

ANDERSON CAVALCANTE

O QUE REALMENTE IMPORTA?



SEXTANTE

Dedicatória

Dedico este livro a meus pais, Eraldo e Toninha, meus ídolos, exemplos de retidão e vida. Seres humanos especiais que, com muita simplicidade, carinho e amor, sempre me ensinaram tudo aquilo que realmente importa.

Agradecimentos

À minha esposa, Tábata, cúmplice nos momentos certos e incertos da vida. Admiro sua sensibilidade para lidar com minhas inquietações, sua capacidade de expressar o amor e sua intensa dedicação ao escrevermos juntos cada momento da nossa história.

Saiba que, com seu amor, você cuida de mim como jamais imaginei merecer. Nunca se esqueça de que eu amo acordar ao seu lado e encontrar esse seu olhar que me energiza a alma. Eu te amo.

Às minhas irmãs, Andréa e Vanessa, que renovam a cada reencontro a força do amor que existe entre nós – força que não sou capaz de explicar, apenas de sentir. Ao meu cunhado, Abbott, amigo-irmão com que a vida me presenteou para compartilharmos nossa existência.

Aos meus afilhados, Beatriz, Giovana e Guilherme, que me ensinam o valor dos pequenos milagres existentes em cada descoberta.

Eu conheço muitas pessoas que, de alguma forma, contribuíram para minha evolução no universo da escrita. Agradeço, portanto, a todas as que fizeram e fazem parte da minha vida. Em especial, àquelas que dedicaram parte do seu valioso tempo

à leitura de meus originais: Daniele Gautio, Eder Roberto Dias, Gisele e Nardele Cheles, Haroldo Sato, Iraceli Lopes, Juliana Cerdeira, Juliana e Jorge Ressati, Marisa Mariano, Mosângela Amorim, Patrícia Casseano, Marco Cardozo, Renata Neres, Samuel Pereira dos Santos e Sílvia e Juliana Polazzetto.

Agradeço aos apaixonados pelo saber, incansáveis na arte de multiplicá-lo. Vocês me ensinam e me estimulam a desbravar caminhos que desconheço nesse universo tão amplo que é o conhecimento. Obrigado Amadeu Pagnanelli, Christian Barbosa, Eduardo Carmello, Evaldo Ribeiro, padre Fábio de Melo, Francisco Higa, Gabriel Chalita, Gustavo Cerbasi, Jonas Ribeiro, Luis Fernando Garcia, Roberto Shinyashiki, Roberto Tranjan e Simone Paulino; amigos, cada encontro com vocês é uma oportunidade de aprender ainda mais sobre a vida e o viver.

Agradeço a Deus por me permitir desfrutar de saúde e paz e pela bênção de estar sempre rodeado por pessoas de bem. Agradeço, ainda, por nossas longas conversas e por estar sempre presente na minha vida, protegendo-me e orientando-me pelos caminhos do significado e da fé, para que, a cada dia, eu possa concretizar minha missão.

Sumário

Apresentação 11

Introdução 15

I. MISSÃO

O despertar 19

II. VISÃO

Ver o invisível 41

O que aconteceu na minha vida a cada setênio... 45

Linha da vida 48

III. VALORES

As luzes do caminho 58

Dignidade 61

Integridade 65

Humildade 69

Fé 73

Amor 78

IV. OBJETIVOS E METAS

O prazer de crescer 87

V. AÇÕES

Fazer acontecer 106

VI. DIFERENCIAIS COMPETITIVOS

As coisas boas da vida 118

Agora é com você! 136

Uma causa maior 138

Apresentação

Qual é a importância de uma escolha? Quantas vezes escolhemos nossos caminhos sem nos darmos conta do impacto que uma simples escolha pode representar em nossa vida? Quantas vezes, no impulso de resolver algo que nos inquieta, tomamos uma decisão sem pensar nas consequências?

Cada uma das escolhas que fazemos, até mesmo aquelas que parecem não ter importância, gera consequências que nos acompanham por toda a existência. Por isso, é fundamental que cada escolha seja feita conscientemente, porque elas definirão nosso futuro.

Estou falando de todas as escolhas que você faz. Estou falando de todas aquelas decisões que tomamos no dia a dia, as pequenas e as grandes, as simples e as complexas, aquelas nas quais pensamos muito antes de tomar e aquelas que tomamos sem pensar. Da escolha da carreira à da roupa que usaremos. Da escolha daquele que será seu marido ou sua esposa à do bairro onde morar depois do casamento.

Geralmente não percebemos que a cada passo deixaremos uma marca que perdurará para sempre. Quer exemplo maior do que a escolha da pessoa com quem vamos nos casar? Acertar

nessa decisão, para ambos os lados, faz toda a diferença. Uma esposa ou um marido pode tanto levar seu parceiro para o alto quanto afundá-lo. Não existe meio-termo. Trata-se simplesmente do resultado de uma escolha.

Cada vez que fazemos uma opção, estamos redefinindo nosso caminho. Cada decisão tomada ou nos aproxima do destino desejado ou nos afasta completamente dele. O futuro é consequência das escolhas que fazemos no presente. Por isso, é fundamental que você reflita quais são os motivos por trás de suas escolhas: O que o move a fazer suas escolhas de vida? Por que você optou pela faculdade que está cursando ou que já cursou? Era isso mesmo que você queria ou foi algo que lhe impuseram?

