

A CABALA E A ARTE DE SER FELIZ

escrito por Triada



A sintonia com o divino e o poder de amar com plenitude. Quando vivenciamos, sem disfarces nem ilusões, estas duas habilidades, entramos em contato com a verdadeira felicidade. E você, já experimentou? As chaves podem estar na cabala.

Texto • Redação

Quando iniciamos o estudo aprofundado da cabala, damos os primeiros passos de um caminho longo e árduo – porém, sempre gratificante –, que, se traçado com afinco e total entrega, leva à real felicidade. Segundo Ian Mecler, autor do livro *A cabala e a arte de ser feliz* (Editora Sextante), esse estágio só é alcançado a partir do momento em que dominamos sete aspectos da vida: desejo, escolha, sintonia, meditação, propósito, refinamento e amor.

Para o autor, cada uma dessas habilidades é uma etapa de nossa trajetória. Por exemplo: apenas quando conhecemos profundamente nossos desejos, adquirimos o discernimento necessário para distinguir aqueles que nos empurram para baixo dos que nos movem em direção à luz. Acompanhe a seguir um trecho da obra, que ilustra bem esse conceito.

O desejo real e o desejo aparente

De acordo com a milenar sabedoria da cabala, todo ser vivo é guiado pelo desejo. Isso difere muito do pensamento oriental tradicional, que prega a ausência do desejo. Mas será que é possível esvaziar-se das suas vontades? Este não seria também um desejo?

O fato é que você pode diminuir a sua ansiedade, mas não o seu desejo. E se ele faz parte de nossa natureza, não há nada de errado em alimentá-lo. Afinal, quanto mais desejamos receber, mais podemos compartilhar.

Quem não tem afeto não pode dar afeto. Quem não aprendeu não pode ensinar. Quem não tem prosperidade não pode prestar ajuda material.

Mas, se você não estiver desperto, jamais penetrará nos mistérios que envolvem a essência de seus próprios desejos. E, dessa forma, seguirá como o mais primitivo dos animais, totalmente movido pelo instinto.

Embora possam parecer muito variados em tipo e intensidade, todos os desejos podem se desdobrar em duas classes:

- Desejo de receber só para si
- Desejo de receber para compartilhar

O primeiro deles acontece sempre que cedemos aos nossos impulsos egoístas. Quando queremos, por exemplo, ganhar mais do que o outro. Sob essa perspectiva, mais importante do que os benefícios de seu novo carro é que ele seja superior ao de seus amigos.

Assim você se torna cada vez mais egocentrado até que, em algum momento, se produz um curto-circuito em sua alma. Dessa pane até a formação de doenças é só uma questão de tempo.

Já a segunda classe de desejo, a de receber para compartilhar, diferentemente da primeira, nos impulsiona para cima, para o bem-estar, e nos faz crescer. Se queremos ter muita prosperidade, é para espalharmos a fartura entre as pessoas. Se desejamos receber amor, é para distribuí-lo. E se pretendemos desenvolver nossa consciência, é para também ajudar o próximo.

É sobre isso que a Bíblia nos fala quando narra a história de

dois irmãos, filhos do homem e da mulher originais. Caim, muito mais do que um homem físico, representa o arquétipo do desejo de receber só para si. E Abel representa o desejo de receber para compartilhar. Assim aparece na Bíblia:

“E trouxe Caim, do fruto da terra, uma oferta ao Eterno. E Abel também trouxe uma oferta, de suas ovelhas. E aceitou o Eterno a oferta de Abel. E a de Caim não aceitou... e levantou-se Caim contra Abel, seu irmão, e o matou.” (Gênesis, 04:03-08)

A história é uma metáfora de dois arquétipos do desejo. Abel é o personagem movido por sua essência divina e que queria compartilhar tudo aquilo que recebia. Caim era levado pelo desejo de receber só para si.

A oferta de Abel era desprovida de segundas intenções e, por isso, foi aceita de bom grado. Já a de Caim foi feita com vaidade, com uma imensa necessidade de reconhecimento, e por isso, recusada. O personagem de Caim aparece em sua vida toda vez que você tem um impulso de levar algo ao outro, mas acaba optando por não dividir o que é seu.

Acontece com aquele funcionário que está sempre comparando seu desempenho com o dos colegas, torcendo para que o dele seja melhor. Pode ser até que ele receba uma promoção, mas gradativamente sua alma entrará em curto-circuito, e o movimento de falência existencial começará a tomar conta dele. (...)

Muito diferente é o resultado vivenciado por quem compartilha o que recebe. Foi o que Bill Gates, que chegou a ser o homem mais rico do mundo, fez na administração de seus negócios. Quando sua empresa começou a crescer, junto cresceram os salários de seus funcionários. Então ele criou uma megafundação, investindo em ações de futuro para milhões de crianças. É claro que sua empresa continuou prosperando.

Pouco depois, o megainvestidor Warren Buffet, segundo homem

mais rico do mundo, aderiu à ideia e doou a maior parte de sua fortuna para essa fundação. E você sabe por que eles fizeram isso? Porque experimentaram a sensação de realização advinda do compartilhar.

A prática do desejo

Uma ótima maneira de experimentar esta habilidade é fazer uma grande arrumação em sua vida material. Comece por sua casa. Doe para quem precisa tudo aquilo que já não tem utilidade para você. O que não servir mais, jogue fora. Sua casa é um lugar sagrado e você precisa cuidar dela como se fosse um templo.

Isso o ajudará a separar os desejos que o elevam daqueles que produzem prazer temporário e descartável, porque você reconhecerá muitos objetos para os quais dava importância e que hoje não passam de lixo. Experimente, durante o dia, repetir por alguns minutos:

“Sou eu que dou significado para tudo o que vejo.”