

O SEGREDO

Dr. Régis Cavini Ferreira

Há cerca de meio século um homem chamado Norman Vincent Peal escreveu "*O Poder do Pensamento Positivo*", um fenomenal sucesso de vendas. Ele concebia um sistema de vida baseado na hipótese de que todos podiam levar uma vida feliz e gratificante mediante a aplicação prática algumas regras simples.

Talvez seja inspirador do atualíssimo *O Segredo*, que afirma, entre outras coisas, que o pensamento pode criar a realidade. Mas é isso mesmo que acontece. Eu penso em construir uma casa, compro o material necessário e a construo, ou seja, tenho uma idéia, estabeleço um planejamento e o executo. O pensamento precede a realização, mas esta implica, necessariamente, em *trabalho*. Em *O Segredo*, para eu ter o que quero, basta pensar de uma certa forma que mais cedo ou mais tarde o Universo conspirará, magicamente, para que isto aconteça, sem qualquer trabalho aparente, a não ser pensar. É a possibilidade de se transformar em Deus que motiva tantas pessoas.

Se desejar for suficiente, trabalhar duro para quê? Esta é a razão do sucesso de *O Segredo*. Baseados nesta esperança, milhões põem em prática os ensinamentos secretos. Muitos afirmam que realmente conseguiram o que queriam. Mas o fato é que não se fala sobre o fracasso dos que quiseram e não conseguiram e nem sobre qual das duas situações é mais freqüente: conseguir ou não conseguir. Os que conseguiram são citados como o exemplo de que conseguir é uma possibilidade concreta; se outros conseguiram, porque não eu? Se não consegui é porque não fiz direito. Então, vamos refazer! E, assim, vai caminhando a Humanidade, de esperança em esperança, de ilusão em ilusão...

Em recente programa de entrevistas na televisão, citou-se o exemplo de uma paciente que, não obtendo resultados com o prolongado e dispendioso tratamento a que se submetia para um grave problema de saúde, cansou-se de tudo, disse para si mesma que não precisava de nada daquilo, suspendeu os medicamentos por conta própria e... curou-se completamente! Descontados os "*ahs!*" e "*ohs!*" de admiração, observa-se por parte de um segmento da população, talvez revoltado com os Planos de Saúde ou com o SUS, certa

descrença pelos médicos que, afinal, parece que nunca sabem o que fazem (sic). No meu entender, temos de ter muito cuidado com tais exemplos.

Em primeiro lugar porque não se fala sobre quantos fizeram a mesma coisa e morreram por falta de tratamento. Em segundo lugar, a simples divulgação deste fato sem seu precioso contraponto é potencialmente perigosa, pois pode levar pessoas ingênuas a tentarem fazer o mesmo. Minha intervenção, no programa, foi a de chamar a atenção do telespectador para que se houvesse, por exemplo, *um diabético que tomasse insulina e estivesse nos assistindo, eu o aconselhava a ter o pensamento positivo que pudesse ter, mas que não suspendesse a insulina*. Afinal, quem já viu alguém em coma diabético sabe do que estou falando.

Agora, se pensar firme pode até curar doenças gravíssimas, porque não faz crescer um membro amputado? Ou será que o pensamento só plasma a realidade dentro de certos limites? Ou será porque não somos lagartixas? Que limites são esses? Respondo: estes limites são definidos pela *distorcida visão estatística* que se constrói sobre o fenômeno, aliada à necessidade muito humana de soluções mágicas para problemas que demandam criatividade, planejamento estratégico e trabalho duro. Afinal, como já se afirmou sobejamente, o sucesso resulta de 1% de inspiração (*idéias*) e... 99 % de transpiração (*trabalho*)!

Existe realmente o Poder do Pensamento Positivo? As Neurociências podem oferecer respostas que se baseiam em dois fenômenos: a neuroplasticidade e sua relação com o comportamento.

A **neuroplasticidade** é a capacidade cerebral de estabelecer, a cada instante, novas ligações entre suas células (os neurônios) formando novas redes de neurônios em resposta a situações novas. Por exemplo, ao terminar de escrever este texto o meu cérebro já será diferente do que era ao iniciá-lo; também o cérebro do leitor já será diferente do que era quando iniciou a leitura: não só terá formado memória sobre o texto, como todo um conjunto de pensamentos e atitudes decorrentes se formarão com o passar do tempo. Isto acontece a cada instante: novas informações chegam; são processados e armazenados a cada segundo; novas memórias se formam e outras se extinguem. Se compararmos o cérebro com um computador, diríamos que o computador *deveria ter a capacidade de alterar sua estrutura física (hardware) a cada instante em função das mudanças constantes do programa que estivesse rodando (software)!...*

Se pensarmos firmemente numa coisa, é bem possível que estejamos estabelecendo novas conexões entre neurônios; se continuarmos a pensar da mesma forma, estas conexões e ligações se tornam cada vez mais fortes; se continuarmos ainda mais a pensar na mesma direção, é bem possível que acabemos construindo redes neurais, cujo funcionamento acaba por definir tendências capazes de produzir comportamentos dirigidos ao meio ambiente. Isto significa: vou acabar me comportando de uma maneira coerente com o que pensei.

Se eu pensar sempre numa direção, vou acabar me comportando em adequação com aquilo que pretendo e estarei sinalizando minha postura diante do mundo e o mundo tenderá a responder coerentemente com meu comportamento. Dependendo do emprego, se eu me vestir adequadamente para uma entrevista minhas chances de ser escolhido serão maiores do que as de um concorrente que lá apareça de bermudas rasgadas, sandálias e barba por fazer. É assim que nosso comportamento determina as possibilidades de obtermos o que queremos. Essas possibilidades serão tanto maiores quanto maior for a sua adequação com os valores culturais onde estivermos inseridos: se ficar deitado numa rede for um valor cultural, de nada adianta se levantar cedo para trabalhar se ninguém faz isso.

É assim que o ser humano constrói a História através dos tempos no seu universo de possibilidades. Pensamento, logística e execução: são estes os passos indispensáveis para a realização de qualquer coisa.

Pensar em um milhão de reais e porque pensamos muito neles esperar que o Universo nos dê uma mala cheia de dinheiro é esperançoso. Mas se pensarmos em um milhão de reais e adotarmos um comportamento de quem se dispõe a ganhar um milhão de reais e trabalhar muito neste sentido é mais provável que isto aconteça do que se eu ficar deitado numa rede, vendo o pôr-do-sol e bebendo água de côco.

Na verdade, o Segredo é um só: salvo exceções que só confirmam a regra, é através da realização de uma idéia criativa pelo trabalho que conseguimos aumentar as nossas possibilidades de conseguirmos o que queremos.

Este é o verdadeiro Segredo.

O resto é ilusão.