

AS REGRAS COM AS QUAIS VIVEMOS

por Serge Kahili King

do texto original "[The Rules We Live By](#)"

Tradução de Luiz Carlos Jacobucci (Brasil)

Muitos passam a vida inteira procurando conhecer as leis ou regras do universo. Decidi, então, fazê-los economizar tempo e dar-lhes aqui, de graça, aquilo que procuram. Alerto a vocês que isto tem como base a visão xamânica do Universo no qual tudo está vivo, tudo tem consciência e tudo reage ativamente.

O Universo, e tudo nele, tem três aspectos: Espírito, Corpo e Mente. Cada um destes aspectos tem suas próprias regras. Quanto melhor entendermos estas regras, mais fácil será para que possamos crescer, curar e desfrutar de bons momentos.

O Espírito tem apenas uma regra: "Experimentar a existência". Só isso. Sem condições, sem "deverias", sem limites. E sem esquivar-se dessa regra..

O Corpo tem apenas duas regras: "Buscar prazer" e "Evitar a dor". Como a maneira de fazer isto nem sempre é clara em todas as circunstâncias, o Corpo irá, algumas vezes, se mover no sentido da dor com o objetivo de experimentar algum prazer sensorial ou emocional associado a ela. Seria como subir uma montanha pelo prazer do panorama, exercitar-se pelo benefício da energia ou passar por uma cirurgia para ficar bem. Algumas vezes, o prazer não é uma das opções apresentadas e, nesse caso, o Corpo tentará se mover na direção da menor dor disponível. Podemos observar isto nas pessoas que bebem até adoecerem para superar a dor emocional, pessoas que se mantêm em um relacionamento ruim por medo de não encontrarem mais ninguém e pessoas que cometem suicídio violento. E há também aquelas que fogem do prazer por medo de uma dor associada a ele, como as pessoas que evitam o sucesso por medo da crítica, aquelas que acreditam que prazer é um pecado punido por Deus e as que acreditam que o prazer as tornam fracas. Para a maioria, entretanto, é fácil notar que todo comportamento espontâneo, intuitivo e subconsciente segue as regras de buscar o prazer e evitar a dor.

E sobre a Mente? Ahhhh! A Mente é uma fanática fazedora de regras. Ela faz regras – muitas e muitas regras – sobre tudo que é imaginável. Ela faz regras de linguagem, regras sobre religião, regras sobre comportamento e até regras sobre o Universo. E quando ela realmente quer alguma coisa, ela vai em frente e muda as regras. Assim, temos centenas de idiomas ao redor do mundo, centenas de culturas que se baseiam em suas próprias idéias de certo ou errado, centenas de maneiras de nos relacionarmos com Deus, centenas de teorias científicas sobre centenas de assuntos, centenas de países com suas próprias variantes de sistemas políticos, centenas de milhares de leis governando o comportamento em diferentes sociedades... você já pegou a idéia. Pergunte a opinião de qualquer pessoa sobre qualquer coisa e o que você ouvirá serão as regras com as quais ela vive. As pessoas podem chamar suas regras de opiniões, crenças ou fatos, mas elas são apenas regras, algumas herdadas, algumas emprestadas e algumas fabricadas.

Quebrar as regras é complicado. Tente quebrar a regra do Espírito. A não-existência não parece ser a opção. E quando tenta quebrar as regras do Corpo, você normalmente obtém conseqüências físicas e emocionais severas e imediatas. O

Corpo busca seu prazer e teme toda dor, então, pobre da Mente que tentar alterar suas tendências naturais sem um bom motivo.

Há conseqüências por quebrar as regras da Mente, mas elas dependem de quais regras estão envolvidas e de quem mais está envolvido com elas. Você pode quebrar uma lei do direito com a impunidade se não houver mais ninguém ao seu redor, a menos que você confunda legalidade com moralidade (eventualmente elas coincidem). E se você quebrar uma lei moral, uma que você adotou para si, quando não houver mais ninguém por perto, você estará provavelmente punindo a si próprio. Você pode quebrar as regras de linguagem, mas corre o risco de ser mal compreendido. Você pode quebrar as regras da ciência a qualquer momento que quiser desde que não esteja buscando algum benefício, mas algumas coisas podem não funcionar do jeito que quer que elas funcionem. Você pode quebrar as regras sociais do seu grupo se não se importar de ser colocado para fora dele.

Não recomendo que você quebre as regras. Recomendo que você use as regras do Espírito e do Corpo e que trabalhe criativamente com as regras e com o talento que a Mente tem para fazer regras. Com as regras da Mente é muito mais fácil fazer regras diferentes do que tentar quebrar as regras antigas. As regras que não são mais utilizadas apenas desaparecem gradualmente. Você pode criar qualquer regra que quiser sobre qualquer coisa que quiser (não estou dando permissão, apenas é algo que qualquer pessoa pode fazer). Pode criar regras diferentes sobre como pensa e como se sente, sobre o que é possível e sobre o que significa o passado e o que o futuro trará. As regras que utiliza afetam seu comportamento e sua experiência. Mude suas regras e sua vida irá mudar. Pode ser este o momento de avaliar as regras com as quais você vive e de criar algumas novas regras.