Por que você escolheu trocar de carro no fim do ano? Você quer e precisa trocar ou a sociedade quer que você troque?

Por que você escolheu se exercitar tanto? É para ter mais saúde ou para se sentir parte de um grupo?

Por que você escolheu ler este livro? Porque alguém o presenteou com ele e você se sentiu na obrigação de ler ou porque você busca viver tudo aquilo que realmente importa em sua vida?

Por que você escolheu o casamento que está vivendo? É uma escolha que o completa todo dia e o faz se sentir vivo ou você às vezes tem vontade de não voltar para casa e reencontrar seu par?

Por que você decidiu adiar a decisão de ter um filho? Porque sente que não é o momento certo ou porque sua carreira e seus projetos estão acima dessa escolha?

Por que você escolheu a profissão que exerce? Porque é a sua vocação ou você está se vendendo por dinheiro?

Talvez você esteja dizendo: "Mas de que adianta ficar pensando nas escolhas que fiz?" Porque é ótimo saber onde estamos, reconhecer onde acertamos e onde erramos. Com essa consciência podemos permanecer onde estamos, o que também é uma escolha, ou desbravar novos caminhos, almejar novas possibilidades e mudar.

Ter clareza do porquê de suas escolhas irá contribuir muito para que você tenha uma vida mais calcada em certezas. Não estou falando da certeza de que tudo dará certo na sua vida, até porque a vida não teria graça se tivéssemos certeza de tudo que ainda vamos viver. Estou falando da certeza que só sentimos quando fazemos a escolha que julgamos correta, da sensação de estarmos no caminho certo, empenhados em fazer com excelência tudo aquilo a que nos propusemos. Estou falando de dar o nosso melhor, daquele sentimento que nos contagia ao realizarmos algo que alimenta nossa alma.

Se você fizer escolhas com discernimento, alinhadas a sua missão, seus valores e sua essência, estará sendo cada vez mais profundo e maduro em suas atitudes, estará sendo você mesmo, de cara limpa, onde estiver.

Escolhi escrever este livro para contribuir com aqueles que buscam viver sua verdadeira essência, aqueles que querem descobrir o que realmente importa. Porque a vida passa tão rápido que não podemos desperdiçá-la com escolhas erradas.

Faça suas escolhas, busque aquelas que vão completá-lo, não aceite nenhuma que o distancie de si mesmo, prefira sempre sua verdade; assim, cada decisão tomada será um passo em direção ao seu propósito e você vai se sentir plenamente realizado.

Introdução

COM QUE OLHAR VOCÊ PODE LER ESTE LIVRO?

Todos nós temos um jeito particular de enxergar o mundo. Sempre que olhamos para algo ou alguém, nossas crenças e experiências influenciam nossa percepção. Por isso, é muito comum cada pessoa ter uma interpretação completamente diferente sobre a mesma imagem ou situação.

Outro dia fiz uma descoberta interessante enquanto lia sobre a vida de São Boaventura, teólogo do século XIII que, após ter sido curado por São Francisco de Assis, a quem admiro muito, ingressou na Ordem Franciscana e passou a se dedicar a fazer o bem. São Boaventura formulou pensamentos extraordinários sobre a natureza humana. Um deles nunca foi tão atual.

Para ele, existem três formas de olhar o mundo, três olhares que definem o alcance de nossa percepção. O primeiro deles é o OLHAR DA CARNE, um olho físico, estrutural, capaz de enxergar a matéria pura e simplesmente. É um olhar igual para todo mundo, mas limitado, pois enxerga apenas o aparente: é o “ver por ver”.

O segundo é o OLHAR DA RAZÃO, mais refinado que o olhar da carne, pois permite que, ao olharmos para alguém ou algo, sejamos capazes de analisar racionalmente essa visão, pensar sobre ela. O olhar da razão é o da ciência, para o qual tudo precisa ser provado: é o “ver para crer”.

E há ainda o terceiro olhar, o OLHAR DA CONTEMPLAÇÃO – este é um olhar todo especial que, segundo São Boaventura, está em comunhão com a grandeza da natureza: é o “ver além”. Quando olho para alguém ou algo com esse olhar, não estou me detendo apenas no que é nem em como funciona. Quando olho com esse olhar, estou sentindo. Minha percepção me traz uma clareza maior e sentimentos que me tocam de forma profunda, porque não apenas vejo, mas também entro em comunhão com o que está diante de mim. Quando olho para você com esse olhar, você é muito mais do que eu posso perceber, enxergar ou entender; você é o que eu posso sentir.

Pensando sobre isso, lembrei-me de uma conversa que tive com o padre Fábio de Melo. Ele me falava de outro conceito que tem tudo a ver com essa ideia do olhar da contemplação. Falávamos de misericórdia, e ele me explicava que esse é um conceito teológico que tem um significado extremamente profundo. Misericórdia significa “coração em que ainda cabe outro”. Um coração que ainda não está cheio e, portanto, comporta a possibilidade de sentir pelo outro.

