água limpa. Com o tempo a água suja transbordará do balde, sendo, paulatinamente, substituída pela limpa.

Em *O Livro dos Espíritos* encontramos o seguinte pensamento (⁷⁹):

Há virtude em resistir-se voluntariamente ao mal que se deseja praticar, sobretudo quando há possibilidade de satisfazer-se a esse desejo.

Resistir ao mal nos traz o conceito de autocontrole, força de vontade, luta consigo mesmo. Ora, só lutamos contra aquilo que não foi derrotado,

⁷⁹ *O Livro dos Espíritos* [15] questão 894.

que ainda existe em nós sobre a forma de desejo. O texto, todavia, é confortador: há virtude simplesmente em resistir: não fazer, quando se pode, mas não se deve.

Em verdade, o conceito de resistir ao mal deve ser entendido como uma ação que visa reduzir o excesso, minimizar o exagero, pois aprendemos com Kardec que as imperfeições são decorrentes do excesso ou exagero de sentimentos, que nos são próprios e necessários à vida corpórea (o instinto de conservação). Temos necessidades reais e necessidades imaginárias. As reais são pertinentes ao processo evolutivo, mas as necessidades imaginárias são criações de nossa mente em artifícios para o prazer. O desejo inconsequente e insaciável de prazer é responsável pelas mais diversas aflições humanas ⁽⁸⁰⁾.

Se o egoísmo, os vícios e paixões derivam do excesso do sentimento de conservação, compete-nos, no processo de automelhoramento, colocar esse sentimento em suas bases, retirar dele os excessos e exageros. Isso será feito, não destruindo as fontes de prazer, que são naturais e necessárias à vida na Terra,

80 *Momentos de Alegria* [2] cap. 13.

mas, sim, não permitindo que esses prazeres nos dominem. E, que, também, não sejam sentimentos geradores de discórdia e infortúnios para os outros.

Importante aqui considerarmos a diferença entre *desejo* e *vontade*. Desejo tem a ver com a ideia de querer, mas como um projeto, uma proposta, algo que se dará no futuro. Vontade, por sua vez, tem a ver com a prontidão do ato, a ação e a realização já, desejo que acontece, uma ação presente. Muitos fumantes desejam parar de fumar, mas continuam fumando. Isso porque eles têm o desejo, mas não têm a vontade.

Podemos ler em *O Livro dos Espíritos* ⁽⁸¹⁾:

Há muitas pessoas que dizem: Quero, mas a vontade só lhes está nos lábios. Querem, porém muito satisfeitas ficam que não seja como querem. Quando o homem crê que não pode vencer as suas paixões, é que seu Espírito se compraz nelas, em consequência da sua inferioridade. Compreende a sua natureza espiritual aquele que as procura reprimir. Vencê-las é, para ele, uma vitória do Espírito sobre a matéria.

Para vencermos nossas más tendências necessitamos dessa importante ferramenta: a

81 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 911.

vontade. A vontade é a tradução prática do nosso querer. Quando queremos ou desejamos algo de verdade, movimentamos interiormente o impulso da vontade, que se caracteriza por uma disposição de conseguir, de obter. Segue-se, então, o esforço que desenvolvemos neste trabalho de conquistar o que idealizamos.

Kardec perguntou aos Espíritos se poderíamos sempre vencer as nossas más tendências.

A resposta evoca uma censura, mas, ao mesmo tempo, é confortadora (⁸²):

Sim, e às vezes com pouco esforço. O que lhe falta é a vontade. Ah! Como são poucos os que se esforçam!

A resposta traz uma censura, pois afirma que poucos de nós temos efetivamente nos dedicado à superação de nossas imperfeições morais. Mas ao mesmo tempo é confortadora, pois mostra que, com poucos esforços, nos valendo da vontade, podemos desenvolver as virtudes que já existem em nós. Este exercício da vontade inclui, por exemplo, a compreensão da “vontade” de Deus (através de suas leis), a valorização do bem que já somos capazes de

82 O Livro dos Espíritos [15] questão 909.

realizar e a valorização do bem que existe nos outros.

Aos poucos, as virtudes se mostrarão nas pequenas atitudes do dia a dia, nos valendo da disciplina dos atos e pensamentos, no controle das tendências inferiores e na vontade canalizada para as forças do bem. Ao reconhecer o valor da vontade aplicada à disciplina pessoal, entendemos a necessidade de produzirmos ações que sejam contrárias às ações que expressam o mal que queremos vencer. Uma observação atenta dos nossos atos e pensamentos comuns permitirá que facilmente evitemos, no dia a dia, aqueles que são negativos.

Vejamos um exemplo: peço algo emprestado a alguém e a outra pessoa nega meu pedido. No dia seguinte, esta mesma pessoa vem me pedir alguma coisa. Eu me lembro do que aconteceu no dia anterior, e por isso também nego o pedido dela.

Assim, a maior parte de nós tem agido até agora, dando o troco na mesma medida. É ainda a velha ideia do olho por olho e dente por dente. Se estivermos dispostos a mudar pra melhor, o que fazer em tal situação? Diremos: *Claro, amigo, posso te ajudar!* Essa atitude não será tomada facilmente, sem

custo emocional, porque “alguma coisa” dentro de nós diz que devemos negar, afinal, ele nos negou antes (essa “alguma coisa” são as nossas imperfeições morais, que insistem em continuar nos dominando e geram, por exemplo, um sentimento de vingança).

A vontade sincera de sermos pessoas melhores levará nossa atenção para o bem que podemos fazer e não apenas para o mal que nos foi feito.

Alguém dirá: mas como podemos ter controle sobre nossos sentimentos? O que fazer para deixarmos de gostar de uma pessoa comprometida? Como não sentir ciúme de alguém, se esse sentimento surge sem que tenhamos controle sobre ele? Como deixar de nos sentirmos frustrados pelas conquistas e vitórias de outros, se o despeito brota automaticamente, sem que, muitas vezes, a gente nem se dê conta disso?

É verdade; não temos controle sobre nossos sentimentos; eles surgem mesmo contra a nossa vontade. Mas podemos impedir as suas manifestações! Não temos controle sobre os sentimentos, mas temos absoluto controle sobre nossas ações! Como vamos lidar com esses

sentimentos, como vamos agir diante desses impulsos depende apenas de nós mesmos!

