

Baixa Estima

A criatura materialista precisa crer que é superior, para compensar sua crença na insignificância da existência ou na falta de sentido em que vive.

Complexo de inferioridade consiste em conjunto de idéias que foram recalçadas no inconsciente da criatura em tenra idade, associadas às já existentes pelas experiências obtidas em vidas pretéritas. Ele age sobre a conduta humana, provocando sentimentos gratuitos de culpa, excessiva carga emotiva relacionada a pensamentos de baixa estima, freqüente sensação de inadequação e constante frustração em decorrência da desvalorização da capacidade e habilidade pessoal.

Para melhor entendimento de nossas considerações, definiremos o termo “recalque” ou “repressão” como um processo psíquico através do qual recordações, sentimentos, idéias e desejos inaceitáveis ou desagradáveis são excluídos da consciência, permanecendo apenas no inconsciente.

Alfred Adler, austríaco, um dos grandes nomes da psicanálise, médico, psiquiatra e psicólogo renomado, elucidou: “Subentendemos que, atrás das atitudes daqueles que se apresentam perante os outros com uma postura de superioridade, é possível a existência de um sentimento de inferioridade.”

Segundo a psicologia adleriana, cada pessoa possui um “estilo de vida”. Esse estilo é que motiva o indivíduo, através de impulsos sociais, a buscar o seu natural desenvolvimento e aperfeiçoamento. Na teoria de Adler, o “estilo de vida” forma-se na primeira infância e quase não se altera depois. Ele dizia que a maneira pessoal de o indivíduo se comportar, de se vestir, de se expressar ou de falar, ou melhor, sua forma de ser era a conseqüência desse “estilo” adotado. Concordando em parte com essa teoria, gostaríamos de acrescentar que o somatório dos múltiplos “estilos de vida” vivenciados nas diversas existências da alma humana, adicionado ao da infância atual, forma a real motivação que vai gerar nossas ações e atitudes. Somos, portanto, nós mesmos quem criamos nossas experiências, podendo assim modificarmos ou não os padrões de nossa vida.

Em muitas ocasiões, as pessoas tentam compensar esse sentimento de inferioridade, adotando formas de viver em que exageram e exaltam a própria personalidade. Tendência à arrogância, delírio megalomaniaco, preferência pela ostentação fazem parte do cortejo daqueles que possuem uma interiorizada depreciação de si mesmos.

Todos nós acolhemos em nossa intimidade não apenas crenças individuais, mas também as que nos foram transmitidas pela família e pela sociedade em vários níveis. Desde um gesto, um olhar ou uma expressão corporal até formas de conduta ou de verbalização, todos nós assimilamos as crenças alheias através de uma comunicação que poderíamos denominar de “contagante”.

Muitas almas, devido à sua imaturidade espiritual, deixaram-se contagiar por crenças materialistas, no decorrer dos séculos e nos diversos lugares onde viveram. Aceitaram as doutrinas filosóficas que defendem o ceticismo e que atribuem como causa ou origem da vida as propriedades íntimas da matéria. São as “crenças do acaso”, que atribuem a tudo um acontecimento fortuito ou aleatório.

Na Parte I, capítulo I, questão 8, de “O Livro dos Espíritos”, encontramos que seria um absurdo atribuir *“a formação primária a uma combinação fortuita da matéria, ou, por outra, ao acaso (...) A harmonia existente no mecanismo do Universo (...) revela um poder inteligente (...) o acaso é cego e não pode produzir os efeitos que a inteligência produz. Um acaso inteligente já não seria acaso.”*⁽³⁶⁾

³⁶ **Questão 8** – *Que se deve pensar da opinião dos que atribuem a formação primária a uma combinação fortuita da matéria, ou, por outra, ao acaso?*

“Outro absurdo! Que homem de bom-senso pode considerar o acaso um ser inteligente? E, demais, que é o acaso? Nada.”

Nota – A harmonia existente no mecanismo do Universo patenteia combinações e desígnios determinados e, por isso mesmo, revela um poder inteligente. Atribuir a formação primária ao acaso é insensatez, pois que o acaso é cego e não pode produzir os efeitos que a inteligência produz, Um acaso inteligente já não seria acaso.

Aprofundando nossas observações podemos considerar que a base de todo complexo de inferioridade inicia-se no materialismo, ou seja, na crença do nada.