Refleta um pouco e perceba que a misericórdia acontece no seu interior toda vez que você é capaz de “ser o outro”, de se envolver no que o outro está sentindo ou pensando, sem preconceitos ou julgamentos prévios. O exercício da misericórdia, portanto, está ao alcance de todos nós, basta que se tenha a disposição de “ver além”, de estar de coração aberto para receber o outro dentro de nós, com suas alegrias e dores, acertos e erros. Mas só é capaz de contemplar aquele que saiu de si, que permite que a realidade diante de seus olhos lhe invada a alma. Certas coisas vemos melhor com os olhos fechados.

Aqui vai meu pedido. Espero que no decorrer desta leitura você use o olhar da contemplação. Deixe de lado seus pressupostos e preconceitos. Mergulhe nestas páginas desarmado e com o coração aberto, para que, mais do que ler para entender,

você possa ler para sentir. Tenho certeza de que, assim, minhas palavras farão mais sentido para você e para sua vida, pois verá este livro com o olhar de quem deseja – e pode – ver além.

I. MISSÃO



O despertar

Cada minuto de vida é um minuto a menos,
não um minuto a mais.
Mal nascemos e já começamos a morrer.

ANDERSON CAVALCANTE

Você não está aqui por acaso. Nesta vida você está apenas de passagem. Você é um espírito ocupando um corpo, não um corpo ocupando um espírito. Há um propósito maior na existência humana. No entanto, a maioria de nós não tem consciência disso. Perdemos a dimensão espiritual da vida na mesquinhez do dia a dia. Não aproveitamos cada minuto de nossa existência como deveríamos. Em vez disso, deixamos o tempo escorrer por entre nossos dedos, enquanto estamos ocupados com coisas absolutamente sem importância.

Eu lido com gente o tempo todo e tenho percebido claramente que, cada vez mais, as pessoas estão vivendo sem dar um sentido à própria vida. A agenda está sempre cheia, mas quase sempre o vaivém não passa de movimento sem significado. As pessoas vivem enredadas em todo o tipo de afazeres, mas no fim do dia, do mês, do ano (da vida?) têm a sensação de que tudo isso não as levou a lugar algum. Portanto, não ponha mais dias em sua vida. Ponha mais vida em seus dias!

É muito comum empresas procurarem definir sua missão para se manter no caminho do crescimento e do desenvolvimento. Agora eu pergunto: e você? Você sabe qual é sua missão nes-

te mundo? Já parou para pensar se está no caminho da evolução ou se estagnou na estrada? Alguma vez você olhou para dentro de si e se perguntou o que está fazendo neste planeta? Ou vai deixar a vida passar como se você fosse um tronco boiando no rio, deixando que a força das águas decida seu rumo?

Quantas pessoas não têm clareza de sua missão, de seus propósitos e levam a vida como um velho mascate? Vivem de trocas. Entram num emprego e na primeira dificuldade trocam; casam-se e se separam na mesma velocidade com que mudam de roupa; fazem amigos, mas não conseguem mantê-los. Pessoas assim adoram tentar, sempre acreditando que “o próximo será melhor”. Grande erro! Não percebem que uma vida sem propósito não leva a lugar nenhum, não veem que o problema não é externo, mas está dentro delas mesmas. Só que olhar para dentro é um hábito que as pessoas vão deixando de lado. O mais comum é que elas apenas se olhem no espelho, para ver se estão com a aparência ditada pela moda.

É por isso que insisto: se você quer que a sua vida tenha mais sentido, defina seu propósito e, a partir daí, faça as escolhas certas para que possa sustentá-lo, coloque em prática as ações que o levarão à realização.

A missão é a energia que gera o alto desempenho. É a energia da vida. Os espiritualistas acreditam que pessoas com projetos de vida que beneficiam o próximo recebem de Deus uma espécie de bônus para viver mais, a fim de concluir sua missão. Mas há quem viva sem nunca sequer ter se perguntado o que está fazendo neste planeta, qual é o sentido de sua vida e o que pode fazer a fim de contribuir para um mundo melhor.

Se você estiver consciente de sua missão, de seu propósito, e se comprometer verdadeiramente com isso, será merecedor de uma colheita abundante de prosperidade e alegria como jamais imaginou. Pense bem e verá que a vida só vale a pena quando temos algo maior que nos impulsiona a ir além. Do contrá-

rio, ela pode ser apenas uma sucessão de dias mais ou menos interessantes.

Se você optar por levar uma vida sem sentido, sua existência poderá se transformar em um poço de frustração. No final de cada dia, ao se deitar para dormir, você terá o corpo cansado e a alma tensa. Porque sua alma precisa de muito mais do que o movimento frenético de seu corpo para se nutrir. Só que o dia a dia e os “compromissos” que você assume o afastam do que é essencial, daquilo de que sua alma realmente precisa.

Talvez você pergunte: “Tudo bem, mas onde está o essencial?” E eu lhe digo que é você quem precisa descobrir isso. A essência do que você é e deseja está dentro de si. Contudo, sobre essa luz que brilha no fundo de sua alma há uma montanha de entulho que você precisará remover para ter acesso a sua verdade. É como a história do Buda de barro:

Num vilarejo antigo, onde havia muitos seguidores de Buda, fizeram uma belíssima estátua do mestre em ouro maciço. Ao final do trabalho, maravilhados com a visão daquela obra esplêndida, eles se perguntaram se não haveria risco de roubarem a estátua. Então decidiram cobri-la de barro. Assim, os seguidores de Buda contemplavam a estátua diariamente com adoração e a sensação de estarem diante de algo sublime. Mas aqueles que não sabiam da verdade não viam motivo para tamanha reverência a uma simples estátua de barro, tosca e sem valor.