No *Evangelho segundo o Espiritismo* podemos ler (⁸³):

Afaste cuidadosamente tudo o que lhe possa entrar a marcha para o objetivo eterno.

Vigiando e disciplinando o nosso proceder, deixando de seguir o que pede o coração, quando o que ele pede não é bom, é algo que está ao nosso alcance. É exatamente isso que se chama de autocontrole. Kardec usou para isso a palavra abnegação. Abnegar-se consiste no sacrifício voluntário dos próprios desejos, abrindo mão das tendências equivocadas, em nome do bem que queremos aplicar em nossa vida. Kardec considerava a abnegação como o meio mais eficaz de combater as más inclinações (⁸⁴). Pois só há virtude quando abrimos mão de algo que é nosso em prol de outro. A renúncia ao interesse pessoal está no próprio entendimento de virtude. Só se é virtuoso quando se supera o próprio interesse.

83 *O Evangelho segundo o Espiritismo* [14] cap. 21, item 8.

84 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 912.

Kardec escreveu (⁸⁵):

A caridade e a fraternidade resumem todas as condições e todos os deveres sociais, mas supõem abnegação. Ora, a abnegação é incompatível com o egoísmo e o orgulho.

Quando auxilio uma família que passa por privações em sua compra do mês, estou abrindo mão de um recurso financeiro que é meu em benefício dela.

Quando passo uma tarde visitando enfermos nos hospitais, conversando com velinhos solitários nas instituições de idosos, fazendo deveres com crianças que têm maior dificuldade estou renunciando a um tempo, que é meu, em benefício deles.

Quando me calo diante de uma ofensa, me afasto de um local para evitar confusão, ou tolero opiniões que não concordo estou renunciando ao próprio eu para não agredir alguém numa atitude de confronto.

Lemos em *O Livro dos Espíritos* (⁸⁶):

A sublimidade da virtude, porém, está no sacrifício do interesse pessoal, pelo bem do

85 *Obras Póstumas* [17] O egoísmo e o orgulho.

86 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 893.

próximo, sem pensamento oculto.

Estaremos, então, praticando as virtudes quando pensamos o mínimo possível em nós mesmos, para pensarmos nos outros, falando menos a nosso respeito, a respeito de nossos feitos, dos feitos de nossos filhos, e dos nossos problemas.

Quando calamos diante de uma provocação, aprendendo a desculpar e examinando, serenamente, as críticas que nos são feitas, acolhendo aquelas que têm fundamento e ignorando, sem mágoa, as que não se justificam.

Quando prestamos a máxima atenção às pessoas quando se comunicam conosco, falando sem ofender e ouvindo sem se sentir ofendido. Não precisamos sempre dar a última palavra. Quando tratamos como igual aquele a quem a proporção de forças que prevalece na Terra colocou, momentaneamente, em condição inferior a nós, nos tornando menos rigorosos com nossos subordinados e mais compreensivos com as falhas alheias.

Quando entendemos que pedir ajuda não é admissão de incompetência, e que somos muito mais do que nossos erros.

Quando assumimos compromisso diário com o exercício da humildade, apagando-nos para que se eleve o brilho dos outros, e não humilhando os que sofrem com a exibição de nossos bens.

Quando adquirimos o hábito de considerar as necessidades alheias, trocando o meu programa para pensar em nossos programas.

Quando admitimos que ninguém é obrigado a continuar ao nosso lado, se já não deseja mais, e se nosso parceiro anseia por se identificar com uma vida nova, não devemos nos comportar como algema ou prisão.

Quando nos contentamos com o necessário, não contribuindo com a onda extravagante de consumo, e não criando necessidades falsas, que acabam tornando mais sofrida as diferenças sociais.

Quando compreendemos que aqueles que estão numa situação de carência de recursos não são os únicos responsáveis por isso, e deixamos de acreditar que tudo que conseguimos se deve apenas ao nosso esforço, desconhecendo a contribuição das múltiplas forças que atuam sobre nós.

Quando não nos espelhamos nas pessoas ditas famosas que exibem, sem vergonha, as suas chagas morais, narrando os abortos que praticaram, a autorização para a eutanásia, a multiplicação dos parceiros sexuais, os adultérios por vingança ou simplesmente por vulgaridade, os preços a que se entregam, as perversões que os caracterizam, negligenciando os sentimentos daqueles que os veem ou leem, em lamentável comércio de degradação moral (87).

Quando nos envolvemos, gratuitamente, em tarefas voltadas ao bem comum, esquecendo o entretenimento e buscando o serviço útil sempre que possível. A prática do bem exterior é um ensinamento e um apelo para que cheguemos à prática do bem interior.

Quando reconhecemos que, embora a força, às vezes, seja necessária, só há grandeza na doçura, na mansidão e na bondade.

87 *Vitória sobre a depressão* [4] cap. 3.

19. O bem na prática

Neste capítulo apresentamos algumas reflexões simples e objetivas que sintetizam as principais ideias que foram discutidas ao longo do estudo. São pensamentos essenciais para aqueles que desejam construir uma personalidade identificada com a justiça, o amor e a caridade. Não colheremos resultados de imediato. Não é da noite para o dia que vamos sentir um amor incondicional, por todas as criaturas. Precisamos reorientar nossa mente e nosso coração; mas, se aliarmos vontade, perseverança e paciência o melhoramento se dará com o tempo.