Quando cremos que tudo provém do acaso e que nada existe senão o que os olhos físicos conseguem visualizar, iniciamos em nós o processo de inferioridade. Criamos, a partir daí, um “estilo de vida” inconsciente, baseado em que “não somos nada” e, em nossas profundezas, consideramos ser o produto momentâneo do acaso. Rejeitamos a riqueza incomensurável de nosso mundo interior e do Universo e não acreditamos na plenitude da Vida Mais Alta, porque desprezamos a Perfeita Ordem Divina. Ignoramos a essência sagrada que habita em nós e lutamos contra uma suposta má sorte, que nos fataliza a desgastar enorme quantidade de energia, por não reconhecermos as Leis Naturais que regulam tudo e todos.

O poeta e prosador francês François Marie Arouet, dito Voltaire, escreveu com muita propriedade: “O acaso não é, não pode ser, senão a causa ignorada de um efeito desconhecido.”

Quando a pretensão e o orgulho tomam conta de nossos atos, nossa maneira de ser passa a fundamentar-se numa constante supercompensação negativa de nosso sentimento de inferioridade, por acreditarmos que somos, simplesmente, uma “combinação fortuita da matéria”.

A criatura materialista precisa crer que é superior, para compensar sua crença na insignificância da existência ou na falta de sentido em que vive. O ser espiritualizado acredita que não é pior nem melhor do que os outros, porque percebe e age com seus sentidos voltados para a Eternidade e sabe que cada pessoa é tão boa quanto pode ser, conforme seu grau evolutivo.

No entanto, o materialista prossegue em sua jornada, crescendo e descobrindo que o caminho da felicidade é uma trilha que o leva para “dentro de si mesmo” e conduz até a Fonte Verdadeira, libertando-o da prisão dos sentidos para plenitude existencial.

A providência primeira e essencial, para que possamos nos curar do sentimento de baixa estima ou inferioridade, é a convicção na imortalidade das almas e na pluralidade das existências, somada à crença de que somos seres espirituais criados plenos e completos, vivendo uma experiência humana com o objetivo de nos conscientizarmos dessa nossa plenitude inata. As providências seguintes a serem tomadas deverão ser reflexões sobre as causas de nossos sentimentos de inferioridade, o modo como foram adquiridos e as crenças que os motivaram.

É essencial lembrar-nos de que sempre é possível alterar ou transformar nosso “estilo de vida”. Para tanto, não duvidemos de nossas aptidões e vocações naturais, nem questionemos, sistematicamente, nossas forças interiores. Para obtermos autoconfiança, somente é preciso reivindicarmos, valorosamente, o que já existe em nós por direito divino.

Baixa Estima

O sentimento de inferioridade ou de baixa estima associa as criaturas a uma resignação exagerada, a um autodesleixo ou descuido das coisas pessoais.

O sentimento de autopiedade pode nos tornar doentes fisicamente. Uma espécie de “invalidez psíquica” envolve-nos a existência e, a partir daí, sentimo-nos inferiores e incapazes, levados a uma perda total da confiança em nós mesmos.

A piedade aqui referenciada é o sofrimento moral de pesar ou a aflição que sentimos por autopunição. Ter pena ou dó, em muitas circunstâncias, pode não ser um sentimento verdadeiro, mas sim uma obrigação social aprendida, a ser demonstrada diante do infortúnio alheio.

No entanto, a sensação que experimentamos de amor, permeada de respeito e afeição pelos outros, revela-nos os reais sentimentos denominados de benevolência e de compaixão.

A baixa estima ou autopiedade pode-nos levar a ser vítimas de nós mesmos, pois estaremos somatizando essas emoções negativas em forma de doenças. Os sintomas da enfermidade podem ser considerados a forma física de expressar uma atitude interna, ou mesmo um conflito. Portanto, doentes não são somente as vítimas inocentes de algum desarranjo da Natureza, mas também os facilitadores de sua própria moléstia.

Os acontecimentos em si mesmos nunca têm muito sentido; precisamos aprender a discernir o que há por trás do aspecto físico, ou seja, atingir o conteúdo metafísico das coisas. A importância e a mensagem de um fato ou de um acontecimento somente aparecem clarificados, quando interpretados em sua significação; é isso que nos permite a compreensão completa de seu sentido.

Quando deixamos de interpretar as ocorrências da vida e o seguimento natural que implicará seu destino, nossa existência mergulhará numa total falta de sentido.

A doença sempre tem uma intencionalidade e um objetivo, surgindo nas criaturas de baixa estima a fim de alertá-las de que existe uma descompensação psíquica (seu sentimento de inferioridade) e da necessidade de harmonizá-la.

Os traços psicológicos dos indivíduos que sentem autopiedade são reconhecidos pela ausência de experiências interiores. Eles possuem uma restrita visão de seu ritmo interno, não valorizam seu mundo íntimo nem desenvolvem seu potencial inato, quer dizer, suas capacidades latentes (intuição, inspiração, percepção).