Você precisa descobrir o ouro escondido sob as camadas de barro que a vida foi depositando sobre seu ser, deixar esse ouro brilhar e banhá-lo com sua luz. Você não é uma estátua de barro. Todos nós temos nosso ouro oculto, talentos e virtudes para realizar algo extraordinário, mas é preciso que estejamos dispostos a buscar esse ouro dentro de nós.

A vida é cheia de mistérios, não sabemos exatamente como chegamos do caos ao cosmo. Sabemos apenas que não dá para fazer um rascunho de nossa existência e depois passá-lo a limpo. E mesmo que você acredite em reencarnação, na bênção de haver outra oportunidade, deve crer também que a evolução espiritual depende do que conseguimos realizar de grandioso em cada vida.

Choramos ao nascer porque não queremos sair do útero materno, nossa primeira morada, onde tudo era organizado, protegido e bem-cuidado, diferente do caos que enfrentamos ao chegar ao mundo. Só que depois choramos também ao morrer, ao abandonar este espaço que antes nos parecia hostil e opressor. Vai entender... Como diz meu pai: "Se morrer é um descanso, quero viver cansado." Por isso é preciso ter força e entusiasmo para superar os desafios e conflitos de cada dia com alegria, já que os conflitos são o principal indício de que você está realmente vivo.

Mas viver não é apenas passar pelo mundo. É preciso também aprender a ouvir seu próprio ser. Você precisa ouvir seu próprio chamado, que vem dessa zona quase inalcançável que há em você. Precisa encontrar sua verdadeira vocação, mesmo que ela esteja soterrada por uma infinidade de atividades que você assumiu ao longo da vida sem refletir se de fato fariam sentido para você.

Vocação vem do latim *vocare*, que significa chamado. É uma voz interior que teima em se fazer ouvir. Você já ouviu essa voz? Ou será que você é mais um dos que vivem perdidos, de um lado para outro, seduzidos pelo canto das sereias?

Como disse santo Agostinho: "Ninguém faz bem o que faz contra a vontade, mesmo que seja bom no que faz." Todos nós temos um chamado que precisamos atender se quisermos chegar mais perto de nossa realização pessoal. Mas esse chamado não pode ser confundido com a voz de seu chefe, que tem sempre uma lista de tarefas para você fazer, ou com a dos locutores

das propagandas que invadem sua mente com mensagens como “Compre!”, “Faça!”, “Ganhe!”, “Tenha!”. A voz à qual me refiro é sua voz interior, uma voz que só você é capaz de escutar sem distorções de sentido.

Cada um de nós tem mecanismos para sintonizar essa frequência que vem do coração e ecoa por toda a alma. Se você prestar atenção, verá que de vez em quando uma ou outra nota dessa melodia o sensibiliza. Basta observar seus sentimentos e sublinhar aqueles momentos em que você faz as coisas com facilidade, contentamento e prazer. Momentos nos quais suas atribuições fluem naturalmente, os resultados são surpreendentes e você tem a nítida sensação de que nasceu para fazer aquilo.

Mesmo que você pense que seu caso é diferente, porque ainda não experimentou essa sensação, ouça o que tenho a dizer: é lógico que há pessoas que parecem nascer com predisposição genética para determinadas funções no mundo, mas, ainda assim, terão de desenvolvê-la se quiserem alcançar a plenitude desse talento.

Em outras palavras, todos somos potencialmente capazes de realizar grandes coisas. No entanto, o alcance dessa realização dependerá não apenas da habilidade inata, mas também em grande medida do empenho em se desenvolver. Este é um dos traços extraordinários da vida: tudo é possível desde que se criem as condições necessárias para o desenvolvimento.

Com habilidade inata ou não, todas as pessoas têm uma missão a desempenhar. Quando você veio para este planeta, trouxe na bagagem um talento que é só seu. Um talento para realizar algo grandioso.

Deus criou cada ser humano para ser único. Existem mais de 7 bilhões de pessoas no planeta, mas cada uma tem um ritmo diferente de batimento cardíaco, assim como cada um tem um desenho único da íris e da impressão digital. Segundo a psicologia, há cerca de 5 mil características específicas em cada um de

nós, o que nos torna singulares e, portanto, absolutamente diferentes uns dos outros. Além desses traços físicos, Deus nos deu um dom que nos diferencia e nos define. Cada um tem o seu, mesmo que não o reconheça. É só uma questão de desenvolver – tirar a capa que o envolve e fazê-lo vir à luz.

O problema é que em vez de nos voltarmos para aquilo que é único em nós, fazemos justamente o contrário, buscando nos assemelhar àquilo que nos vendem como modelo. Modelos de beleza. Modelos de sucesso. Modelos de felicidade. Isso é uma tremenda bobagem! Não existem modelos prontos; cada um de nós, com aquilo que temos de único, precisa confeccionar no dia a dia o modelo que deseja vestir na vida.

Seu corpo, sua alma, seu sangue e suas células estão impregnados de centelhas desse talento único, cuja maior virtude é permitir que você realize sua missão. Talvez lhe falte apenas o movimento certo para mobilizar a potência do seu ser. Os filósofos antigos acreditavam que tudo na natureza tinha um ser em potencial que precisava ser desenvolvido.

