

# **REGRAS DA VIDA COTIDIANA**

**FILOSOFIA PRÁTICA E ATEMPORAL**

Louis Lavelle

5 jul 2025

# Sumário

<b>SOBRE O AUTOR</b>	<b>5</b>
Louis Lavelle (1883-1951) . . . . .	5
A Filosofia do Ato . . . . .	5
O Filósofo da Interioridade . . . . .	6
Legado e Atualidade . . . . .	6
 <b>INTRODUÇÃO EDITORIAL</b>	 <b>7</b>
 <b>NOTA EDITORIAL</b>	 <b>8</b>
A. SOBRE A TRADUÇÃO . . . . .	8
B. CONTEXTUALIZAÇÃO DA OBRA . . . . .	8
C. CONVITE À LEITURA . . . . .	9
 <b>NOTA DO TRADUTOR</b>	 <b>10</b>
A. DECISÕES TERMINOLÓGICAS . . . . .	10
B. DESAFIOS DE TRADUÇÃO . . . . .	11
C. CONTEXTO FILOSÓFICO . . . . .	11
D. PREMISSAS EDITORIAIS . . . . .	12
E. GUIA PARA O LEITOR . . . . .	13
 <b>REGRAS DA VIDA COTIDIANA</b>	 <b>14</b>
 <b>1 – O USO DAS REGRAS</b>	 <b>15</b>
 <b>2 – A ATITUDE GERAL</b>	 <b>17</b>
 <b>3 – REGRAS FUNDAMENTAIS</b>	 <b>19</b>
LIBERDADE . . . . .	19
UMA ATIVIDADE QUE SUPERA O QUERER . . . . .	20
 <b>4 – REGRAS DE CONDUTA EM RELAÇÃO AOS OUTROS</b>	 <b>21</b>
AMOR-PRÓPRIO . . . . .	22
 <b>5 – REGRAS DA INTELIGÊNCIA</b>	 <b>24</b>
REGRAS DA EXPRESSÃO . . . . .	26

<b>6 – ESTAR INTEIRO NO QUE SE FAZ</b>	<b>27</b>
ATIVIDADE DO ESPÍRITO . . . . .	27
PURIFICAÇÃO . . . . .	27
REGRAS DA INTELIGÊNCIA . . . . .	28
<b>7 – REGRAS DA MEDIDA</b>	<b>30</b>
REGRAS PESSOAIS DA COMPOSIÇÃO LITERÁRIA . . . . .	31
<b>8 – REGRAS DO USO DO CORPO, DA SAÚDE E DA DOENÇA</b>	<b>32</b>
REGRAS DO USO DOS SENTIDOS . . . . .	32
REGRAS DO MOVIMENTO E DO REPOUSO . . . . .	32
REGRAS DA VOCAÇÃO PARTICULAR . . . . .	33
<b>9 – AMOR-PRÓPRIO</b>	<b>34</b>
INTELIGÊNCIA . . . . .	35
DIVERTIMENTO . . . . .	35
VOCAÇÃO . . . . .	35
<b>10 – SOBRE AS PREOCUPAÇÕES</b>	<b>36</b>
O USO DAS REGRAS . . . . .	37
<b>11 – O HÁBITO</b>	<b>38</b>
O LIVRE JOGO DO ESPÍRITO (REGRAS DO ESFORÇO) . . . . .	39
<b>12 – RELAÇÕES COM OS OUTROS HOMENS</b>	<b>41</b>
VERSOS DOURADOS . . . . .	41
<b>13 – BASTAR-SE</b>	<b>43</b>
FÉ . . . . .	43
<b>14 – SABER DISPOR DE SEU ESPÍRITO</b>	<b>44</b>
A EXPERIÊNCIA . . . . .	45
<b>15 – UMA FACILIDADE DIFÍCIL</b>	<b>46</b>
PACIÊNCIA . . . . .	46
DISCIPLINA DE CADA DIA . . . . .	47
<b>16 – A OCASIÃO</b>	<b>49</b>
<b>17 - REGRAS DA UNIDADE</b>	<b>50</b>
SIMPLICIDADE . . . . .	50
<b>18 – A CONVERSÃO DO QUERER EM INTELECTO</b>	<b>52</b>
TEMPO . . . . .	52