“Deus criou todos os Espíritos simples e ignorantes, isto é, sem saber. (...) os Espíritos, em sua origem, seriam como as crianças, ignorantes e inexperientes, só adquirindo pouco a pouco os conhecimentos de que carecem com o percorrerem as diferentes fases da vida.”⁽³⁷⁾

O que acontece é que estamos saindo da inconsciência para a consciência, da transitoriedade para a permanência, da personalidade para a individualidade, da razão para a intuição, do estar para o ser. Eis o processo de evolução das almas!

Portanto, pela ignorância e simplicidade inatas, não quer dizer que somos inferiores por criação divina. Filhos de Deus são perfectíveis (possuem o germe da perfeição); não foram criados

³⁷ **Questão 115** – *Dos Espíritos, uns terão sido criados bons e outros maus?*

“Deus criou todos os Espíritos simples e ignorantes, isto é, sem saber. A cada um deu determinada missão, com o fim de esclarecê-los e de os fazer chegar progressivamente à perfeição, pelo conhecimento da verdade, para aproximá-los de si. Nesta perfeição é que eles encontram a pura e eterna felicidade. Passando pelas provas que Deus lhes impõe é que os Espíritos adquirem aquele conhecimento. Uns aceitam submissos essas provas e chegam mais depressa à meta que lhes foi assinada. Outros só a suportam murmurando e, pela falta em que desse modo incorrem, permanecem afastados da perfeição e da prometida felicidade.”

Questão 115-a – *Segundo o que acabais de dizer, os Espíritos, em sua origem, seriam como as crianças, ignorantes e inexperientes, só adquirindo pouco a pouco os conhecimentos de que carecem com o percorrerem as diferentes fases da vida?*

“Sim, a comparação é boa. A criança rebelde se conserva ignorante e imperfeita. Seu aproveitamento depende da sua maior ou menor docilidade. Mas, a vida do homem tem termo, ao passo que a dos Espíritos se prolonga ao infinito.”

inferiores, mas sem ciência de si mesmos. Simples significa — básico, espontâneo, natural e primário. Ignorante — aquele que não tem consciência de si mesmo. Temos, portanto, a explicação da analogia (“seriam como as crianças”) feita pelos Espíritos Iluminados na questão em estudo.

Todas as nossas capacidades e idéias criativas estão potencialmente presentes, mas os seres precisam apenas de tempo para integrá-las em definitivo. O nosso desenvolvimento espiritual consiste, unicamente, na modificação da nossa maneira de ver, e isso nada mais é do que a expressão de uma nova visão de nós mesmos e do Universo.

O sentimento de inferioridade ou de baixa estima associa as criaturas a uma resignação exagerada, a um autodesleixo ou descuido das coisas pessoais. A perda do senso de autovalorização é também consequência do sentimento de inferioridade, que remete os indivíduos à vivência entre “hábitos cronometrados” e a uma “mecanização dos costumes”.

O maior sentido de nossa encarnação é a conscientização da riqueza de nosso mundo interior. Somos essências divinas em busca da perfeição, cujo caminho é o autodescobrimento.

Aqui estão algumas afirmações que, se observadas com atenção, poderão nos ajudar a reconquistar a autoconfiança perdida:

— somos potencialmente capazes de tomar decisões sem ter que recorrer a intermináveis conselhos;

— possuímos uma individualidade divina completamente distinta da dos outros;

— fazemos as coisas porque gostamos, não para agradar as pessoas;

— encontraremos sempre novos relacionamentos; por isso, não temos medo de ser abandonados;

— usaremos, constantemente, de nosso bom senso; portanto, as críticas e as desaprovações não nos atingirão com facilidade;

— tomaremos nossas próprias decisões, respeitando, porém, as dos outros;

— confiaremos na Luz Maior que há em nós; ela sempre nos guiará pelos melhores caminhos.

Certa vez, um pai desesperado trouxe seu filho até o Mestre, para que fosse curado... “E Jesus disse-lhe: Se tu podes crer, tudo é possível ao que crê. E logo o pai do menino, clamando, com lágrimas, disse: Eu creio, Senhor! Ajuda a minha incredulidade.”⁽³⁸⁾

Devemos, pois, todos nós juntos, aproveitando dessas palavras, repetir: “Senhor, ajuda-nos em nossa incredulidade!”, cientes de que depende exclusivamente de nossa vontade vencer os obstáculos da baixa estima, que nos impedem de alcançar a plenitude das realizações pessoais.

³⁸ Marcos 9:23 e 24.