

Separata do livro *Dimensões do Cuidar* da Coleção UNIPAZ/CIT pela Editora Vozes RJ
– no prelo

Do Mistério e do Fim do Sofrimento

Moacir Amaral

Sinto-me grato e muito alegre de estar aqui.

O que tenho eu para oferecer, para compartilhar? O que pode ser tão significativo que traga algo para o coração de cada um? Algo como uma semente viva, que nos fecunde, que nos modifique profundamente, que nos carregue um pouco mais em direção a nós mesmos? E, ao mesmo tempo, alimente em nós as forças para o cuidar?

Convido a todos para um mergulho. Para um lugar aparentemente muito pequeno, muito restrito: para o lugar do encontro muito especial entre duas pessoas, para o encontro terapêutico. Digo aparentemente pequeno porque tenho noção que de pequeno não tem nada. Um dia, atendendo um cliente que trabalha na área financeira com microcrédito, cuja intenção é atingir milhões de pessoas, caiu-me a ficha “e eu trabalho com você; com quantas pessoas trabalho?”

Esse tem sido o meu trabalho ao longo da vida, meu principal trabalho, embora eu também tenha participado, nos últimos 15 anos, como conselheiro e professor, de uma escola vivencial que forma terapeutas, que é a Dinâmica Energética do Psiquismo - DEP e trabalhe com grupos em workshops e cursos. O trabalho do meu coração é este que faço no consultório, com o outro, pessoa a pessoa. E é desse momento que eu quero falar aqui: do encontro. Esse não é um encontro qualquer, pois a pessoa que busca o terapeuta ou o médico, que busca o cuidador, ela busca porque está em sofrimento. A pergunta essencial desse encontro é a pergunta que Parsifal poderia ter feito a Anfortas se seu coração estivesse maduro para a compaixão: “O senhor está sofrendo?” A pergunta que salvaria a terra e o reino, restauraria a saúde do mundo.

O mundo estava decaindo, a vida morria nos campos, os feudos se deterioravam. A ferida do rei do Graal não se curava, sua dor não encontrava linimento, seu coração não encontrava paz. Parsifal imaturo não foi capaz de fazer a pergunta e, por isso, foi expulso da Távola Redonda, condenado a errar pela terra. Até que pode curvar-se ao mistério da Vida e a Graça inscreveu seu nome no Cálice que colheu o sangue de Cristo na cruz e ele pode voltar à cerimônia sagrada do Graal e, humilde e compassivo, finalmente perguntar: “Senhor, o que o faz sofrer?”

Proponho, então, essa reflexão sobre o sofrimento. Porque, para mim, é um grande mistério o sofrimento humano. Claro, existe o sofrimento óbvio do acidentado, da dor

excruciante de um câncer ósseo, do desespero da falta de ar, da dor aguda de uma isquemia, de um cálculo renal. Quero olhar para o sofrimento subjetivo dos saudáveis, igualmente doloroso e sem causa aparente. Esse o mistério que me desperta o coração.

Quando menciono a palavra “mistério” sempre me lembro de uma frase de Caetano Veloso sobre o Gilberto Gil. Caetano falou assim: “Gil tem cada vez menos segredo e cada vez mais mistério”. Uma fala poética que abre um caminho imenso para a compreensão, essa diferenciação essencial entre mistério e segredo.

Segredo envolve segregação e exclusão, pois o fato que esconde tem que ser oculto para sempre, uma verdade que não pode vir à tona, sob a ameaça de fazer ruir a ordem estabelecida que, ainda que doentia, é o conhecido, em luta para permanecer e continuar. Já o mistério, ao ser considerado, libera sua força no sistema, intensificando a vida, alimentando o coração. Parafraseando Jean-Yves de outro momento, um ídolo carrega segredos, sejam bênçãos ou maldições, designados para se conseguir resultados; um ícone é pleno de mistério, sua presença desperta para o Ser essencial.

Mistério pede compreensão. Mistério permanece mistério e assim fecunda o Ser. Segredo pede seu findar pela exposição e transparência, mas não para denegrir os implicados e, sim, para restaurar a saúde do sistema. No entanto, na vida do dia a dia, assim, sem pensar, inconscientemente, vivendo o cotidiano automaticamente, queremos guardar os nossos segredos, e tirar proveito disso. Queremos expor os segredos dos outros e tirar proveito disso. Segredos escondem não só o que não pode ser revelado, mas, principalmente, o medo de ser descoberto, desmascarado, exposto. Só faz aumentar o sofrimento do mundo. Já o mistério nos coloca diante do desconhecido com humildade; coloca-nos diante do outro de uma forma muito especial, uma atenção que escuta, que observa; uma intenção que aprende. Um estado de ser que não compara nem julga. Todos temos segredos, ou não temos; mas mistério é o que somos. Ser é mistério.

