

**A ARTE DE VIVER  
A RELAÇÃO**  
*por Jorge Waxemberg*

*Copyright 1992 por Jorge Waxemberg*  
Tradução - Equipe da ECE - Editora  
de Cultura Espiritual  
Direitos para a língua  
portuguesa adquiridos pela ECE

## **Primeira Parte: Aprender a Relacionar-se**

### *Capítulo Um: A Relação e a Vida Espiritual*

A vida espiritual se assenta fundamentalmente sobre o amor, e este depende do caráter e do nível das relações. As relações são a trama da vida; desenvolvê-las de forma consciente e metódica é aprender a amar através de um trabalho que inclui todos os aspectos da vida e que transforma o viver em uma arte. Vida espiritual e arte de viver são, então, duas maneiras de se referir a uma mesma coisa. No entanto, o termo “vida espiritual” é geralmente mais associado a uma crença do que ao fato de viver, sem levar em conta que a vida de cada ser não é isolada, que vivemos em relação, não somente com outras pessoas e com o meio, mas em relação com o Mundo, o tempo e o mistério de não saber quem somos, de onde viemos e para onde vamos. E, especialmente, que vivemos em relação com o princípio fundamental do Universo que chamamos o Divino ou Deus.

Quando dizemos que buscamos plenitude e felicidade expressamos a necessidade de todo o ser humano de desvelar o mistério do Divino. Essa

necessidade não é satisfeita com explicações do Mundo e da vida, porém incorporando o Divino à consciência de ser, isto é, em termos tradicionais, com a união com Deus. Mas na acepção tradicional, a união da alma com Deus não se vincula ao fato de que ela vive numa rede de relações que inclui tudo. A idéia de que o desenvolvimento da alma é um processo que tem lugar somente entre a alma e o divino, abstrai o ser humano de sua realidade. A relação da alma com as almas e com o Mundo não é simplesmente um cenário onde se opera sua transformação espiritual. Pelo contrário, o desenvolvimento espiritual somente se faz possível quando é baseado na harmonização que se tem com todos os seres humanos e com todos os aspectos da vida.

O ser humano é inseparável do Universo: ele é em relação e vive em relação. No entanto, sua relação com o Mundo é em grande parte inconsciente; o homem só é consciente de algumas das relações, especialmente daquelas que estabelece voluntariamente.

O ser humano vive num meio tão reduzido ou tão amplo como o determine sua consciência. Como seus estados de espírito sofrem a influência de sua atitude, saúde, humor e das circunstâncias do momento, a dimensão subjetiva do meio em que cada qual se move, modifica-se continuamente. Daí que às vezes ele quer se relacionar com todos os seres – seu meio é o Universo – e outras, não quer ter relação com nada e com ninguém – seu meio é seu eu.

Mas o ser humano vive em relação, queira-o ou não, saiba-o ou não. Nenhum sistema está separado dele, senão que todo sistema existe com ele, inclui seu ser. Para alcançar uma sociedade melhor é necessário que cada homem aprenda a conviver, estabelecendo relações harmônicas.

É bom que quem busca uma sociedade melhor se conscientize de suas próprias relações e deixe de lado a crença de que sua originalidade e autenticidade como indivíduo se processam de forma isolada, fixa e abstrata. Isso o ajudará a perceber sua individualidade através da forma com que se relaciona com um meio que o inclui e constitui.

A tradição espiritual ensina as bases mínimas da relação humana: não matar, não ferir, não mortificar, não prejudicar. Isto é, controlar-se para não produzir males aos demais. Além disso, ensina práticas que predisõem a aceitar o próximo: tolerância, paciência, mansidão, compaixão. Apesar de que esses preceitos indiquem somente o princípio de uma relação propriamente humana, a humanidade em seu conjunto ainda não os realizou. É nestes primeiros passos que devemos começar a tomar consciência do caráter e nível das nossas próprias relações, para compreender a tarefa de harmonizá-las e universalizá-las.

O fato de se efetuar práticas espirituais não significa adiantamento espiritual se essas práticas não produzirem maior harmonia no sistema de relações. Imaginar que se está conseguindo desenvolvimento espiritual enquanto a convivência for, em muitos casos, uma situação em que apenas se tenta suportar o outro, seria desvirtuar o sentido do desenvolvimento. Acreditar que se está no caminho que conduz à união com Deus, enquanto se vive de tal maneira que os demais devem praticar virtudes para poderem conviver conosco é uma triste ilusão.

Desenvolver relações conscientes e harmônicas exige um esforço interior e exterior. Interior, porque deve ser feito um trabalho de autoconhecimento para superar a idéia de que existimos separadamente dos demais. Isso requer um

controle exterior contínuo para que a conduta não separe uns dos outros e possa ser formado um laço interior inquebrantável entre nós próprios e todas as almas.

As técnicas de autoconhecimento, como a meditação e os exercícios ascéticos, embora sejam recomendáveis, não bastam para produzir um desenvolvimento real se seu objetivo se limita a alcançar uma realização separada. Para conhecer-se e harmonizar as relações é preciso aplicar na vida quotidiana a visão universal que se vislumbra nos momentos de introspecção.

A união da alma com Deus é também sua união com todas as almas e com tudo o que existe. Não se pode abarcar o Cosmo sem incluir todas as suas partes, tanto as que se aceitam com gosto como as que provocam rejeição. Quem procura o infinito não pode desprezar, nem ignorar, nem rejeitar o que lhe parece limitado.

A arte de viver a vida espiritual baseia-se no amor e expressa-se nas relações. Amar e relacionar-se são a mesma coisa; na medida em que as relações se fazem conscientes, faz-se consciente o amor. A qualidade das relações mostra o caráter do amor. Quando a alma se relaciona consciente e harmonicamente com sua realidade, que é tudo, seu amor também se expande e abarca tudo.