<b>19 – A DISCIPLINA DO DESEJO</b>	<b>54</b>
REGRAS PARA CONSIGO MESMO - REGRAS DA VOCAÇÃO . . . . .	54
REGRA DA FELICIDADE . . . . .	54
<b>20 – REGRAS EM RELAÇÃO AOS OUTROS HOMENS</b>	<b>56</b>
GENERALIDADES SOBRE AS REGRAS . . . . .	57
TEMPO . . . . .	57
<b>21 - REGRAS DA SENSIBILIDADE</b>	<b>59</b>
REGRAS PARA CONSIGO MESMO . . . . .	59
CONTRA A CRÍTICA . . . . .	59
REGRAS PARA CONSIGO MESMO . . . . .	60
REGRAS DA INSPIRAÇÃO . . . . .	60

# SOBRE O AUTOR

## Louis Lavelle (1883-1951)

Louis Lavelle nasceu em Saint-Martin-de-Villereal, na região da Aquitânia, França, em 15 de julho de 1883. Filho de uma família modesta do interior francês, sua trajetória intelectual exemplifica a ascensão pelo mérito e pela dedicação ao estudo. Após completar seus estudos secundários, ingressou na prestigiosa École Normale Supérieure, onde se formou em filosofia com distinção.

Durante a Primeira Guerra Mundial, Lavelle serviu como oficial e foi feito prisioneiro em 1914, permanecendo em cativeiro por quatro anos. Esta experiência de confinamento e reflexão forçada marcou profundamente seu pensamento, levando-o a meditar sobre a natureza da liberdade interior e da vida espiritual — temas que se tornariam centrais em sua obra filosófica.

Após a guerra, iniciou sua carreira docente lecionando em diversos liceus franceses, até ser nomeado professor na Sorbonne em 1932, onde ocupou a cátedra de filosofia. Em 1941, foi eleito para o Collège de France, a mais alta distinção acadêmica francesa, onde permaneceu até sua morte. Paralelamente à carreira universitária, foi inspetor-geral da Instrução Pública e membro da Academia de Ciências Morais e Políticas.

## A Filosofia do Ato

Lavelle é considerado um dos principais expoentes do espiritualismo francês do século XX, ao lado de nomes como Gabriel Marcel e René Le Senne. Sua filosofia, conhecida como “filosofia do ato” ou “filosofia da participação”, defende que o ser não é uma substância estática, mas um ato contínuo de criação. Para Lavelle, existir é participar do Ato puro que é o próprio Ser, numa comunhão entre o finito e o infinito que se realiza a cada instante.

Sua obra principal, *De l'Être* (1928), estabeleceu os fundamentos de seu sistema metafísico. Seguiram-se *De l'Acte* (1937), *Du Temps et de l'Éternité* (1945), e *De l'Âme Humaine* (1951), formando sua tetralogia fundamental. Além destes tratados sistemáticos, Lavelle escreveu numerosas obras de caráter mais acessível, voltadas para a sabedoria prática e a condução da vida interior.

## O Filósofo da Interioridade

O que distingue Lavelle no panorama filosófico do século XX é sua insistência na primazia da vida interior e na dimensão espiritual da existência. Num período marcado pelo existencialismo ateu e pelo positivismo, ele defendeu corajosamente uma metafísica espiritualista que, sem ser confessional, reconhecia a abertura constitutiva do homem ao absoluto.

Sua influência estendeu-se muito além dos círculos acadêmicos. Através de suas obras sobre moral prática, psicologia e educação, Lavelle tornou-se um verdadeiro diretor de consciências para gerações de franceses em busca de orientação espiritual num mundo em transformação. Seus escritos sobre a família, o trabalho, a solidão e a comunhão humana revelam um pensador atento às questões concretas da existência.

## Legado e Atualidade

Louis Lavelle faleceu em Parranquet, em 1º de setembro de 1951, deixando uma obra vasta que continua a inspirar filósofos, educadores e buscadores espirituais. *Regras da Vida Cotidiana*, publicado postumamente, sintetiza de forma admirável sua sabedoria prática, oferecendo ao leitor contemporâneo um guia para a vida interior que permanece surpreendentemente atual.

Num tempo marcado pela dispersão, pela superficialidade e pela perda de referências, o pensamento de Lavelle surge como um convite ao recolhimento, à atenção e à descoberta daquela “atividade mais pura” que constitui o núcleo de nosso ser. Sua mensagem central — de que a verdadeira liberdade consiste em consentir ao movimento do espírito em nós — ressoa com particular força numa época que tanto necessita de autêntica vida interior.