19.1 O crime não compensa

Ladrão que rouba ladrão merece cem anos de perdão e a ocasião faz o ladrão são expressões frequentemente empregadas no Brasil e que procuram justificar o roubo, ou reduzir a sua gravidade. Ou ainda a expressão *jeitinho brasileiro*, que por um lado revela a habilidade de sair de situações complicadas, e, por outro, mostra que a malandragem aparece e pode prejudicar terceiros. Ou também a lei do Gerson, segundo a qual se deve levar vantagem em tudo, não

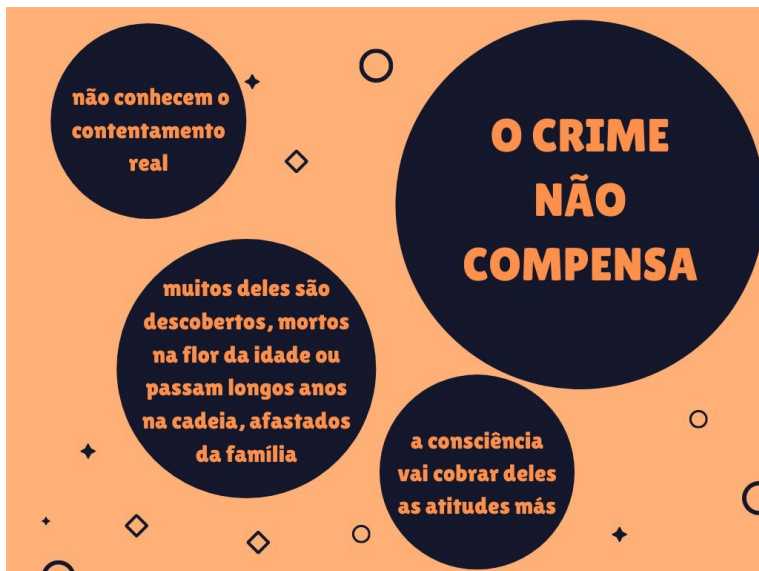
importando se estamos agindo de forma correta ou equivocada.

A verdade é que temos muitas dificuldades em levar uma vida honrada. Aí estão o empresário e o político que enriqueceram através de propinas e desvio de dinheiro público, os guardas e fiscais que aceitam uns trocados para facilitar as coisas, ou os ladrões comuns, os traficantes, os assaltantes de banco. Diante de tudo isso há quem acredite que não vale a pena ser honesto. Quando homens reconhecidamente desonrados desfilam em seus carros de luxo, ou são vistos em suas mansões podemos ter a impressão de que o crime compensa.

Grande engano pensarmos assim. Não podemos acreditar nas aparências e precisamos examinar essas condições com mais profundidade.

Primeiro, esses homens não conhecem o contentamento real: vivem atormentados pelo medo de serem pegos pela polícia e ficarem eles e seus familiares desmoralizados pela opinião pública. Muitos acabam se viciando em drogas e álcool, tomando altas doses de calmantes e sendo obrigados a lidar com outros tantos bandidos que, muitas vezes vivem de

chantagens e de exigências absurdas. Seus filhos, por outro lado, muitas vezes, só lhes trazem aborrecimento, pois, seguindo o exemplo dos pais, se perdem nas trilhas do crime.



Segundo, muitos deles são descobertos, mortos na flor da idade ou passam longos anos na cadeia, afastados da família. É curioso notar que a população carcerária, em maioria esmagadora, é formada de pessoas jovens, o que nos leva a pensar que bandidos raramente envelhecem, pois morrem antes.

Terceiro, em algum momento, a consciência vai cobrar deles as atitudes más. Eles tomarão ciência do sofrimento ocasionado e só encontrarão a paz quando

repararem todo o mal feito. Nossa consciência é um juiz implacável. Durante algum tempo conseguimos resistir aos seus apelos, sempre à custa de muita angústia e desespero, mas o momento do despertar surge sempre. Só o bem tranquiliza a alma e dá a alegria de viver. Quando lesamos o outro, lesamos a nós mesmos, pois todos estamos interligados na teia do amor divino.

Existe a história de um homem que começa a fazer um furo no barco onde ele se encontrava. Reprovado pelos demais passageiros, retrucou que nada tinham a ver com sua atitude, pois fazia o buraco sob seu próprio assento. Consciência coletiva não é mero jogo de palavras, ou frase de efeito político, mas representa a nossa própria sobrevivência. É infantilidade de nossa parte acreditar que nossas ações não têm consequências. Tudo na vida tem as suas consequências. Se não conseguimos identificá-las na atual existência, certamente, as veremos nas existências seguintes.

Apenas quando jogamos dentro das regras damos significado profundo a nossa vida.

Somente o que adquirimos através do trabalho

honesto nos pertence de verdade.

Escreveu Allan Kardec (88):

Propriedade legítima só é aquela que foi adquirida sem prejuízo de outro.

19.2 O que falamos e como falamos define o que pensamos

A palavra é um instrumento da vida para a comunicação e para o entendimento entre as pessoas. Sob o aspecto moral, através da fala nós ensinamos, esclarecemos, consolamos, estimulamos e promovemos as pessoas. Também, através da fala, humilhamos, desprezamos e ferimos. A linguagem mostra a nossa qualidade moral, e afeta de forma profunda aqueles que convivem conosco. Palavras rudes e ofensivas sempre causam algum tipo de dano físico ou psíquico. Palavras gentis são geradoras de estímulos e fazem muito bem àqueles a quem são dirigidas.

No Evangelho de Mateus encontramos a seguinte passagem, dita pro Jesus (89):

Mas, o que sai da boca, procede do

88 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 884.

89 Mateus 15:18.

coração, e isso contamina o homem.

Se estamos conscientes da necessidade de buscarmos o belo, o bom, o justo, o nobre, o correto e o útil em todas as nossas ações, devemos ter um cuidado especial com as expressões que habitualmente empregamos.

Nas atividades de socorro material patrocinadas por instituições públicas ou nos serviços sociais vinculados a diferentes religiões dois termos são empregados, frequentemente: *assistidos* e *carentes*.

Esses termos são empregados corriqueiramente, nos Centros Espíritas, para se referirem a pessoas de baixa condição socioeconômica ou de baixa escolaridade, o que já pode sinalizar uma postura de exclusão: eles (os mais simples e pouco escolarizados) têm nome para qualificá-los, enquanto os outros (de nível socioeconômico mais elevado) não.

Além de induzir-nos a uma atitude mental separatista (os que têm nome para qualificá-los e os outros, os que não têm) as palavras *assistidos* e *carentes* não são adequadas, porque não expressam a realidade da vida. Muitos de nós podemos, em muitos aspectos do cotidiano, ser muito mais carentes que as

peças simples: carentes de amor, de paz, de dignidade profissional, de respeito no lar, de experiências na dor, de luta dura para sobreviver. Portanto, carentes, de uma forma ou de outra, todos nós somos.

