

DESMISTIFICAR PARA SER + FELIZ

# Ética e consciência prática

NESTE MUNDO DE CRESCENTE MATERIALISMO, EM QUE TUDO PARECE ASSENTE NA BUSCA E SATISFAÇÃO DO PRAZER IMEDIATO, A QUEM PODE INTERESSAR OUVIR FALAR DE ÉTICA? DECIDI ARRISCAR ABORDAR O TEMA, CRENDO QUE É URGENTE FAZÊ-LO, PROPORCIONANDO MODESTAMENTE – A QUEM PROCURA ALARGAR HORIZONTES DA CONSCIÊNCIA – UMA JANELA DE OPORTUNIDADE PARA REFLEXÃO E MELHOR COMPREENSÃO DA RELAÇÃO ENTRE ÉTICA E FELICIDADE NOS DIAS DE HOJE.

**ISABEL GONÇALVES**

M.C.S.H. | Life & Family Coach  
Formadora  
www.harmonizando.com | 964 480 280



Muitos crescem a ouvir falar de ética como algo associado a bons princípios, boas maneiras e consideração pelos outros, ao ponto de os privilegiarmos sobre nós mesmos, isto é, sobrepondo sempre que necessário os seus interesses aos nossos – tal como fomos ensinados, “noblesse oblige”. Com a emergência quer de uma nova consciência de defesa dos

interesses próprios, que eu mesma advogo e que tenho desde sempre ajudado a edificar, quer de uma nova sociedade refletindo esses valores – observa-se uma aparente contradição (geradora de confusão) entre as fronteiras do “eu” e do “outro” em matéria de direitos individuais. Esta é uma das razões que explica fenómenos a que hoje assistimos com frequência todos os dias e dos quais a ética parece estar totalmente omissa: comportamentos de exploração

imediatista das pessoas e da natureza, de violência verbal e comportamental, de ignorância do sofrimento alheio (voltando a face), e tantos outros.

## MATRIZ UNA

A ética de que falo está profundamente associada a uma consciência social à escala global e planetária, e designa a aplicação dessa mesma consciência à vida prática.

Por essa razão, ela nunca passa de moda. À medida que nos vamos tornando cada vez mais eruditos e que outras áreas se abrem no nosso cérebro com novas funções cognitivas e funcionais, habilitando-nos a compreender realidades emergentes, assim também e de forma proporcional se alargam em nós – como uma potencialidade pura – novos espectros de sabedoria e compaixão (ou amor compassivo, como queiramos chamar). Ter a capacidade de integrar de

forma equilibrada estas três dimensões em nós, isto é, tornar uno o ato Pensar-Sentir-Agir é o que nos torna conscientes e plenos enquanto humanos. Se a consciência una assentar num plano primário de consciência – ditada exclusivamente pelos interesses privados, “egoicos” e de curto prazo – ela gera mais e mais sofrimento num processo infundável. Neste contexto – em que cada um crê ser o princípio, o centro e o fim da própria felicidade – os desejos geram sempre

mais desejos (seja qual for a sua natureza) e a não satisfação gera a sensação de se ser vítima de algo externo a si mesmo.

Se, pelo contrário, tivermos sempre presente a consciência da matriz una, e hoje cientificamente comprovada, que nos liga a todos entre nós e ao planeta (onde vivemos), que nos suporta e do qual dependemos, compreendemos a importância vital e urgente de nos tratarmos mutuamente com a maior bondade e o maior cuidado (carinho), pois tudo o que fazemos (pensamos, falamos e agimos), tenhamos ou não consciência disso, regressa para nós.

## PRATICAR O AMOR A TODOS

Nas sociedades antigas, estes princípios (assentes na consciência espiritual da existência humana e da vida em geral) eram uma prática inquestionável: nas sociedades ocidentais, de raiz cristã, pelo temor a Deus e à sua justiça divina; no Oriente, em particular nas comunidades de inspiração budista, taoista e hindu, pela necessidade de evitar o “kharma” ou Lei de Causa e Efeito – neste caso, apelando à prática do “dharma” ou prática de boas ações na senda da felicidade.

O conhecimento metafísico ancestral (Heráclito, Lao Tzu, Siddharta e tantos outros) assentava no paradigma do logos indiviso, do movimento perpétuo e da harmonia dos opostos em complementaridade. Esse conhecimento está cada vez mais atual como refere Gregg Braden, em *A Matriz Divina* (cientista e escritor internacional que, à luz da ciência quântica e relacionando ciência e espiritualidade, nos fala de um plasma que nos interliga, onde tudo está registado e do qual todos bebemos). Mas podemos igualmente evocar Carl Jung (fundador da psicologia analítica como hoje a conhecemos) nos postulados da sua teoria do “inconsciente coletivo”.

Para quem quer estar realmente atual, o amor aos outros (quero dizer todos, sem qualquer exceção), o respeito pela Terra e o alargamento do conhecimento – que se traduzem no ampliar de uma consciência espiritual, não necessariamente dogmática ou religiosa – estão cada vez mais na moda. Colocar em prática estes princípios é agir com ética. ☺

(Continua na próxima edição)