Os budistas não acreditam em felicidade. Eles buscam uma vida de plenitude. Ter uma vida de plenitude significa estar inteiro no que você está vivendo ou fazendo, sem ficar preso ao passado nem preocupado com o futuro. Levar uma vida plena tem a ver com manter o vínculo com algo maior no momento presente, algo que nos transcende. Mas como nos ligar ou religar àquilo que nos transcende (esse é o propósito de todas as religiões) se não conseguimos nos desligar daquilo que serve apenas para roubar nosso tempo?

O primeiro passo, portanto, talvez seja se empenhar para estar não apenas fisicamente, mas verdadeiramente presente naquilo que você faz. Quantas vezes, em uma caminhada no parque — momento que deveria ser apenas seu —, o celular o acompanha e você permanece o tempo todo conectado com os negócios e absolutamente desconectado de seu interior? Ou, em um al-

moço de família, em vez de curtir o momento e dar atenção às pessoas, você fica preocupado com a reunião difícil que terá no dia seguinte?

Imagine que um dia alguém lhe diga quão marcante foi aquele almoço e você perceba que na verdade não esteve lá de fato porque perdeu os melhores lances, as brincadeiras, a gargalhada de seu pai, que ficou perdida na névoa de seus pensamentos. Talvez nesse dia você comece a se perguntar: “Onde estive durante todo esse tempo?”

Quando você experimenta a sensação de plenitude, deve ficar atento e fazer de tudo para capturar esse momento, para não deixar que ele escape. Assim você pode descobrir os mecanismos que desencadearam essa sensação e se apropriar deles. É engraçado porque se trata de se apropriar do que é seu, do que já lhe pertence. Se pensar bem, verá que há muitas coisas na vida que nos pertencem (em geral muito valiosas), mas que deixamos se deteriorar sem que percebamos.

Isso acontece com o amor dos pais, dos filhos, dos companheiros. Quantos de nós já perdemos o amor que tínhamos por pura miopia emocional, por não sermos capazes de reconhecer esse amor como nosso e, portanto, digno do nosso cuidado e zelo?

Há pessoas que se matam de trabalhar por dinheiro e usam como justificativa o fato de que querem dar uma condição de vida melhor para os filhos. É fundamental trabalhar e é ótimo que nosso trabalho se reverta em dinheiro para proporcionarmos uma vida confortável às pessoas que amamos. Mas às vezes me pergunto se os filhos que são usados como justificativa para a fixação pelo trabalho não optariam por uma vida menos confortável em troca de uma convivência maior com os pais. Se o menino não trocava o videogame de última geração por um jogo de futebol com o pai toda sexta-feira no final do dia; se a menina não trocava as bonecas que falam por um passeio sema-

nal no parque com a mãe para conversar sobre tudo (mãe e filha, não filha e boneca), ou por algumas horas juntas, assistindo a um filme e comendo pipoca. Imagine a cumplicidade que estaria sendo construída nesses momentos!

Eu sei que é importante pagar uma boa escola para os filhos, arcar com um bom plano de saúde, mas sua vida não pode se limitar a trabalhar para pagar contas! Trata-se de um grande desafio, mas é necessário e urgente aprender a encontrar espaço em sua vida para elaborar e realizar propósitos maiores. E se você não consegue encontrar um propósito maior nem mesmo na relação com as pessoas mais importantes – pais, filhos, irmãos, companheiros e amigos –, como vai estabelecer propósitos maiores para sua vida?

O dinheiro é apenas a consequência de um excelente trabalho, mas não é a quantidade de horas que você passa no trabalho que define a excelência do que você faz. As horas trabalhadas em geral não são proporcionais a seus rendimentos ou a sua competência. Se fosse assim, cortadores de cana ganhariam muito bem, afinal trabalham de sol a sol e são especializadíssimos no que fazem. É simples assim.

Há quem coloque o dinheiro na frente do trabalho, e o dinheiro passa a ser objetivo de vida – e isso jamais deve acontecer. Eu adoro ter dinheiro, mas aquele que me traz coisas de que gosto, e não que me tira das coisas de que gosto, que me tira conhecimento, a saúde, o vínculo com as pessoas que amo. Esse dinheiro eu dispenso, porque dinheiro bom é aquele que faz você se sentir seguro, não aquele que o aprisiona. Lembre-se sempre de que alguns possuem dinheiro, outros são possuídos por ele.

Muitas vezes o que está por trás desse comportamento é o fato de que as pessoas que não descobriram sua missão se sentem vazias e transferem todas as suas energias para o trabalho, transformando-o no centro de gravidade da vida. Como não têm

nada mais que lhes dê prazer e satisfação, passam a gostar mais do trabalho do que de todo o restante, colocam nele toda a sua ambição e criam um mundo paralelo e isolado. E, o pior, acham que gostam daquilo, porque já se afastaram de seus verdadeiros desejos a ponto de não conseguirem mais reconhecê-los.