O termo *assistidos*, por sua vez, expressa uma postura de arrogância: os que detêm o poder, o conhecimento e a força econômica assistem aos que não possuem nada disso. O contrário, muitas vezes, é o que se vê. Pessoas simples e pouco escolarizadas, mas detentoras de sabedoria e muito amor no coração assistindo emocionalmente e afetivamente a tantos outros, ricos materialmente falando, mas paupérrimos do ponto de vista espiritual. Assistidos, todos somos, graças a Deus, pelos bondosos Espíritos que nos auxiliam nas lutas da vida.

Assim, nas tarefas de socorro material, importante examinar o que damos e como damos, para sermos coerentes com as seguintes palavras de *O Evangelho segundo o Espiritismo* ⁽⁹⁰⁾:

Dai delicadamente, juntai ao benefício que fizerdes o mais precioso de todos: uma boa palavra, uma carícia, um sorriso amigo. Evitai

90 *O Evangelho segundo o Espiritismo* [14] cap. 13, item 18.

esse ar de proteção que equivale a revolver a lâmina no coração que sangra.

19.3 Se não amamos as pessoas como elas são, então não é a elas que amamos

A Dra. Elizabeth Kübler-Ross, psiquiatra que se dedicou aos doentes terminais, conta que, certo dia, ao encerrar um seminário, aproximou-se dela uma senhora e lhe disse (⁹¹):

Participei do seu seminário no ano passado, e ao voltar para casa eu só conseguia pensar no meu filho de dezoito anos. Todas as noites quando chego em casa, ele está sentado na bancada da cozinha, usando aquela horrível camiseta desbotada que ganhou de uma das garotas com quem sai. Fico com medo que os vizinhos pensem que não temos meios de vestir apropriadamente os nossos filhos. Ele simplesmente fica sentado ali com os amigos. E que amigos! (ao dizer isso seus olhos se encheram de repulsa). Então, eu começo chamando a atenção dele por causa da camiseta, depois critico os amigos, e assim por diante. Bem, é desse jeito que tem sido nosso relacionamento.

Pensei no exercício do final da vida que fizemos durante o seminário. Compreendi que a vida é uma dádiva e não a terei para sempre. E também não vou ter aqueles que amo sempre a

91 *Os segredos da vida* [19] cap. 1.

minha volta. Realmente pensei nisso tudo. A senhora pediu que imaginássemos a morte de nossos entes queridos e eu imaginei a morte dele. Se meu filho morresse amanhã, como eu me sentiria com relação à vida que proporcionei a ele?

Entendi que eu sentiria um profundo conflito a respeito do nosso relacionamento. Imaginei então o enterro dele. Eu não o enterraria com um terno, pois sei que ele detestaria. Teria mesmo que enterrá-lo com a droga daquela camiseta de que tanto gosta. E quem estaria presente me consolando? Seus amigos esquisitos.

Compreendi então, que apesar de querer amá-lo na hora da morte pelo que é e por aquilo que gosta, não estava disposta a dar-lhe essa dádiva em vida.

De repente percebi que a camiseta possui um enorme significado para ele. Seja por que motivo for, ela é a sua roupa predileta. Naquela noite quando cheguei em casa, abracei-o dizendo que eu o amava do jeito que ele era. Eu me senti tão bem por abandonar as expectativas, por deixar de colocar condições e parar de tentar corrigi-lo, simplesmente amando-o do jeito que ele é. E eu acabei descobrindo que meu filho é adorável exatamente como é.

Só iremos estabelecer relacionamentos saudáveis em nossa vida, quando abrirmos mão das condições que colocamos no nosso afeto pelos outros. E geralmente impomos as condições mais duras

àqueles que amamos. Fomos criados assim, desde pequenos. Aprendemos quando crianças que seríamos amados se fôssemos educados, tirássemos boas notas, sorríssemos para a vovó ou lavássemos as louças do jantar. Fizemos de tudo para sermos amados, sem nunca percebermos que se tratava de um amor condicional, e, portanto, falso. Hoje reproduzimos isso em nossos relacionamentos. Mas as pessoas de nossos relacionamentos precisam, sobretudo, que prestemos atenção nelas, como elas são. É tudo o que as pessoas desejam: alguém que olhe para elas e gostem delas com seu jeito próprio de ser. Esse olhar é, antes de tudo, um olhar atento, no qual nos esvaziamos de todas as nossas expectativas para recebê-lo tal qual ele é, com toda a sua verdade. Sem coação, sem exercermos todo o poder que dispomos.

Não há amizade que se sustente numa relação de poder que torne o outro inferior ou desigual. É preciso que as diferenças não diminuam a amizade e que a amizade não diminua as diferenças (92).

92 Simone Weil, citada em *A condição operária e outros estudos sobre a opressão* [7] pág. 63.

19.4 Ninguém é bom só porque não é mau

Muitas pessoas acreditam que pelo fato de não fazerem mal a ninguém, são pessoas boas. Enganem-se. O bem é uma força ativa, positiva, que passa a existir quando canalizado em direção das carências e das causas justas.

Acreditarmos que, acomodados confortavelmente em nossa poltrona, vendo pela TV o mundo pegar fogo, chegaremos, por milagre, a solução dos problemas humanos é um grande equívoco. Os grandes problemas humanos são criados pelos homens vivendo em comunidade. Só os homens em comunidade conseguirão resolvê-los. Viver como um eremita, fechado em nosso mundinho, reclamando de Deus e do mundo, lamentando disso e daquilo e afirmando que não é problema nosso, faz de nós pessoas mais egoístas, indiferentes e omissas.

Allan Kardec estabeleceu, quando estudava a finalidade da encarnação dos Espíritos, que cabe a cada um de nós *fazermos a nossa parte na obra da criação*. Isso porque a construção de um mundo melhor é obra coletiva. A indiferença é uma força extremamente negativa. E contagiosa também. Se eu

sinto que os outros não colaboram, eu me sinto à vontade para não colaborar. Mas o inverso também é contagioso. Se eu me envolvo, sensibilizo outros a se envolverem também, e assim, sucessivamente, criamos uma forte corrente em prol dos objetivos a serem alcançados: um mundo mais justo, menos sofrido, mais solidário e conseqüentemente mais venturoso.

