

Silêncio para o Stress do Mundo !!!

Fco. José Alves de Aragão*

É na tentativa de alertar os jovens, que estão vivendo uma era de profundas mudanças, de aceleração dos conhecimentos, do acúmulo de informações, das novas relações capital-trabalho, do desemprego, da concorrência desenfreada, que aponto o trágico fato do barulho, do ruído, do nervosismo e do stress estar causando estragos substanciais à subjetivação humana.

Tudo está se acelerando excessivamente e, esse sentimento, dizem os físicos, não é ilusório. À distância de 100 Km. acima de nós existe um campo eletromagnético, que ressoa a uma frequência de 7,83 Hertz (pulsações por segundo). Também todos os vertebrados e nosso cérebro são dotados da mesma frequência biológica natural, fora da qual não podemos ser saudáveis. Ocorre que, a partir dos anos 1980, 1990, essa frequência passou para 11 e até 13 Hertz. O coração da terra disparou. Repare que, neste ponto, os desequilíbrios ecológicos se fizeram sentir: perturbações climáticas, vulcões ativaram-se, tsunamis, maremotos, bem como o crescimento de tensões e conflitos no mundo, comportamentos desviantes nas pessoas, etc...

Somos nós, os homens, os responsáveis por todo esse desequilíbrio, já que terra e humanidade formam uma única entidade, possuem a mesma natureza bioelétrica. O preço a ser pago pela humanidade e pela biosfera será alto, mormente a terra buscar formas de retornar a seu equilíbrio natural. Portanto, a percepção de que tudo está passando rápido demais não é ilusória, pois a aceleração geral faz com que a jornada de 24 h seja sentida, na verdade, como sendo somente de 16 h . Isso tudo, em suma, decorre do stress da terra, que é fruto do stress do homem, que é fruto dos processos sociais e emocionais e, mais amiúde, do capitalismo selvagem.

Asma brônquica, hipertensão arterial, úlcera, síndrome do pânico, fobia social, depressão e a novíssima síndrome metabólica são doenças associadas a todo esse processo. É também devido à sensação de impotência diante de “tudo o que está aí”, como injustiça social, corrupção, degradação ambiental, indiferenças étnicas, que revoltas podem chegar a atitudes extremas de violência: assassinatos em série, atentados terroristas, suicídios.

Bem, quero retomar o início de nossa conversa, para tentar compreender todo esse processo barulhento, ruidoso, dos nossos dias: será fruto de tudo o que já falei? Não sei... noto que escasseia até mesmo o número de pessoas com quem conversar, pois a ânsia por falar tem transformado os diálogos em monólogos sincronizados, onde os interlocutores não se escutam, só falam. Basta observar pessoas a conversar, todas falando ao mesmo tempo. Mas algo ainda pior está a acontecer a todo instante: a prática da emissão, em alto volume, de músicas em veículos que, adaptados a uma amplificação muito acima do razoável, impõem à coletividade o gosto “deste” ou “daquele” indivíduo. Não vou nem tratar aqui desse “gosto”, pois é uma outra discussão.

Soubessem os jovens da importância ímpar do silêncio, o mundo seria outro. A ritualística de muitos mosteiros está baseada no tripé-princípio “ver, ouvir e calar”. Trata-se de um exercício severo, que obriga os monges a disciplinar as idéias, pois um aprendiz não deve fazer outra coisa senão calar. A Lei do Silêncio nada mais é do que um perpétuo exercício do pensamento, em que fazemos abstração total de nossas próprias concepções, a fim de melhor assimilar as do orador, compreende-lo, para distinguir, pela reflexão e pelo raciocínio, a verdade nas próprias conclusões que em nós se impõem. Nesse ínterim, o silêncio é um prelúdio para a revelação, assinala um progresso, é uma grande cerimônia, dizem as regras monásticas. Escritores e simbolistas recomendam a prática do silêncio, dizendo que proibir-se a si mesmo de falar, para limitar-se a ouvir, é uma excelente disciplina intelectual, quando se quer aprender a pensar. É pela meditação silenciosa que as idéias amadurecem. O sábio pensa muito e fala pouco, nunca está satisfeito com aquilo que percebe sem a suficiente clareza e esforça-se por distinguir melhor antes de falar, daí a sua reserva e discrição. Os tagarelas, por sua vez, sempre estão ansiosos por expor o seu saber superficial.

Só o silêncio pode nos permitir ouvir a voz sutil das essências. Estudar, investigar, perguntar, progredir... torna-se imperioso aprender a conter, a disciplinar e a dominar a insopitável vontade de falar, falar, falar... torna-se imperioso tornarmo-nos mais pensadores que faladores, ademais aprender a calar é aprender a pensar e a meditar. Na escola Pitagórica, a nenhum dos discípulos era permitido falar, sob pretexto algum, antes de transcorridos 03 anos de seu noviciado.

A arte do silêncio é, pois, uma arte complexa, na qual é essencial aprender previamente a ouvir. Ouvir é uma ciência e, se esta ciência faltar, qualquer tentativa de compreensão hermenêutica, de consciência objetiva e de unidade de diversidades é destinada ao fracasso, além de estar prenhe de novos erros, na maior parte dos casos.

Portanto, meus caros jovens, sigam o caminho do silêncio, que é o dos sábios. Façamos com que a terra e toda a humanidade retorne à sua frequência bioelétrica natural, ao seu equilíbrio. Nossos filhos, netos, bisnetos, tataranetos... agradecerão. Será que chegaremos lá ?

BIBLIOGRAFIA:

- RIBEIRO, Marco Aurélio de Patrício & RIBEIRO, Luiz Távora Furtado. *Estresse: Conhecer para superar* . Petrópolis, RJ: Vozes, 2005.
- RIBEIRO, Marco Aurélio de Patrício & RIBEIRO, *O estresse no mundo moderno*. Fortaleza : Hannah, 1997.
- BACCARO, Arquimedes. *Vencendo o estresse* . Petrópolis: Vozes, 1991.
- BOFF, Leonardo. *Ecologia, mundialização e espiritualidade*. São Paulo: Ática, 1993.
- HOBSBAWM, Eric. *A era dos extremos*. São Paulo: Companhia das letras, 1996.
- LIPP, Marilda. *Pesquisa sobre o stress no Brasil*. Campinas: Papirus, 1996.
- RIBEIRO, Nuno Cobra. *A semente da vitória*. São Paulo: SENAC, 2000.
- TIBA, Içami. *Abaixo a irritação*. São Paulo: Gente, 1995.
- WEIL, Pierre. Normose – *Patologia da normalidade*. Campinas: Verus, 2003.