Quem já não se afundou em atividades que nada tinham a ver com seu eu enquanto aquilo que de fato lhe proporcionava real prazer estava bem ali ao lado, na mesa de um colega de trabalho ou em outro prédio da faculdade? Há pessoas que trabalham com finanças, mas seu talento verdadeiro é lidar com pessoas. Gente que está no curso de direito, mas cujo sonho é fazer teatro. Todas essas pessoas têm um talento que lhes pertence, porém não conseguem assumir o que é seu. Elas morrem um pouco a cada dia porque estão matando a própria essência.

Do outro lado estão as pessoas cujas relações, trabalho e aprendizado fluem como um rio de leite tranquilo. São aquelas que realmente ouvem e cumprem sua verdadeira vocação. É claro que isso não significa que vivam sem nenhum tipo de conflito ou de insegurança, porque esses sentimentos fazem parte da natureza humana. Mas como estão certas sobre o caminho que escolheram, elas se sentem mais aptas a enfrentar eventuais adversidades.

Agora eu pergunto: de que lado você está? Na margem dos que veem as águas correrem e que morrem de sede diante de uma fonte cristalina ou na dos que se atiram a sua vocação, a seu desejo, com coragem e confiança?

Pense nisso, pois, se sua opção for deixar seu desejo de lado, inevitavelmente você será apenas mais um a engrossar a lista de pessoas vazias ou, o que é pior, que desperdiçam a vida lutando contra o que dita sua própria alma.

É claro que, nesse caso, é provável que sua primeira reação seja dizer que se você não está fazendo o que sua alma manda agora não é porque não sabe o que quer, mas porque as circuns-

tâncias exigem que seja assim. As circunstâncias, porém, não podem ser mais fortes do que sua alma.

Viver desse modo é sofrer. Sofrer não tem absolutamente nada a ver com as circunstâncias e os acontecimentos de sua vida, mas com suas reações diante deles. Não importa o que esteja acontecendo, e sim como você se sente sobre o que está acontecendo. O ponto é o que você faz com isso. Fingir que não existe um problema e colocar tudo embaixo do tapete não resolve nada, muito pelo contrário. Essa atitude só fará você implodir uma hora qualquer! Porque, se você não for capaz de falar, seu corpo falará por você. Jacques Lacan, psicanalista francês, dizia que doenças são palavras não ditas. Se você não é capaz de dizer a verdade a si mesmo, corre um sério risco de somatizar essa sensação e ficar doente.

As pessoas que atingem algum nível verdadeiro de realização são justamente aquelas que superaram as circunstâncias da vida e agem conforme seu coração. Estou falando de pessoas que aprenderam a sentir com a cabeça e a pensar com o coração. São elas que ouvem o chamado essencial, que vão se destacar em qualquer área.

Quantos se enganam com a velha desculpa de que “no futuro tudo vai ser diferente”? O futuro é agora. As pessoas falam do futuro e do passado e esquecem que o tempo que importa é o presente. Como diz meu amigo Christian Barbosa, especialista em gestão do tempo e produtividade, “O tempo que importa é o hoje alinhado com o que você quer amanhã; o passado já foi, o futuro não chegou ainda”. Então, pare de se enganar e comece agora mesmo a buscar sua realização.

Lembre-se deste comentário do pastor norte-americano Rick Warren: “A importância das coisas pode ser medida pelo tempo que estamos dispostos a investir nelas. Quanto maior o tempo dedicado a algo, mais você demonstra a importância e o valor que isso tem para você. Se você quiser conhecer as prioridades de uma pessoa, observe a forma como ela utiliza o tempo.”

Aliás, um dos maiores erros que cometemos na vida é em relação ao tempo. O tempo do relógio não existe. O tempo é um estado de espírito. É uma questão de percepção. Basta observar que o tempo passa rápido demais para quem está feliz e que demora a passar para quem está triste ou angustiado.

Olhe para sua vida. Se todo dia você não vê a hora de sair do trabalho, se seu dia parece ter muito mais de 24 horas, reflita sobre seu estado de espírito.

Cada minuto passado no relógio está encurtando o que você chama de futuro. Quantas pessoas se sentem massacradas em uma atividade desgastante e usam como desculpa: "Vou ganhar dinheiro, juntar uma boa poupança e depois eu paro" ou "Até que não é tão ruim assim". Pois eu digo que esse é o princípio da mediocridade! Se você aceita fazer menos do que é capaz, está mostrando quão diminuído se sente em relação a si mesmo. E aqui me lembro de uma frase do psicólogo e médium Luiz Antonio Gasparetto: "Não existe injustiça no mundo, cada um está onde merece estar."

Muitas pessoas se acomodam em uma função e demonstram claramente que não estão dispostas a buscar novos conhecimentos, a desenvolver seu potencial. É comum que elas só tomem consciência de seu potencial quando vivem uma experiência-limite, quando são obrigadas a enfrentar um drama, quando têm um choque de realidade.

Geralmente, só nesses momentos as pessoas passam a tomar decisões, a querer mais da vida e de si mesmas. Aí, sim, percebem que são capazes de muito mais do que pensavam. Ou seja, as situações-limite são muitas vezes oportunidades que a vida nos traz. Nesses momentos, temos duas possibilidades: assumir o papel de vítima e ficar esperando que os outros tenham pena de nós ou assumir o papel de protagonista e desenvolver nosso potencial de realização para transformar a nossa vida.