Chico Xavier, além de suas ocupações profissionais e do trabalho mediúnico, encontrava tempo para dedicar-se a atividades sociais não remuneradas. Aos 19 anos foi eleito 2º secretário da UAO - “União Auxiliar Operária”, entidade sem fins lucrativos. Aos 23 anos de idade foi eleito e empossado 1º secretário do “Pedro Leopoldo Futebol Clube” (93).

Nesse exercício de cidadania duas frentes são necessárias: o combate às carências e o esforço educativo. Carências de toda ordem pedem o nosso concurso efetivo: carências materiais, afetivas, sociais, intelectuais e morais solicitam a boa vontade ativa das almas sinceras no desejo de bem servir.

93 *Chico Xavier em Pedro Leopoldo* [22].

O esforço educativo caminha junto do socorro emergencial. Para extirparmos o egoísmo do coração dos homens e conseqüentemente das relações sociais, Kardec propõe a educação ⁽⁹⁴⁾. Não apenas a educação escolar, que é necessária, mas não basta por si só; precisa-se igualmente da educação moral, que é a mudança de comportamento. Necessário abrimos mão de nosso estilo de vida, competitivo e individualista e que nos incentiva a colocar-nos sempre em primeiro lugar, para nova maneira de ser, solidária e participativa, onde cuidamos uns dos outros.

Educação: não há outra saída. Nosso herói não deveria ser o policial, ou o bombeiro, o médico, o engenheiro, o advogado, o empresário ou o político, nem o juiz, o padre ou o trabalhador. Deveria ser o educador. Mas não se educa apenas nas escolas e cursos profissionais, educa-se em uma simples conversa, esclarecendo, orientando, informando, estimulando e consolando. Todo aquele que ensina, educa; e quem educa contribui para uma sociedade melhor.

A habilidade máxima do ser humano deveria ser

94 O Livro dos Espíritos [15] questão 914.

alcançar a posição de educador. As maiores e mais poderosas figuras de nossa civilização foram mestres. Foi o único título que Jesus aceitou. A economia e a política não podem ditar os rumos de uma nação. Ambas são apenas instrumentos de pessoas que foram educadas com a função de encontrar opções práticas para os problemas de sobrevivência e convivência. A educação antecede a tudo. Deus faz sentido na educação, a moral só existe na educação, e o sentimento de fraternidade é obra da educação.

19.5 Faltar com a verdade pode, às vezes, ser a opção menos ruim

Considera-se hipocrisia como a imperfeição moral que faz o indivíduo aparentar ser o que não é de verdade. A virtude que se opõe a ela é a sinceridade.

A sinceridade é a virtude que rege nossas relações com a verdade, ou o respeito à verdade com a exclusão da mentira. A pessoa sincera identifica seus atos e palavras com sua vida interior e não mente a ninguém; preocupa-se mais com a verdade do que com a opinião pública, fala e age de forma autêntica. A sinceridade nos mostra tais como somos, sem disfarce. Trata-se, enfim, de amar a verdade mais

que a si mesmo.

Uma discussão que frequentemente acontece é a de que até que ponto a melhor solução é expor completamente a verdade. Dizer à namorada delicada e gentil que sua maquiagem ficou horrível, e falar ao marido amoroso que sua barriga aumenta a olhos vistos talvez não seja o mais caridoso!

Alguns dizem: *“A verdade sempre e acima de tudo!”*. Outros garantem: *“A verdade será sempre a meta e o ideal, mas a inverdade pode ser o mal menor!”*

Quem mais aguerridamente defendeu a ideia da verdade em qualquer circunstância, independentemente de suas possíveis consequências, foi o filósofo alemão do século XVIII, Immanuel Kant. Segundo ele, a mentira nunca é uma virtude, é sempre uma falta, sempre um crime, sempre uma indignidade. Como a verdade é um dever absoluto, ela vale em todas as circunstâncias, não tolera a menor exceção. A intenção aqui não entra em jogo. Não há mentira piedosa, nem generosa; toda mentira é condenável.

Segundo André Comte-Sponville ⁽⁹⁵⁾, Kant encontrou discordâncias em sua própria época, antes dele e depois dele. Aristóteles, na antiguidade grega, Baruch Espinoza (século XVII), Benjamin Constant (século XVIII) e no século XX, Vladimir Jankélévitch, professor da Sorbonne, morto em 1985, não proibiam em absoluto a mentira.

Aristóteles, em *Ética a Nicômaco*, admite casos em que seria permitido mentir, quando a mentira não seria contrária à caridade e ao amor a outrem.

Os que pensam de forma diferente de Kant dizem o seguinte: se for preciso mentir para resistir ao mal, para salvar a quem se ama, ou salvar um inocente não há a menor dúvida de que se deva mentir. Quando não há outro meio, ou quando todos os outros meios são piores, é preciso se contentar com o mal menor, e a mentira pode ser um deles.

Se assassinos lhe perguntassem se seu amigo, ou um inocente que eles perseguem, está refugiado em sua casa, a verdade seria a opção adequada? Ou se um moribundo que nunca soube lidar com situações difíceis desejasse saber seu real estado de

95 *Pequeno tratado das grandes virtudes* [9] questão 914.

saúde, dizer-lhe que a morte se aproxima seria o mais desejado?

Trata-se de dar muita importância a si mesmo, tão preocupado com sua integridade, com sua dignidade, ou em preservar a sua consciência, entregar um inocente a um assassino, ou um doente terminal ao desespero.

Pode-se, assim, pensar-se em uma *mentira caridosa* ou *mentira justa*.

Na literatura espírita temos a considerar o pensamento de Emmanuel ⁽⁹⁶⁾. O benfeitor define a mentira como a ação capciosa que visa o proveito imediato de si mesmo, em detrimento dos interesses alheios em sua feição legítima e sagrada.

Vale ressaltar que, segundo Emmanuel, a mentira se encontra na ação interesseira, maldosa, de quem falseia uma dada situação com objetivos escusos. A mentira seria a deturpação da verdade para conseguir-se algo, prejudicando alguém. Se estou negociando um veículo várias vezes acidentado, afirmando ao comprador que se trata de um carro que nunca se acidentou, isso é mentir.