Como abordar o mistério que o outro é? O que é preciso para que possamos receber o mistério que o outro é? Vocês já se depararam com isso? Olhar nos olhos do outro e perceber o mistério? Perceber que você não sabe nada sobre ele ou ela? Que estamos diante de um desconhecido? Não só de um desconhecido, mas do próprio Desconhecido? Que por mais que ele ou ela lhe conte de sua vida, por mais que ele ou ela se expresse, o que você sabe? E na maioria das vezes aquele que está na nossa frente também não sabe nada sobre si mesmo. Por “saber de si mesmo” não estou falando do conhecimento analítico, técnico, do conhecimento intelectual. Estou falando do saber que é sabor, do saber que é sabedoria, vivência que saboreamos e que é maior, que é muito maior que as palavras, que não cabe nas palavras.

Aquele que nos procura no momento de sofrimento, aquele que busca terapia, buscando ajuda, busca a cura; busca libertar-se de algo que o acompanha sorrateiro, que mina suas forças, suspende suas capacidades, tira a alegria de viver... Vocês já imaginaram o que é nascer com o cordão umbilical enrolado no pescoço? Já pensaram no que é nascer numa família que não o recebe, que não o acolhe? O que é crescer num ambiente de *bullying*, de abuso, de desconsideração e exclusão? Vocês já pensaram que para uma criança pequena a simples ausência de um olhar amoroso é uma falta quase insuperável?

Porque para o desenvolvimento do nosso cérebro, das camadas celulares do córtex pré-frontal, nós necessitamos, no primeiro ano de vida pós-nascimento de um olhar amoroso, de um semblante que nos olhe com interesse e consideração, que nos receba assim como somos, que esteja feliz de nos ver. Necessitamos disso para nosso desenvolvimento cerebral, para que as células se multipliquem, para que a estrutura cerebral pré-frontal se construa! Se você não tem isso, essas células não se desenvolvem. Capacidades são perdidas, talvez para sempre. E essa é uma informação acurada, da neurociência. Então vocês imaginam a pressão que a gente vai experimentando ao longo da vida, o sofrimento que se propaga. Para mim o grande mistério é o sofrimento humano. O que não é nenhum segredo.

Aqui, na tenda deste Encontro, estou num lugar privilegiado; com a visão do alto posso ver a todos, e os arredores; estou vendo bambus se mexendo ao vento; estou vendo o sol se espalhando pela vegetação; estou vendo casas lá longe; estou vendo um pouquinho do céu que hoje está cinza; estou vendo vocês todos – são olhares brilhantes, olhares interessados. O que estou vendo só evoca beleza em mim. E se vocês olharem em volta, olharem nos olhos de cada um ao seu lado, o que vocês vão ver é algo muito grande. E eu me pergunto: Como que diante disto a gente sofre? Como que diante da maravilha que é a natureza, o ser humano, o mundo, que é a Terra a gente sofre? Como pudemos construir tanto sofrimento humano?

Eu moro em São Paulo, capital; moro na zona sul de São Paulo, perto de Santo Amaro. Há alguns anos tive um emprego no centro da cidade. Isso significava uma hora de trânsito todos os dias. Sei que sempre que se ouve falar do trânsito de São Paulo, vem uma cara feia junto com isso, uma reclamação, o tempo que se perde no trânsito, o estresse. No entanto, os anos em que estive nesse trânsito diário por pelo menos uma hora cada dia foi um privilégio, porque eu tinha uma hora de meditação diária dentro do carro. Naquela época não existia telefone celular, não tinha demanda nenhuma, a Rádio Cultura em São Paulo só toca música clássica, sem propaganda. Era uma bênção! Eu não tinha nenhuma demanda externa, exceto da beleza que eu podia enxergar e eu descobri que São Paulo tem muitas árvores, tem pássaros, tem flores. Tem até grafites bonitos! Tem também muita sujeira... Mas tem grafites muito bonitos. Era uma hora de meditação e paz todos os dias! Não havia com que se preocupar. Eu sabia que

colocar meu carro ali era como entrar em um vagão do qual eu sairia uma hora depois no meu destino. Uma hora e quinze, uma hora e meia depois. Então eu saía com tempo suficiente e chegava sempre na hora. E tinha esse tempo só para mim, inteiro, em paz, com um profundo contemplar de mim mesmo e da beleza daquela cidade que se costuma chamar de “selva de pedra”, como toda cidade grande. Eu me renovava no trânsito de São Paulo. Uma experiência muito especial, que recomendo a todos.