É preciso que o espírito esteja sempre desperto; que não se deixe adormecer pela preguiça ou pela memória, nem se distrair pelo medo ou pelo desejo.  
— Louis Lavelle

# **INTRODUÇÃO EDITORIAL**

# NOTA EDITORIAL

A presente edição oferece ao leitor de língua portuguesa a tradução integral de *Règles de la vie quotidienne*, obra póstuma de Louis Lavelle (1883-1951), um dos mais eminentes representantes do espiritualismo francês do século XX. Este trabalho de tradução, realizado com rigoroso zelo, mantém absoluta fidelidade aos manuscritos originais deixados pelo filósofo, preservando não apenas o conteúdo filosófico, mas também o estilo aforístico e a elegância característica da prosa lavelliana.

## A. SOBRE A TRADUÇÃO

O texto que ora apresentamos foi vertido diretamente do francês, respeitando integralmente a estrutura original da obra em seus vinte e um capítulos. Cada máxima, cada reflexão, cada nuance do pensamento de Lavelle foi cuidadosamente transposta para o português, com especial atenção à precisão terminológica exigida pela densidade conceitual do texto. As decisões tradutórias, devidamente explicitadas nas notas do tradutor, buscaram sempre o equilíbrio entre a fidelidade ao original e a clareza necessária ao leitor contemporâneo.

## B. CONTEXTUALIZAÇÃO DA OBRA

*Règles de la vie quotidienne* ocupa um lugar singular no corpus lavelliano. Diferentemente de suas obras sistemáticas como *De l'Être* ou *De l'Acte*, este texto revela o filósofo em sua dimensão mais íntima e prática, oferecendo não um tratado abstrato, mas um verdadeiro manual de sabedoria para a condução da vida interior. É a filosofia do espírito aplicada ao cotidiano, a metafísica tornada exercício espiritual.

O leitor encontrará aqui não apenas preceitos morais, mas uma autêntica fenomenologia da vida espiritual, onde cada regra surge como fruto de uma experiência vivida e meditada. Este caráter experiencial confere ao texto uma atualidade surpreendente, tornando-o particularmente relevante para o homem contemporâneo em busca de orientação autêntica num mundo fragmentado.



## C. CONVITE À LEITURA

Ao entregar ao público esta edição de *Regras da Vida Cotidiana*, nutrimos a esperança de que a sabedoria de Louis Lavelle possa iluminar novos caminhos de reflexão e prática espiritual. Que estas páginas sirvam não apenas como objeto de estudo, mas sobretudo como companheiro de jornada para todos aqueles que buscam uma vida mais plena e consciente.

Convidamos o leitor a abordar este texto com a mesma disposição de espírito que Lavelle recomenda: com atenção desperta, sem pressa, permitindo que cada máxima ressoe em sua própria experiência.

As regras não são receitas para agir, mas sim uma forma de nos recordar de nossa atividade mais pura, cujo exercício é sempre novo.

— Louis Lavelle

---

*Skep Vox*  
*Julho 2025*

# NOTA DO TRADUTOR

## A. DECISÕES TERMINOLÓGICAS

1. ***Esprit* traduzido como “Espírito”:** Esta é a decisão mais crucial da tradução. No contexto do espiritualismo francês, *esprit* não se reduz a “mente” (*mente*) nem a “intelecto” (*intelecto*). *Mente* teria uma conotação excessivamente psicológica ou cognitivista, enquanto *intelecto* se refere a uma faculdade específica da razão. Lavelle, herdeiro de uma tradição que vai de Descartes a Bergson, usa *esprit* para designar a realidade primordial da consciência, o ato puro, a fonte da liberdade e da interioridade. “Espírito”, em português, é o único termo que carrega essa dupla valência, metafísica e existencial, sendo a escolha padrão e indispensável para traduções desta escola filosófica.
2. ***Amour-propre* traduzido como “Amor-próprio”:** A tradução literal foi mantida por ser o termo técnico consagrado na filosofia. É fundamental não o confundir com “autoestima” ou “amor por si”. Na tradição moral francesa, especialmente desde Rousseau, *amour-propre* designa um tipo de amor por si que é mediado pelo olhar do outro, gerando vaidade, orgulho, competição e dependência da opinião alheia. Lavelle o utiliza consistentemente com essa carga negativa, como um obstáculo à vida espiritual autêntica. “Autoestima” é um termo da psicologia do século XX, anacrônico e conceitualmente inadequado.
3. ***Volonté* traduzido como “Vontade”:** A tradução é direta (*vontade*), mas é importante notar que, para Lavelle, a vontade não é mero desejo ou arbítrio. É um ato espiritual que se aplica ao próprio espírito, uma força que busca se converter em luz (*intelecto*). A tradução mantém a ressonância com o voluntarismo de Maine de Biran e a concepção cartesiana da vontade como afirmação do espírito.
4. ***Habitude* e *Habitus*:** No capítulo 11, Lavelle faz uma distinção explícita e crucial. *Habitude* foi traduzido como “hábito”, com sua conotação de automatismo e mecanicidade. Para *habitus*, termo escolástico que designa uma disposição permanente e ativa da alma, a decisão foi manter o termo em latim e em itálico, como é praxe em textos acadêmicos. O próprio autor o introduz como um termo técnico distinto. Traduzi-lo por “hábito” destruiria a oposição central que Lavelle constrói no parágrafo.
5. ***Insensible* traduzido como “Imperceptível”:** Em passagens como “*disposition insensible de l’âme*” (Cap. 1), uma tradução literal por “disposição insensível” seria enganosa em português, sugerindo frieza ou falta de emoção. O sentido em francês é