96 *O Consolador* [10] questão 192.

A posição de Emmanuel ante a inverdade caridosa se explicita no livro *Renúncia*, quando Alcíone, o personagem principal da obra, Espírito de alta condição evolutiva engana a mãezinha para evitar que ela sofra. Coloca o autor: (...) *amparada por uma força invisível que jamais conseguiria definir, abraçando a mãezinha doente, sentiu que era indispensável mentir para confortar; esconder a verdade dura, de modo a não abrir chagas mais cruéis. Sentindo-se forte e bem disposta ao influxo das forças desconhecidas que a amparavam, beijou a enferma com muito carinho, enquanto esta a interrogava com um sorriso de confiança (...)*

Joanna de Ângelis, por sua vez, propõe (97):

A verdade reflete luz mirífica, aclaradora de incógnitas, que jamais fere ou aflige. É como pão, que deve ser ingerido sem exagero, ou como linfa, que merece ser sorvida na quantidade exata. À medida que nutre e dessedenta, acalma e felicita, enriquecendo de compreensão e afabilidade aquele que a penetra. Jamais a apliques com dureza, qual se fosse uma arma para destruir os outros, pois que, assim tornada, perde a finalidade precípua que é a de libertar.

97 *Vida Feliz* [3] cap. 139.

E ainda ⁽⁹⁸⁾:

Sê amigo da verdade, sem a transformares numa arma de destruição ou de ofensa [...] Ademais, a tua pode não ser a verdade real, senão, um reflexo dela. E mesmo que o fosse, não estás autorizado a esgrimi-la com finalidades perturbadoras.

Negligenciar a verdade não é uma boa atitude, e tal forma de agir nunca deve ser comemorada, mas em um mundo em que predominam o mal e a ignorância, algumas vezes, é a única opção que nos resta. Kardec admite que, embora o mal nunca deixe de ser um mal, às vezes torna-se necessário ⁽⁹⁹⁾.

19.6 Nem pior, nem melhor: diferente

As sociedades se transformam com o tempo, e com ela os costumes, os hábitos e as relações interpessoais. Em nossos dias, as transformações na estrutura da família são tão profundas, que muitos cientistas sociais falam em uma nova família.

As relações sexuais precoces, descaracterizando o namoro tradicional, o crescente número de divórcio e novas uniões criando relações parentais que eram

98 *Vida Feliz* [3] cap. 143.

99 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 638.

raras no passado, a nova relação dialógica pais e filhos, a maior expectativa de vida, exigindo da família maiores cuidados com o idoso enfermo e as relações homoafetivas (muitas delas com filhos) são algumas características da nova família. Muitos de nós nos deparamos com enormes dificuldades em lidar com todas essas coisas novas, acreditando que pelo fato de serem diferentes, são piores ou menos adequadas.

Para vivenciarmos o sentimento de fraternidade real precisamos trocar as lentes dos óculos através dos quais enxergamos a vida e as pessoas. Não significa abrimos mão do que somos e fazemos o que os outros fazem apenas para parecer modernos. Mas entender que as pessoas podem ser diferentes sem ser piores.

Pedir que os outros pensem com a nossa cabeça seria exigir que o mundo se adaptasse aos nossos caprichos, quando é nossa obrigação adaptar-nos, com dignidade, ao mundo dentro da firme disposição de ajudá-lo ⁽¹⁰⁰⁾.

A disposição sincera em admitir modos de pensar, de agir e de sentir diferentes dos nossos e de

100 *Pensamento e Vida* [11] cap. 25.

respeitar as diferenças sejam elas físicas, ideológicas ou comportamentais mostra amadurecimento espiritual.

Compete-nos respeitar os companheiros que se situam em posições diferentes da nossa, até mesmo aqueles que consideramos equivocados. Todos estão realizando experiências: uns se edificam, outros retificam, diversos se complicam. Cada qual sabe quanto lhe custa a situação em que se encontra. Ser bondoso não significa concordar com sua atitude, mas vivenciar o sentimento de caridade.

É claro que comportamentos que prejudicam terceiros ou motivados pelo ódio, pelo preconceito e discriminação nunca serão considerados como algo natural, que nos compete aceitar. Isso seria conivência com o erro. Segundo Kardec as crenças que conduzem ao mal são condenáveis ⁽¹⁰¹⁾ e nos compete reprimir os atos exteriores de uma crença quando acarretam qualquer prejuízo a pessoas em particular ou a comunidade como um todo. É certo, todavia, que esse procedimento deve ser feito, a exemplo de Jesus, de forma branda e esclarecedora, evitando, sempre que possível, o uso da força, o que nos tornaria pior do que

101 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 840.

aqueles que desejamos convencer ⁽¹⁰²⁾.

19.7 Pau que nasce torto não precisa morrer torto

Muita gente pensa que nossas más inclinações, por fazerem parte de nossa personalidade, vão nos acompanhar a vida toda, não podendo ser eliminadas. Esse é o significado do dito popular *pau que nasce torto morre torto*. Essa ideia foi divulgada também pela música Gabriela, tema de abertura da novela da TV Globo, no ano de 2012: *Eu nasci assim, eu cresci assim, e sou mesmo assim. Vou ser sempre assim*.

Se isso fosse verdade, de nada valeriam nossos esforços para vencer as inclinações ruins. A reforma íntima seria um conceito vazio e pensar nisso seria absoluta perda de tempo. Mas, felizmente, esse pensamento está equivocado. O melhoramento pessoal é uma realidade e é para buscar esse melhoramento que vivemos as diferentes existências corpóreas, patrocinadas pela reencarnação. Todos conhecemos pessoas que conseguiram imensa vitória sobre seus vícios e paixões. Nós mesmos, se examinarmos atentamente nosso passado, vamos

102 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 841.

verificar que fizemos coisas das quais nos envergonhamos hoje, e não faríamos novamente.