Confúcio, o filósofo chinês, disse: “Escolhe o trabalho de que gostas e não terás de trabalhar um único dia em tua vida.” Ouça sua vocação. Faça o que seu coração manda. Seja fiel a sua essência. Não ofereça resistência ao que você realmente deseja. Caso contrário, você estará lutando contra a pessoa mais importante de sua vida: você mesmo. Obedeça ao seu coração! Mas faça isso de verdade, sem meias palavras nem meias atitudes, porque obedecer parcialmente é desobedecer.

Talvez você pense: “É claro que eu adoraria largar tudo e fazer o que realmente gosto! Mas preciso pagar minhas contas. Tenho compromissos. Vivo com pessoas que podem ser muito afetadas caso eu resolva fazer uma virada radical em minha vida!” Tudo bem. Seu argumento é legítimo, mas tem prazo de validade. Vale por um período, não por toda a vida. Planejar que você vai se dedicar durante um período a uma atividade que não seja a que você realmente escolheu e fazer disso uma alavanca para a realização de seu verdadeiro sonho é uma estratégia interessante. Mas não permita que essa circunstância se cristalice a ponto de se tornar um impedimento para que você vivencie sua essência.

Para isso, é preciso mobilizar a coragem que existe dentro de você, porque sem ela é difícil até mesmo se levantar da cama ou sair para a rua. É preciso ter coragem para viver e para enfrentar os desafios da vida e, mais ainda, é preciso ter coragem para que você seja o que quiser ser, para bancar seus desejos e sonhos, independentemente do que os outros falem ou pensem.

Você pode pensar: “Mas eu tenho medo.” Ora, todo mundo tem. Alguns têm medo da vida, outros do viver. Tome cuidado com o medo que você alimenta porque ele pode aprisioná-lo, e essa é a pior das prisões que existe no mundo. É uma prisão sem celas, sem muros nem guardas, de onde é difícil escapar porque é uma prisão interior, da qual só você pode encontrar a saída.

A chave para a liberdade é a coragem. Mas coragem não é ausência de medo. Ter coragem é ter consciência do tamanho do

desafio e estar disposto a caminhar nessa direção. Isso significa que você é capaz de superar o medo e com isso realizar o que sua consciência quer fazer. O medo é um sentimento em certa medida positivo, porque protege você de situações de risco. Mas o medo desmedido pode paralisá-lo. Você precisa controlar o medo em vez de ser controlado por ele.

Ter coragem é ser capaz de fazer o que os outros não esperam que a gente faça, é ir contra a corrente se preciso, confrontando a incerteza, e não se deixar intimidar pelas dificuldades que aparecem no caminho.

Ou, como nesta anedota: uma professora aplicava um exame final e deu como tema de redação a coragem. Ao ouvir as orientações, um dos alunos imediatamente colocou seu nome na prova, escreveu uma única frase, levantou-se, entregou a folha e foi embora. A professora, ao mesmo tempo surpresa e indignada, leu a frase formada por apenas três palavras: "Coragem é isto!"

Portanto, para que você se sinta mais encorajado e para que estas palavras não caiam no limbo – aquela zona do cérebro para a qual vão todas as informações não elaboradas e não interiorizadas, que atingem apenas a mente, sem fazer sentido à alma nem ao coração –, comprometa-se consigo mesmo a reservar um tempo para refletir e buscar com clareza sua missão de vida.

Mais que isso, imagine-se diante do Criador tendo de responder à pergunta fatal: "Você cumpriu sua missão?" Coloque foco e energia nisso. Não desvie sua atenção dessa busca. Pergunte-se qual é a melhor contribuição que você pode dar ao mundo. Sonde sua alma, cutuque seu coração e diga a si mesmo o que está faltando em sua vida para que você se sinta plenamente realizado.

Quando você estiver certo de que chegou a uma resposta, diga sua missão em voz alta e sentirá o eco que ela produz em sua alma! Sinta o quanto ela preenche seu coração, aquece seu espírito. Repita sua missão quantas vezes seu desejo pedir. Esse

é um jeito de atingir não apenas sua zona mental, mas também sua zona emocional, aquele recanto da alma que fica inacessível no dia a dia, na confusão do trânsito, nos espaços preenchidos da agenda, nas preocupações financeiras.

Este é um dos principais males de nosso século: a vida nos chama o tempo todo a agir e não nos deixa espaço e tempo para ser. Por isso, é fácil cair na tentação de focar as energias na ação e esquecer completamente a missão.

Muitos médicos estão se desvirtuando da missão para se concentrar apenas na ação. São incansáveis no esforço para cumprir todas as etapas estafantes necessárias à meta de se formar e poder exercer sua profissão: ensinos fundamental e médio, curso pré-vestibular, seis anos de faculdade, mais alguns de residência e especializações. Mas, quando atingem seu objetivo, quando cumprem a missão que os inspirou, nesse momento em que deveriam dizer “Muito bem, agora posso ser o que tanto lutei para ser”, muitas vezes se perdem e empreendem uma nova jornada, tão estafante quanto a anterior – “recuperar os anos de investimento”.

Qual é a primeira missão de um médico se não a de lutar pela vida e promover a saúde e o bem-estar? No entanto, não é essa a “missão” à qual parte deles se dedica quando finalmente recebe a chancela para praticar a profissão.