“aquilo que não é percebido pelos sentidos ou pela consciência imediata”. Portanto, “imperceptível” foi a escolha para garantir a clareza do conceito: uma disposição sutil, que opera abaixo do limiar da percepção consciente.

## B. DESAFIOS DE TRADUÇÃO

1. **Sintaxe e Clareza:** A prosa francesa, especialmente a filosófica, frequentemente utiliza construções que, se traduzidas literalmente, soam convolutas em português. Um desafio recorrente foi a estrutura **ne... que** (significando “apenas”, “somente”). Por exemplo, a frase “ce qui n’est possible... que si...” foi reestruturada para “o que só é possível... se...”, conectando a condição principal de forma mais direta e fluida para o leitor de língua portuguesa, sem alterar o rigor lógico.
2. **O Estilo Aforístico:** Lavelle escreve em máximas curtas, densas e polidas. O desafio foi manter a concisão e o impacto de cada aforismo sem que soassem truncados ou telegráficos em português. Isso exigiu um trabalho cuidadoso com o ritmo da frase e a escolha de palavras que fossem, ao mesmo tempo, precisas e sonoras.
3. **A Lógica Paradoxal:** O parágrafo sobre altruísmo e egoísmo no Capítulo 20 é um exemplo de um desafio lógico. Lavelle constrói uma cadeia de raciocínio complexa e quase paradoxal para desconstruir uma visão simplista da caridade. A tradução buscou recriar essa cadeia passo a passo, utilizando conectivos lógicos precisos (**pois, ou, de tal sorte que, mas**) para garantir que a arquitetura do argumento não se perdesse, mesmo que a leitura exija atenção redobrada, como no original.
4. **Conceitos sem Equivalente Direto:** A noção de *divertissement*, como usada por Lavelle, ecoa profundamente o conceito de Pascal. Não se trata apenas de “diversão” ou “entretenimento”, mas de toda atividade que desvia o homem de si mesmo e da contemplação de sua condição. Embora a palavra “distração” tenha sido usada, é importante que o leitor tenha em mente essa carga filosófica pascaliana de “desvio existencial”.

## C. CONTEXTO FILOSÓFICO

1. **A Escola de Lavelle (Espiritualismo Francês):** Louis Lavelle (1883-1951) é um dos principais expoentes do “espiritualismo francês”, uma corrente filosófica que afirma a primazia do espírito, da consciência e da liberdade como dados primeiros da experiência. Em oposição ao positivismo e ao materialismo, essa escola foca na análise da interioridade (a vida da consciência) como ponto de partida para a metafísica. A filosofia de Lavelle é uma “filosofia do espírito” ou “realismo espiritualista”, defendendo que o ato espiritual não é apenas um fenômeno subjetivo, mas o modo de participação no Ser.

2. **Diálogo com a Tradição:** O texto está em constante diálogo com grandes nomes da filosofia francesa:

- **Descartes:** A ênfase na interioridade, na reflexão e na distinção entre o ato de pensar e seu objeto ecoa o *cogito* cartesiano. A própria ideia de “regras” para a direção do espírito remete diretamente a Descartes.
- **Pascal:** A influência de Pascal é talvez a mais palpável, especialmente na crítica ao *divertissement* (distração), na valorização de uma sabedoria que transcende a razão geométrica (“o espírito de finura”) e na percepção da condição humana como um misto de grandeza e miséria.
- **Bergson:** Embora Lavelle tenha desenvolvido seu próprio sistema, a crítica a uma visão estática e meramente intelectualista do conhecimento, em favor de uma apreensão mais dinâmica e intuitiva da realidade, aproxima-o de Henri Bergson. A ideia de um ato contínuo do espírito e a crítica ao tempo como mera sucessão de instantes também mostram essa afinidade.