Através do autocontrole podemos impedir que tendências e inclinações ruins se manifestem. Um estudo realizado com estudantes universitários na América do Norte mostrou que 80% deles tiveram vontade de matar outra pessoa nos últimos doze meses, mas nenhum deles fez isso. A mesma pesquisa mostrou que 35% dos estudantes do sexo masculino confessaram ter vontade de fazer sexo com uma mulher, sem o consentimento dela, violentando-a. Mas nenhum deles nunca fez isso (¹⁰³).

Estudos na área da Psicologia têm mostrado que o autocontrole pode ser comparado com um músculo: se desenvolve mais quanto mais exercitado. Autocontrole é uma palavra usada para designar a força de vontade, o domínio que podemos exercer sobre os impulsos inferiores, como os vícios, a violência e muitos outros.

Os pesquisadores fizeram o seguinte: pediram a um grupo de pessoas que durante certo tempo fizessem coisas ou deixassem de fazer coisas que

¹⁰³ *Homens maus fazem o que homens bons sonham* [24] cap. 11.

eram difíceis para elas, como por exemplo: ficar sem comer doces, ingerir álcool, ou comprar coisas desnecessárias, não interromper ninguém enquanto o outro está falando, não comunicar nada pessoal, não iniciar frases dizendo eu, ficar sem ver TV, ler um livro por semana, nunca deixar a louça acumular na pia, caminhar 30 minutos por dia. Depois de várias semanas de treinamento, os participantes mostraram, através de testes específicos, um maior autocontrole em suas vidas, ou seja, quanto mais nos esforçamos para resistir às tentações, menos difícil fica controlá-las.

Podemos cultivar a faculdade do autocontrole ao longo do tempo e as pessoas que fazem isso são mais saudáveis e mais satisfeitas com sua vida ⁽¹⁰⁴⁾.

19.8 Ser bom faz muito bem

Por que nos preocuparmos com assuntos relacionados ao bem e o mal? Por que sermos virtuosos? Em que sentido o conhecimento de tudo isso, pode melhorar a nossa vida?

Há cerca de 20 anos surgiu uma nova disciplina

104 *Os anjos bons de nossa natureza* [23] cap. 9.

na Psicologia, denominada Psicologia Positiva, que se diferencia da Psicologia como um todo porque se propõe a estudar as qualidades dos seres humanos, em vez de seus problemas. A Psicologia tradicional se pergunta: *o que há de errado com as pessoas?* A Psicologia positiva se pergunta: *o que há de certo com as pessoas?*

A Psicologia Positiva vem estudando, com rigor científico, as virtudes: como elas se caracterizam, e o que trazem de bom para o ser humano.

As pesquisas da Psicologia Positiva têm mostrado que as pessoas que procuram cultivar as qualidades boas são mais felizes, mais saudáveis emocional e fisicamente, desfrutam de uma convivência mais gratificante com a família e são melhores amigos.

Muitos estudos têm relacionado o trabalho voluntário e a participação em comunidades que lutam para o melhoramento da comunidade com um maior bem-estar pessoal. Ajudar os outros faz com que as pessoas se sintam muito bem consigo mesmas.

Sabe-se também que ao vivenciar emoções

positivas (alegria, bom humor, gratidão) temos mais probabilidades de ajudar outras pessoas, raciocinarmos de uma forma melhor e produzir soluções para os nossos problemas.

Em um estudo sobre isso, os pesquisadores verificaram que médicos que recebiam dos pacientes, antes da consulta, um presentinho, como balas ou doces, apresentaram um raciocínio clínico e tomada de decisões superiores em relação aos que não receberam ⁽¹⁰⁵⁾.

Tem sido visto também que pessoas ativamente religiosas são mais felizes e enfrentam melhor as crises.

Em síntese, certo e errado são uma questão de aumento ou diminuição no bem-estar. A moralidade, ou seja, o conjunto de atitudes, escolhas e comportamentos que afetam a felicidade e o sofrimento de outras pessoas, igualmente, afeta a felicidade e o sofrimento de todos nós.

Allan Kardec, cerca de 150 anos antes dos estudos e conclusões da Psicologia Positiva, apresentava os mesmos conceitos. Ao perguntar aos

105 *Psicologia Positiva* [21] cap. 7.

Espíritos, em que consiste a felicidade dos bons, eles disseram que essa felicidade estava no fato de não sentirem ódio, nem ciúme, nem inveja, nem ambição, nem qualquer das paixões que ocasionam a desgraça dos homens (106).

Kardec desenvolveu essa ideia, mostrando que a felicidade completa prende-se à perfeição, isto é, ao desenvolvimento máximo de todas as virtudes.

Kardec mostra que toda imperfeição é, por sua vez, causa de sofrimento e de privação de alegria, do mesmo modo que toda virtude é fonte de alegria e paz interior. Não há uma única imperfeição da alma que não se acompanhe de emoções negativas. O ciúme, a inveja, a mágoa, a impaciência nos fazem sofrer em decorrência delas mesmas, dos sentimentos ruins de que elas se acompanham. O ciúme nos faz sofrer ante a possibilidade real ou imaginária de existir uma terceira pessoa entre nós e a pessoa amada. A inveja nos faz sofrer ante aquilo que os outros têm e nós não possuímos. A impaciência nos faz sofrer sempre que temos que esperar.

Kardec esclarece que a soma dos sofrimentos é,

106 *O Livro dos Espíritos* [15] questão 967.

assim, proporcional à soma das imperfeições, como a soma das alegrias é proporcional à soma das qualidades boas. A alma que tem dez imperfeições, por exemplo, sofre mais do que a que tem três ou quatro; a alma que possui dez qualidades boas tem mais alegrias do que outra menos rica dessas qualidades ⁽¹⁰⁷⁾. Certo dia, um cidadão muito bem-vestido, com traços finos, procurou Chico Xavier e lhe disse: - Sabe Chico, eu não sei o que acontece comigo. Sou financeiramente independente (tenho vasto patrimônio), bem de saúde, tenho excelente esposa, filhos amoráveis, netos saudáveis. Tenho tudo para ser feliz, mas não sou. O que me falta, Chico? E o médium respondeu de pronto: - O que lhe falta é a alegria dos outros!

