

## As bênçãos da convalescença

Alfred Heidenreich<sup>1</sup>



<sup>1</sup>Alfred Heidenreich (1898-1969) foi um dos fundadores da Comunidade de Cristãos e o primeiro guia para o Reino Unido e Irlanda.

Texto extraído de Heidenreich A. *The Blessings of Convalescence. The Christian Community in the United Kingdom and Ireland. Perspectives*; December, 2013. Publicado com autorização da Comunidade de Cristãos no Reino Unido e Irlanda.

A convalescença é uma das experiências mais alegres e significantes da vida humana. Assim como a doença é sempre uma crise da personalidade de toda, afetando vários lados de nossa existência, a convalescença pode ser a ressurreição da pessoa como um todo, um renascimento em todos os níveis de nosso ser. O retorno da saúde no sentido físico, por si só é uma alegria e uma fonte de gratidão. Raramente se percebe o que significa ser saudável até que se tenha estado doente. [...] Às vezes é bom lembrar que a saúde é um estado de equilíbrio que precisa ser reajustado e recriado de tempos em tempos. [...]

Junto com a pura recuperação física, vem um sentido mais profundo de progredir e crescer – que na infância é algo básico, mas que pode ser nosso novamente na convalescença. Quão prazerosos ficamos, quando éramos crianças ou jovens, pelos simples passos do progresso natural: passar de ano na escola, as primeiras calças compridas ou saias longas, a primeira festa, a crescente sensação de “ser mais velho”, o sucesso nos primeiros exames. Este tipo de emoção, que é nosso como algo natural enquanto crescemos, torna-se raro na vida adulta e muitas vezes desaparece por completo. Na convalescença podemos reaver isso. A primeira noite que conseguimos repousar, o primeiro dia sem febre, a primeira refeição normal novamente, [...] o quanto nós apreciamos esses degraus até o dia em que voltamos às nossas atividades normais. Em pouco tempo, infelizmente, a rotina diária volta novamente e faz com que os dias e as horas se esvaíam da maneira usual. Na convalescença tornamo-nos mais uma vez crianças que crescem, e podemos renovar o nosso conhecimento de primeira mão com uma qualidade essencial da juventude.

Apesar de reconhecer os benefícios necessários das drogas medicamentosas, precisamos ter cuidado com os excessos que possam prejudicar a convalescença. E, como as coisas estão hoje, pode-se frequentemente acabar com a convalescença completamente. A medicina técnica da atualidade possui os meios químicos de suprimir ou, pelo menos, de abreviar muitas doenças. Isto é uma bênção muito dúbia. Pelo fato da doença não poder fazer o seu trabalho próprio, a seguir, ao invés de uma semana de convalescença abençoada, podemos ter semanas ou mesmo meses de ressaca. Ficamos como cemitérios ambulantes de microrganismos que as ‘maravilhosas’ drogas mataram em nosso corpo.

Quando a maré muda depois da crise, às vezes temos a rara oportunidade de observar as puras forças vitais fluindo de volta para o nosso corpo. [...] Mas as bênçãos da convalescença não se esgotam pelo que a Natureza provê livremente de sua generosidade. Há outras bênçãos a serem adquiridas, se as buscarmos. Dissemos acima que a convalescença pode ser uma ressurreição e um renascimento. Com relação a este presente nós encontramos um guia no Novo Testamento. A clássica conversa sobre nascer de novo está contida no terceiro capítulo do Evangelho de João. Os dois mestres, “o mestre vindo de Deus” e “o mestre de Israel” se encontram à noite e conversam sobre o renascimento em vida. Cristo descreve dois passos: “Se alguém não nascer de novo, não pode

ver o reino de Deus"; e "se alguém não nascer da água e do Espírito, não pode entrar no reino de Deus". Estes dois passos podem ser dados na convalescença, um após o outro.

Doenças são desafiadoras e misteriosas. Mas durante a convalescença, podemos tentar sondar o seu significado. Antes disso, enquanto a doença está em andamento e com força total, muitas vezes não podemos fazer muito mais do que nos submetemos a ela. A doença deve seguir seu curso e devemos buscar o significado de tudo isso: qual foi a mensagem embrulhada neste pacote de dor e desconforto? Qual é o lugar da crise na configuração da minha vida?