Muitos amigos e colegas falam da hora de trânsito que é um sofrimento atroz, uma prisão, um desperdício de tempo, e de vida. Incrível! E quando relato isso que acabei de contar, a pessoa me olha atônita, desconfiada, querendo adivinhar se não estou apenas me divertindo com a cara deles. Então pergunto, de onde será que eu estava funcionando naquele momento? De que lugar dentro de mim? Em que estado de ser eu me encontrava? Porque o sofrimento é um mistério. O que é que nos faz sofrer?

Em um ambiente seguro como este, posso olhar o sofrimento de um lugar muito profundo. Posso me arriscar a contemplar o sofrimento em sua origem. Porque isso é muito sério. Vou trazer uma imagem da Bíblia, uma metáfora bíblica que nos serve diante do sofrimento. É a imagem de Lúcifer. Por favor, imaginem a vastidão sem forma e vazia, o movimento sem começo e sem fim da totalidade indiferenciada. Nesse movimento imutável, Deus se distingue e nesse ato espiritual cria o Céu e a Terra. No Céu, o mundo espiritual, somente Deus e seus anjos. É a imagem da perfeição, não é? A comunhão perfeita, a integração perfeita. Deus e seus anjos. Lúcifer, o Portador da Luz, é o mais brilhante de todos os anjos.

Lúcifer olha para tudo aquilo, aquele paraíso espiritual de bondade, beleza e verdade, e se sente mal: “Não está bom, não está bom! O que Deus criou não é totalmente bom. Viver aqui não é bom. Eu quero mais. Eu quero criar um mundo melhor do que este. Eu posso fazer algo melhor do que isto, melhor do que Deus”. E Lúcifer se ergue diante de Deus, o confronta, o afronta com sua arrogância. E cai. Não é essa a metáfora? Não é essa a queda de Lúcifer?

Alguém já se perguntou sobre o sofrimento dessa criatura? Sim, o sofrimento de Lúcifer! Que vivendo na perfeição do Céu não conseguia usufruir totalmente dessa beleza, dessa bondade, da verdade que era presente ali? Queria mais, queria fazer melhor, queria ser melhor. A divisão interna que ele experimentava? Alguém já pensou nisso? Não o sofrimento por ter sido expulso, mas o sofrimento que o movia a querer mais, querer fazer melhor – o que era presente ali não era suficiente para ele? E ninguém ali para lhe perguntar: “Você está sofrendo? O que acontece que o que é não lhe basta? Que dor o consome, irmão?”

Essa foi a queda de Lúcifer! Essa divisão, a dor, o sofrimento de não poder ficar com o que é, querer mais. Ser melhor que Deus. Essa é a própria queda. O melhor é o inimigo do bom. E Lúcifer caiu. Consciente de si mesmo, separado de Deus. Expulso do Céu.

E no paraíso na terra, no Jardim do Éden, Lúcifer oferece o fruto da Árvore do Conhecimento a Adão e Eva prometendo a Eva que ela teria todo conhecimento do mundo, seria como Deus. Qual é a tentação que Lúcifer oferece? Por que a oferta de Lúcifer seduz Eva? Por que Eva se deixa seduzir? Por que é fraca? Por que é revoltada? Porque é insatisfeita? Qual é a dor de Eva? Qual é o sofrimento de Eva? E ninguém para perguntar a ela: “Você está sofrendo? Sente falta de alguma coisa, o paraíso não é suficiente para você? Falta alguma coisa, Eva? O que a faz sofrer?” E Eva aceita a maçã, aceita o Conhecimento. O Portador da Luz lhe dá a luz da consciência. Eva aceita, aceita a consciência de si mesma, a consciência da separação. E com ela, Adão também. E se percebem nus. Sozinhos. Envergonhados. Separados de Deus. Expulsos do Paraíso.

Quem procura ajuda está em sofrimento. Qual é a dor de quem nos procura no ambiente terapêutico? A pessoa chega até nós em que estado? Em geral chega se queixando de si mesma, de que fez assim e deveria ter feito assado; está dividida dentro de si, está brava consigo mesma, não suporta certas características que percebe em si mesma; gosta de certos aspectos, mas não gosta de outros aspectos de si mesma. Em geral se pergunta: “O que eu fiz, ou deixei de fazer, que minha vida hoje está tão ruim, tão chata, tão infeliz, tão incompleta?” Ou então chega se sentindo muito culpada de ser quem ela é, de não ser outra, de não ser diferente. Que dor é essa? Que mesmo sendo um infinito de possibilidades, sente medo, e se encolhe em uma vida insatisfatória e mecânica; que mesmo sendo um potencial criador imensurável escolhe viver repetitivamente, dentro do conhecido. Ignorante de sua verdadeira natureza, imersa em crenças e condicionamentos. Sentindo-se sozinha, separada de tudo, esquecida por Deus, errada. Em meio à abundância da Vida vive em privação; faz das tripas coração para ser amada, incapaz de amar. Não vê o amor! O que vê é a falta, é a separação, o engano; é a dor e o sofrimento. Quer descobrir o segredo da felicidade, e não tem olhos para o mistério de Ser quem é.