Chico Xavier estava lhe dizendo que a maneira de se sentir melhor consigo mesmo é encontrar alguém para ajudar; fazer com que sua vida seja necessária. A melhor cura para o sentimento de tristeza com a própria vida é estender a mão e auxiliar outra pessoa. A melhor prescrição para acrescentar alegria à própria vida é compartilhá-la com outros. Que ele devia deixar mais pessoas entrarem em sua

107 *O Céu e o Inferno* [13] parte 1 cap. 7.

vida, se importando com elas. Deixá-las agradecidas por lhe terem conhecido.

Ajudar alguém é a melhor cura para nossa própria sensação de não ter lugar no mundo. A cura mais acessível para a sensação de desesperança é a consciência de que há pessoas e causas que dependem de nós, que ficarão melhores com a nossa participação; a consciência de que podemos fazer diferença no mundo (¹⁰⁸).

108 Simone Weil citada por *A condição operária e outros estudos sobre a opressão* [7] pág. 73.

20. Reflexão final: entre o possível e o impossível

Muitas pessoas dizem que a prática do bem e a vivência das virtudes, conforme apresentamos neste estudo, são impossíveis em nossa condição evolutiva atual. No entanto, o que nos parece impossível em uma época torna-se possível em outra. As coisas mudam, amadurecemos e aos poucos vamos avançando e adquirindo novas habilidades pessoais. Isso se verifica igualmente com as virtudes: fazendo o bem, nos tornamos bons; cultivando a modéstia, nos tornamos humildes; exercitando a paciência, nos tornamos pacientes.

As virtudes existem como uma pequena semente no mundo íntimo de todas as pessoas. Ninguém é inteiramente desprovido de solidariedade para com os outros. Se vemos uma criança na borda de um poço, imediatamente corremos para salvá-la. Não fazemos isso por interesse próprio. Não paramos para averiguar se ela é nosso parente ou não. Assim agimos não porque queremos agradar aos pais dela ou porque nos irritamos com seus gritos de socorro. Não há tempo para esse tipo de cálculo; simplesmente

sentimos na pele sua angústia. Se cultivarmos assiduamente essa tendência ela adquirirá força própria. Trata-se da água limpa que lentamente vai expulsar a água suja do balde.

Tornar-se uma pessoa boa deve ser um projeto de vida. O desejo sincero de sermos pessoas melhores, associado à vontade de que isso aconteça de verdade, nos levará a ações que, paulatinamente, estarão incorporando em nossa personalidade as qualidades virtuosas. Afinal, tudo concorre a favor daqueles que fazem o certo: alguma coisa misteriosa nesse universo é cúmplice dos que só amam o bem.

Bibliografia

- [1] Divaldo Ângelis Joanna; Franco. *Conflitos Existenciais* (ver página 31).
- [2] Divaldo Ângelis Joanna; Franco. *Momentos de Alegria* (ver página 75).
- [3] Divaldo Ângelis Joanna; Franco. *Vida Feliz* (ver páginas 59, 85).
- [4] Divaldo Ângelis Joanna; Franco. *Vitória sobre a depressão* (ver página 78).
- [5] Nilton Bonder. *A Cabala da Inveja*. 2a. Imago, 1992 (ver páginas 34, 42, 65, 73).
- [6] Nilton Bonder. *A Cabala do Dinheiro*. 1a. Imago, 1999 (ver página 35).
- [7] Ecléa Bosi. *A condição operária e outros estudos sobre a opressão*. 1a. Editora Paz e Terra, 2007 (ver páginas 82, 88).
- [8] David Buss. *A paixão perigosa*. 2a. Editora Objectiva, 2000 (ver páginas 32, 75).
- [9] André Comte-Sponville. *Pequeno tratado das grandes virtudes*. 2a. Editora Positivo, 2009 (ver páginas 41, 84).
- [10] Francisco Cândido Emmanuel; Xavier. *O Consolador* (ver página 84).
- [11] Francisco Cândido Emmanuel; Xavier. *Pensamento e Vida* (ver páginas 43, 51, 59, 61, 70,

86).

[12] Allan Kardec. *A Gênese*. Traduzido por Guillon Ribeiro. FEB, 1860 (ver páginas 21, 23).

[13] Allan Kardec. *O Céu e o Inferno*. Traduzido por Guillon Ribeiro. FEB, 1860 (ver páginas 13, 37, 88).

[14] Allan Kardec. *O Evangelho segundo o Espiritismo*. Traduzido por Guillon Ribeiro. FEB, 1860 (ver páginas 13, 18, 23, 42, 52, 55-58, 64, 73, 77, 81).

[15] Allan Kardec. *O Livro dos Espíritos*. Traduzido por Guillon Ribeiro. 2ª edição. FEB, 1860 (ver páginas 7, 8, 13, 15-18, 21, 35, 41-43, 45-47, 49, 53, 55, 64, 70-72, 75-77, 80, 83, 85, 86, 88).

[16] Allan Kardec. *O que é o Espiritismo?* Traduzido por Guillon Ribeiro. FEB, 1860 (ver página 13).

[17] Allan Kardec. *Obras Póstumas*. Traduzido por Guillon Ribeiro. FEB, 1860 (ver páginas 38, 69, 77).

[18] Allan Kardec. *Revista Espírita 1862* (ver página 42).

[19] David Kübler-Ross Elizabeth; Kessler. *Os segredos da vida*. 1a. Editora Sextante, 2004 (ver página 82).

[20] Harold Kushner. *As nove lições que aprendi sobre a vida*. 1a. Editora Best Seller (ver página 44).

[21] Snyder e Lopes. *Psicologia Positiva*. 1a. ArtMed, 2009 (ver página 87).

[22] Divaldinho Mattos. *Chico Xavier em Pedro Leopoldo*. 1a. Editora Didier, 2007 (ver página 83).

[23] Steven Pinker. *Os anjos bons de nossa natureza*. 1a. Companhia das Letras, 2015 (ver página 87).

[24] Robert Simon. *Homens maus fazem o que homens bons sonham*. 1a. ArtMed, 2014 (ver página 86).

[25] Adolfo Sanchez Vásquez. *Ética*. 36a. Editora Civilização Brasileira, 2014 (ver página 41).

[25] Adolfo Sanchez Vásquez. *Ética*. 36a. Editora Civilização Brasileira, 2014 (ver página 41).