Schiller diz: "Há momentos na vida do homem em que ele está mais próximo do espírito do mundo e é dada permissão para questionar o destino". A convalescença é um desses momentos. Então o véu que esconde as estrelas-guia da nossa vida fica um pouco mais fino do que o habitual; temos o tempo e o descanso ('forçado') para rastrear seus raios; e assim como Jacó, temos que lutar com o anjo que nos testou e dizer: "Não te deixarei ir, se não me abençoares" [Genesis, 32: 26].

Assim nossa convalescença pode se tornar um renascimento, e neste processo de renascer nós podemos explorar mais profundamente os segredos da vida, podemos vislumbrar a ordem espiritual do mundo, podemos realmente "ver o reino de Deus". Entretanto, este é apenas o primeiro passo.

O segundo passo é entrar no reino. Isto exige atos de vontade, de mudança e de ajuste honesto. Toda doença é uma fração da morte. Devemos treinar a nós mesmos, de tempos em tempos, para encarar a morte com a finalidade de um nascimento no reino. Depois de uma doença, vale sempre a pena perguntar a si mesmo o que teria acontecido se eu tivesse morrido? As minhas coisas estão em ordem? Eu estou em estado de perdão mútuo com as pessoas com as quais me relaciono? Meus relacionamentos são tão honestos quanto possíveis? Eu posso encarar a travessia do limiar?

Cristo fala deste segundo estágio do renascimento como um renascimento através de "água e espírito". Cristo usa a linguagem sagrada dos templos secretos. [...] A prova da água significa uma experiência em que tudo no qual confiamos instintivamente é abalado, quando a firme rotina da nossa vida, o seu ritmo estabelecido, dissolve-se; quando as certezas às quais nos apegamos se liquefazem; quando o espírito humano deve aprender a mover-se em solidão e humildade sobre a superfície de águas profundas. Isso testa a nossa fé.

A prova de fogo testa a força e a pureza do nosso coração; testa nosso amor e abnegação. As chamas queimam a nossa possessividade, nosso egoísmo, as reivindicações primitivas que a carne tem como certas. As chamas nos reduzem à nossa essência e mostram o nosso 'valor'. Elas expõem a medida da magnanimidade, coragem e abnegação que possuímos.

A convalescença que segue à doença é o momento certo para um ajuste fundamental. Nas crianças o reajuste através das doenças infantis geralmente é automático. As doenças típicas podem quase ser consideradas degraus naturais no processo de 'encarnação'. Em um adulto, raras vezes uma doença funciona automaticamente no nível moral ou espiritual; ele tem que colher os frutos consciente e intencionalmente. Em outro artigo, eu salientei que o único contexto em que Cristo usa a palavra 'pesar' ou 'dor' em conexão com uma doença é em referência a uma mulher quando ela está nas dores do parto. Penso que Cristo desejaria que considerássemos cada doença, no sentido mais profundo, como uma gravidez. O que importa é que a verdadeira personalidade humana – o Filho do Homem em nós – deveria nascer. A convalescença é o momento em que este processo íntimo pode ser promovido e ratificado deliberadamente. Na convalescença nós temos a chance de entrar no reino um pouco mais. Vale a pena, mesmo que seja apenas um pequeno passo.

[...] A convalescença também é uma condição especial para se receber o sacramento. Rudolf Steiner enfatizou esse ponto em sua recomendação aos fundadores da Comunidade de Cristãos.\* Durante a convalescença, as forças que carregam a bênção ativa do Cristo podem penetrar em grandes profundidades; elas podem operar diretamente na reconstrução de células. Após uma doença, o organismo inteiro está em um estado especial de 'jejum', e excepcionalmente capaz de absorver o dom do Senhor da Vida.

Mas, e no caso de uma doença com um desfecho fatal? Creio que num verdadeiro sentido, a vida após a morte pode ser descrita como o próprio arquétipo e padrão da convalescença. O ajuste abrangente, a prova da água e do fogo, o renascimento e crescimento do ser espiritual, estes são os eventos característicos e as experiências da vida após a morte. Lá eles trabalham em plenitude e força intacta. Talvez possamos resumir assim: a convalescença pode e deve ser uma antecipação da vida após a morte, aceita e trabalhada em liberdade e esforço consciente.

\*Movimento para renovação religiosa, fundado com base na antroposofia e sob as orientações de Rudolf Steiner, na Suíça, em 1922.