

Presenciar a VIDA

E, de repente, somos lembrados de maneira abrupta que a vida é frágil, que precisamos cuidar dos entes queridos, que precisamos pausar, flexibilizar, cuidar, mudar.....

O que este momento pede para você, no seu íntimo, nos seus papéis de pai, mãe, filho, filha, líder, amigo, amiga, colega, mediador, mediadora?

A mim, está pedindo *presenciar*.

Presenciar as nuvens dos pensamentos que pulsam na mente: Vou sucumbir? Minha família vai viver? Quanto tempo durará essa crise? É mudança planetária? É oportunidade?

E se eu morrer, terá valido a pena esta vida? Deixarei boas lembranças? Terei impactado positivamente a vida das pessoas? Será que.....?

A vida está me pedindo presenciar: emoções, sentimentos, observar o que vive, momento a momento.

Medo? Insegurança? Incerteza? Curiosidade? Angústia? Ansiedade? Fé? Confiança? Esperança...

Todos esses sentimentos no centro do peito, no coração que pulsa mais forte, no corpo que se desequilibra.....

Te convido a presenciar os sentimentos com cuidado, com o canto do olho e bem devagarinho, bem de mansinho. E acolher cada um deles com ternura, com carinho. São verdadeiros, são reais. Mas, cuidado, sem olhar de frente para não dar pânico e sem deixar de olhar, pois não olhar pode ser ainda pior.

É preciso colocar a alma diante de si e contemplar. Contemplar essa alma que, soberba, por vezes se achou corajosa, e nada mais era do que destemida. Que se presumiu covarde, mas era somente medrosa.

Coisa de almas humanas.....

E, depois de olhar de cantinho de olho, e de descobrir devagarinho os sentimentos

pulsantes e os escondidinhos, pesquisar e pesquisar com muita delicadeza: Qual é afinal, neste momento, minha necessidade mais profunda?

A mim, do fundo do ventre, vem uma voz que me diz: Acquietar-se, silenciar..... permitir-se o tempo de pausar.

Pausar e abrir mão de distrações, da avalanche de informações. Pausar para estar comigo, de forma gentil, suave e acolhedora. Pausar para estar por inteiro, cheia de inteireza com quem estou. Pausar para estar presente agora, neste momento, cheio de luzes e de sombras.

Pausar e silenciar..... E dar o tempo ao tempo. Tempo para emergirem os caminhos, as soluções, as verdades: presentes para o EU presente.

Presente para o EU recuperar seu eixo, em pleno equilíbrio, consciente dos próximos passos.

O EU que resplandece no interesse verdadeiro por si e pelo outro.

O EU que sente compaixão genuína pelas fraquezas do próprio ego.

O EU em busca da essência da própria humanidade.

O EU que, em sua integridade, não desiste de alcançar a plenitude possível nesta vida.

O EU que acredita na sabedoria divina e se conecta com ela. Que vai em busca de ser amor, ser compaixão, ser verdadeiramente livre. Ser, momento a momento o que veio para ser.