Sonho com o dia em que os médicos altamente atualizados em termos de tecnologia voltem a ser médicos altamente especializados também em termos de humanidade. Sonho com o dia em que esses profissionais resgatem sua missão do limbo em que ficou afundada.

Nesse dia, talvez os médicos voltem a enxergar seus pacientes como seres inteiros, e não mais como um conjunto de órgãos recobertos por pele. Talvez passem a ver os pacientes com o olhar da contemplação, o olhar que permite sentir e não apenas enxergar!

Quando isso acontecer, no momento em que o paciente entrar no consultório, o médico dará toda a atenção que ele merece como ser humano e talvez descubra que, em muitos casos, o indivíduo que está diante dele precisa apenas de uma pequena dose de atenção e algumas gotas de tempo. Simples assim, porque a atenção está cada vez mais rara no mundo de hoje.

Nesse dia, quando você, seu filho, seu pai ou seu irmão precisarem de um médico, talvez possam contar com alguém que consiga ver além dos resultados dos exames. Um médico capaz de olhar o paciente nos olhos, ler sua expressão facial e corporal, perguntar com interesse real sobre sua vida, seus hábitos e sua rotina, prestando atenção a seu tom de voz e a seus gestos.

E quem sabe, ao final da consulta, o médico comprometido com sua missão, consciente de que transformar pequenos hábitos contribui para chegar a grandes resultados, seja capaz de dizer ao seu paciente, com toda a convicção, "Tome este remédio se a dor persistir, mas experimente ler o livro X porque ele poderá ajudá-lo a entender melhor suas emoções e a reduzir sua dor"; ou "Aplique esta pomada no local dolorido uma vez ao dia, mas associe a este tratamento o hábito de caminhar descalço na grama de manhã e à tarde"; ou ainda "Tome um comprimido deste até a dor passar, mas faça também guerra de travesseiro e coma brigadeiro de colher com seus filhos, no mínimo, uma vez por semana".

Tenho certeza de que, quando esse dia chegar, qualquer paciente já estará se sentindo bem melhor ao sair do consultório.

Porque ser médico é lutar pela vida e promover o bem-estar. E, para estar bem, o ser humano precisa ser olhado, ouvido e tocado, física e emocionalmente. Justamente o contrário do que ocorre hoje, quando tudo o que alguns médicos fazem é fugir desse contato, escondendo-se atrás de exames e medicamentos que os impeçam de olhar, ouvir, tocar e, muito menos, sentir o paciente.

Porque esses médicos perderam de vista a missão e a substituíram por números: a quantidade de consultas por dia, os

reais na conta-corrente, o valor do reembolso do convênio médico, os dígitos na declaração de imposto de renda, o número de carros na garagem.

Tenho o privilégio de ser paciente de médicos realmente especiais, que, além de nunca parar de estudar e se aperfeiçoar do ponto de vista técnico, estão sempre buscando maneiras novas de fazer seus pacientes se sentirem bem. Tanto a dra. Marli Farah quanto o dr. Gilberto Massari e o dr. Marcelo Afonso Gonçalves me fazem sentir a pessoa mais importante do mundo quando estou em consulta, tamanho seu interesse em saber como estou me sentindo. E como se essa atenção e carinho não fossem suficientes, eles me ligam alguns dias depois da consulta para saber como tenho passado, se melhorei, se tive alguma reação aos remédios etc. E não estou falando de ligações frias como aquelas do pessoal de telemarketing, estou dizendo que eles me ligam porque se interessam verdadeiramente por minha recuperação, por meu bem-estar.

Há muitos médicos vivendo sua missão, se doando para que os outros se sintam melhor, vivam melhor. Conheço casos de médicos que correm a semana toda para dar conta de plantões, cirurgias e atendimentos, muitas vezes trabalhando em hospitais públicos quase sem infraestrutura. Nos fins de semana, quando deveriam pensar apenas em descansar, usam seu tempo para atender pacientes sem recursos nas periferias das grandes cidades ou no interior deste imenso país. São médicos que encontraram sua verdadeira vocação e exercem seu trabalho com prazer e alegria.

Outro exemplo de que gosto muito é o do professor. Sabemos que há tempos essa profissão não recebe o reconhecimento que merece. Como se não bastassem a falta de estrutura nas escolas, os salários defasados, a impossibilidade de continuarem se aperfeiçoando como merecem e desejam, agora se tornaram comuns as agressões verbais e até mesmo físicas contra esses profissionais.

INFORMAÇÕES SOBRE OS PRÓXIMOS LANÇAMENTOS

Para saber mais sobre os títulos e autores
da EDITORA SEXTANTE,
visite o site www.sextante.com.br
ou siga @sextante no Twitter.
Além de informações sobre os próximos lançamentos,
você terá acesso a conteúdos exclusivos e poderá
participar de promoções e sorteios.

Se quiser receber informações por e-mail,
basta cadastrar-se diretamente no nosso site.

Para enviar seus comentários sobre este livro,
escreva para atendimento@esextante.com.br
ou mande uma mensagem para @sextante no Twitter.

EDITORA SEXTANTE
Rua Voluntários da Pátria, 45 / 1.404 – Botafogo
Rio de Janeiro – RJ – 22270-000 – Brasil
Telefone: (21) 2538-4100 – Fax: (21) 2286-9244
E-mail: atendimento@esextante.com.br