



## *Amar, cuidar e lembrar*

Prometi ao mundo que tudo faria para diminuir o seu sofrimento enquanto viver, e que me certificaria de que todo o legado tóxico que herdei da nossa cultura terminaria comigo. Idealmente, este legado deveria terminar com todos nós ainda durante esta vida.

Sei que este anseio pode parecer irrealizável, mas, no que me diz respeito, vou esforçar-me ao máximo por o levar a cabo. E vou fazê-lo porque a minha natureza mais profunda mo pede. Porque quando faço este tipo de trabalho, o meu coração rejubila. Porque a felicidade dos outros é a minha felicidade e, ao desempenhar esta

tarefa, sinto-me conectado com tudo o que há de mais verdadeiro, pois, na realidade, estamos todos interligados.

O que faço aqui? Porque estou aqui?

A resposta a estas perguntas encontra-se numa velha canção Sufi que aprendi quando era criança, intitulada “Porque estamos aqui? Para amar, cuidar e lembrar.” Lembrar o quê, exatamente?

Que somos todos uma família. Que os outros são porque eu sou. Que o que em mim é sagrado é sagrado em todos. E que a sacralidade permeia o cosmos.

Reverenciar e admirar o mundo é uma escolha nossa. Podemos ver essa beleza, e viver essa vida, ou podemos optar por não a ver, e por viver sem essa beleza. É nossa escolha ver o sagrado em cada um e em todos. Vejamos o sagrado na nossa família e nos nossos amigos e, em seguida, comecemos a procurá-lo nas pessoas, nos animais, nas árvores e nas plantas que vivem e crescem à nossa volta. É vital que vejamos vida em tudo, que estejamos verdadeiramente presentes nessa vida e sintamos a sua energia vibracional.

Quando vemos o sagrado em cada pessoa, vemos que aqueles que causam sofrimento aos outros não só também sofrem, como têm sido profundamente feridos por esta cultura desde que nasceram. Todas as crianças nascem com amor nos seus corações, mas só percebem que todos somos família quando o aprendem. Se não aprendermos, esquecemos.

A nossa cultura ensina-nos a esquecer. A nossa cultura ensina-nos quem devemos amar e quem não devemos amar. E confina-nos a um círculo muito pequeno de pessoas. Contudo, há cada vez mais pessoas a lembrarem-se de que a nossa família é a própria vida.

Sexismo, racismo, destruição ambiental, pobreza e guerra não têm razão de ser quando existe verdadeiro amor. E o verdadeiro amor desfaz preconceitos e crueldades, e liberta crianças e adultos de séculos de sofrimento herdado.

Esta é a revolução de que precisamos desesperadamente para salvar todas as crianças do sofrimento que irão herdar, se não nos comprometermos a assegurar que todo o legado cultural tóxico da nossa cultura acaba connosco.

Tim Hjersted