## D. PREMISSAS EDITORIAIS

1. **Linguagem de Gênero:** O texto original utiliza o masculino genérico (“l’homme”, “il”), como era padrão na época. Para manter a fidelidade histórica e estilística, a tradução preservou essa convenção (“o homem”, “ele”). Esta escolha não representa uma adesão à exclusividade de gênero, mas um reflexo do original. O leitor é convidado a interpretar esses termos de forma inclusiva, referindo-se à condição humana em geral. A introdução de uma linguagem neutra seria uma intervenção anacrônica e editorialmente intrusiva.
2. **Nível de Formalidade:** Foi adotado um registro formal e acadêmico, condizente com a natureza da obra. Utilizou-se a conjugação verbal e pronominal padrão do português do Brasil para textos dessa natureza, evitando coloquialismos ou informalidades.
3. **Consistência Terminológica:** Foi criado um glossário interno durante o processo para garantir que os termos filosóficos chave (*esprit*, *volonté*, *amour-propre*, etc.) fossem traduzidos de forma consistente ao longo de todos os 21 capítulos, assegurando a coerência do sistema de pensamento de Lavelle.
4. **Ambiguidade:** Em raros momentos de possível ambiguidade, a interpretação foi guiada pelo contexto geral da obra de Lavelle, priorizando sempre o sentido que reforçasse os pilares de sua filosofia: a primazia do ato, a interioridade e a liberdade espiritual.
5. **Títulos:** O uso de maiúsculas nos títulos dos capítulos foi mantido, tal como aparecem no manuscrito original francês, o que preserva o caráter solene e distintivo que Louis Lavelle conferiu à sua obra, respeitando suas escolhas estilísticas originais.

6. **Apresentação Gráfica:** A disposição tipográfica dos aforismos, com o uso criterioso de espaçamentos e separadores, visa realçar o caráter meditativo do texto, convidando o leitor àquela leitura pausada e reflexiva que a profundidade do conteúdo exige.

## E. GUIA PARA O LEITOR

1. **Passagens Chave para Contexto:** Recomenda-se atenção especial ao **Capítulo 11**, onde a distinção entre *habitude* (hábito) e *habitus* é fundamental para compreender a crítica de Lavelle ao automatismo e sua defesa de uma disposição espiritual ativa. Da mesma forma, a crítica ao *amour-propre* ao longo de toda a obra ganha profundidade quando compreendida em seu contexto filosófico francês.
2. **Termos para Referência no Original:** Para um estudo aprofundado, o leitor pode beneficiar-se ao consultar os seguintes termos no original em francês, dada a sua densidade conceitual:
  - ***Esprit*:** Para sentir sua onipresença e sua centralidade.
  - ***Amour-propre*:** Para conectá-lo ao debate moral francês.
  - ***Le Tout*:** Para perceber sua conotação metafísica de Totalidade ou do Absoluto.
  - ***Jeu*:** Termo polissêmico que aparece como “jogo”, “funcionamento”, “curso”, indicando a dinâmica livre e não forçada da atividade espiritual.

# **REGRAS DA VIDA COTIDIANA**

# 1 – O USO DAS REGRAS

É tão difícil fazer um bom uso das regras quanto um bom uso dos livros.

Pois o apelo aos livros é, na maioria das vezes, um apelo à memória presente e disponível, assim como o apelo às regras é um apelo a um mecanismo de funcionamento assegurado. As regras, como os livros, são auxílios que não devem ser desprezados, mas que devem sugerir certos movimentos do pensamento, e não tomar o seu lugar.

O objetivo da reflexão deve ser o de formular um pequeno número de regras de vida, mas que sejam tais que pouquíssimos homens tenham força suficiente para fazer delas um uso constante; ou seja, não apenas nos raros momentos em que a vontade parece renovar-se e tensionar-se, mas por meio de uma espécie de disposição imperceptível da alma, na qual as regras nos estabelecem e que vem acompanhada de uma luz onde a necessidade e a liberdade se confundem.