Esse é o grande mistério. Por que não vejo o Ser que habita em mim e em cada um de nós? E habita cada situação da minha vida e da Vida como um Todo. Por que não posso ser quem sou, do jeito que sou, assim como sou? Por que não posso agradecer o pão nosso de cada dia? Venha do jeito que vier? Por quê? O que acontece? Por que Lúcifer não suportou o Céu e caiu? Por que nós nos expulsamos do Paraíso?

O que acontece com a criança pequena quando, aos três anos de idade mais ou menos, ela se percebe um EU separado e, concomitante, começa a falar não para tudo? O mistério da separação. O mistério do sofrimento. Diante desse mistério, o que podemos fazer? Aí eu entendo o que o Jean-Yves trouxe com muita propriedade ontem e hoje, quando falou: “Seja um com o outro”. Entendo as palavras e entendo o conceito por trás. Mas digo que “ser um com o outro” exige um sacrifício. O sacrifício essencial como nos diz o Evangelho de João: “É preciso que eu diminua e Ele cresça”. É

preciso realmente ser um só, não dois: Não eu e o outro, um unido ao outro, nem só eu ou só o outro, mas um só sem outro. Um sem segundo. Eu e o outro desaparecermos nEle, no Um. Um sacrifício e tanto. O sacro ofício. O Amor.

A definição de amor não é “o ato que só faz o bem”, “a luz que não produz sombra”, “gesto que não deixa rastro”? Isso me traz à consciência a importância especial de dois dos princípios do CIT: o Silêncio e a Presença. Presença é o próprio amor que se revela em Silêncio no coração de cada um. Como disse Jean-Yves: Quando o Cordeiro está presente não existe um e outro, só existe Um, que é o Amor.

Recebemos a pessoa que nos procura em sofrimento. Dividida. Como Lúcifer no Céu, Adão e Eva no Paraíso. Sem poder ficar com o que é. Cheia de dívidas – deveria ter feito assim, não devia ter feito assado. Sentindo-se culpada e impotente para mudar sua condição. Insatisfeita consigo mesma, quando não com ódio de algum aspecto seu. Com medo de perder-se definitivamente, para sempre. Com medo de nunca conseguir ficar bem. Pergunto: É possível olhar para ela com Amor? Sim, olhar sem comparar, sem julgar, sem condenar, sem querê-la diferente do que é? É possível ficar com ela do jeito que é? É possível ficar com o que é? E, assim, permitir que ela olhe para Si mesma com amor? E fique com o que é? Morrer em sua própria cruz? Inteirinha? Parando de fugir de si mesma como o diabo foge da cruz? Morrer na cruz é prerrogativa de Cristo. É ressurreição. Lúcifer foge da sua cruz, foge do Céu. Se Lúcifer aceitasse sua cruz, seria Cristo, não Lúcifer. E seria compreendido o mistério do sofrimento. O mistério da queda de Lúcifer. Diante do Amor Lúcifer nunca caiu. E todo sofrimento não é mais que a ilusão e a ignorância da nossa verdadeira natureza, nosso Ser essencial que, embora sendo a Realidade por trás de tudo, somente se revela no silêncio compassivo do olhar amoroso, humildade que escuta, recebe, e aprende. Morre na própria cruz. Glória a Deus!

Como Kabir, iluminado poeta místico indiano do séc. XV, reconhece se reconhecendo:

Dentro deste vaso de barro,

Encontram-se os canteiros e os bosques

E nele está o Criador.

Neste vaso estão os sete oceanos e um sem número de estrelas,

A pedra filosofal, e os que louvam suas virtudes, estão em seu interior.

E neste vaso o Eterno soa e a fonte mana.

Kabir diz:

Escute amigo! Meu Bem-Amado Senhor

Está em seu interior!

É só quando me aquieto que posso ver nos olhos do outro o Ser que sou, meu Bem-Amado Senhor. É só quando me aquieto, na Presença, que o outro também silencia e o que parecia divisão desaparece, e percebe-se a Si mesmo Presença, o Bem-Amado Senhor. Gratidão. Nesse lugar seguro nós somos o encontro que cura – fim de todo sofrimento. Doce mistério da Unidade. Arte de cuidar.