

APRESSA-TE LENTAMENTE

O falcão volteia-se lentamente e com elegância no céu azul como que a explorar o solo, com a sua poderosa acuidade visual, e vai planando com infinita paciência até detectar a preia; depois, repentinamente, lança-se em voo picado em direcção à terra a grande velocidade e volta a subir lentamente com uma presa. Pensou, repensou, analisou e depois deu seguimento à decisão tomada, como se *festina lente* (1) fosse a sua estratégia de pensamento. É o espírito-grupo no seu melhor.

Na correria vertiginosa da sociedade digital somos forçados a um dinamismo cada vez mais frenético, mais impaciente e prenhe de compromissos, no entanto a estratégia de pensamento aqui, está invertida porque, normalmente, agimos antes de pensar. O telemóvel toca sem parar, os e-mails surgem em catadupa, exigem respostas rápidas, temos mil e uma coisas para fazer num curto espaço de tempo, é como se o tempo fosse acelerado, em que tivéssemos que partir antes de chegar, ou de pensarmos logo em chegar antes de partir. A tecnologia produz cada vez mais instrumentos que visam a rapidez e que vão tornando os dispositivos digitais constantemente obsoletos tal é a velocidade com que evoluem. É a sociedade da comunicação fragmentada dos *sms* e dos *tweets*, baseada no visual rápido, superficial e sem tempo para saborear as coisas. São bastas as vezes em que não conseguimos pensar antes de agir.

O quotidiano obriga-nos a estar constantemente conectados ao digital, mas desconectados de nós mesmos. À menor contrariedade tornamo-nos explosivos como vítimas de intoxicação digital. Ao stress contínuo da velocidade fulgurante temos que contrapor momentos de concentração e meditação, temos que ter tempo para pensar e reflectir antes de agir. Cristo também se retirava, porque sentia essa necessidade de isolamento de saber desligar-Se, estar no mundo, mas não lhe pertencer.

O nosso cérebro tem dois modos – o rápido e o lento. O modo rápido é o mais antigo, é essencial para a sobrevivência; os valores não têm valor, porque são considerados irrelevantes; não olha para o passado nem para o futuro, só considera o presente; e pensar requer muito tempo e esforço e não há tempo para isso. No entanto o ser humano não está na Terra só para sobreviver, está sobretudo para evoluir espiritualmente, sobreviver *per se*, sabe a muito pouco.

Ao invés, o pensamento lento é um pensamento pesado de transportar, carrega consigo o *fardo* da memória, o peso das dúvidas e a incerteza do raciocínio. Foi assim que Fausto, já na sua velhice, e após uma vida dedicada ao estudo e à investigação, insatisfeito com os resultados, vende-se a Mefistófeles num pacto assinado com sangue, em troca do tudo e já. É como se Fausto passasse do modo lento, exigente, do estudo, esforço e meditação para o modo rápido do aqui e agora.

Mas nós sabemos mais que isso através dos Ensinamentos Rosacruz, a impaciência às vezes deita tudo a perder, porque quando sacrificamos a segurança pela obsessão da velocidade, estamos a cercar-nos pelo modo rápido, o que pode ser perigoso porque representa um desenvolvimento forçado, tal como Fausto desejou. Podemos, no entanto, reverter tudo isto, harmonizando o contraste da correria vertiginosa da vida

festina lente – *apressa-te lentamente*. Esta expressão foi atribuída ao imperador Augusto e significa: “nas tuas acções pensa e reflecte antes de agires.

material com a nossa vida espiritual pela equanimidade, apressando-nos lentamente, como o falcão, reflectindo antes de fazer.

Imitemos Cristo, apesar de estarmos sujeitos ao stress do dia a dia, retiremo-nos de vez em quando para nos desligarmos do mundo material e entrarmos em contacto com a nossa natureza interna em união espiritual. Com fé inabalável e confiança absoluta em Cristo, mantenhamos a serenidade.

*Concedei-me Senhor a Serenidade para aceitar as coisas que não posso modificar;
Coragem para modificar as que posso;
E Sabedoria para distinguir umas das outras.*

19 Maio 2019
António Ferreira