E a eficácia das regras se funda num exercício da atenção, mais do que na repetição de uma prática.

A única regra é manter um bom estado moral, sem preocupação excessiva com o poder que a técnica oferece ou com a natureza do objeto que nos é apresentado. Pois um bom estado moral dispõe de um poder que supera o da técnica e atrai para si o objeto que melhor lhe convém.

A quem levantasse uma crítica de quietismo, seria preciso dizer que isso significa descobrir e pôr em ação a atividade mais sutil e mais profunda, da qual a vontade não passa de uma imitação hesitante e grosseira.

É preciso retornar a estas regras cotidianas da noite e da manhã, que nos obrigam ao exame de consciência e ao bom propósito, mas com a condição de que ultrapassem todos os atos particulares e tragam à luz aquelas potências da alma que quase sempre se ocultam, mas que um ato contínuo de nossa atenção pode manter sempre despertas.

No início do dia, trata-se apenas de se firmar na intenção. E no final, quando tudo já se tornou efeito, não se trata de lamentar a distância que a separa da intenção, mas de encontrar, no próprio efeito, um excedente que a aprofunda.

Nunca devemos nos interrogar sobre o que fazer, mas nos firmar nesta pura intenção espiritual que nos mostrará, quando for preciso, o que devemos fazer, sem que tenhamos de deliberar a respeito.

Pois a vontade é um ato do espírito que se aplica ao próprio espírito, e não às coisas; e quando o espírito é o que deve ser, ele se traduz adequadamente nas coisas.

Não era um mau conselho o que davam os Epicuristas, de aprender de cor as máximas fundamentais; o objetivo era tê-las sempre presentes e disponíveis, sem esforço, e na mesma forma em que se revelaram quando percebemos sua verdade espiritual pela primeira vez.

Isso é indispensável para seres que vivem no tempo e estão sempre prontos a esquecer o melhor de si mesmos. Para um autor, nunca é inútil reler as próprias obras.

É preciso que o exame de consciência de cada noite seja um meio de obter um sono tranquilo, purificando-se das preocupações do dia, pois elas permanecem vivas e não cessam de nos perturbar, justamente quando tememos trazê-las à luz da consciência.

O papel da consciência não é, como se crê, produzir em nós a insegurança e a angústia; seu papel, como o do sol, é iluminar, purificar e apaziguar-nos.



## 2 – A ATITUDE GERAL

É preciso conseguir que nossas intenções coincidam sempre com nossos gostos e com nossa vocação, e levar cada intenção ao seu ponto máximo, ou seja, ao absoluto. Para isso, porém, é preciso não ter intenções particulares: particulares são apenas os efeitos; eles sempre seguem a intenção e revelam sua medida.

O único meio de ser forte é nunca subordinar o que se é — isto é, o que se pensa, se diz ou se faz — a uma preocupação particular ou a um fim temporal.

Cabe a elas me seguir, e não a mim segui-las.

Manter um justo meio entre a frieza e a exaltação, ou seja, a perfeição de ambos os estados ao mesmo tempo.

Nunca se dedicar a problemas impostos de fora e por outros, mas sempre a problemas que nascem de dentro, de nós mesmos.

E, na medida do possível, seja na ordem do conhecimento ou da conduta, não propor, nem se propor problemas.

Nunca falar de si, nunca pensar em si. Isso distrai e enfraquece. Todo pensamento, toda ação deve se orientar para um objeto e ter esse objeto como fim.

Tentar sempre permanecer no cume de si mesmo, lá onde residem nossos pensamentos mais elevados e nossas intenções mais puras.

Manter-se familiar, tanto em palavras quanto em ações, com dois ou três pensamentos essenciais dos quais todo o resto depende.

E, uma vez reencontrado o contato com eles, deixar que a natureza faça o resto.

É preciso agir sempre com uma livre espontaneidade, o que só é possível se nossa ação brotar naturalmente das partes mais altas de nós mesmos, pois, de outro modo, a reflexão não cessaria de nos perturbar.

É preciso ser flexível como um cipó, mas, como ele, impossível de romper; e suave como uma superfície perfeitamente polida, mas perfeitamente dura.

Ser nítido, ou seja, ser puro, mas de uma pureza que se defende de todas as máculas.

Dedicar-se sempre apenas a grandes coisas, ou às pequenas em função das grandes, e nunca por elas mesmas. E as grandes são aquelas que dizem respeito à minha vida inteira e contribuem para determinar o sentido do meu destino.

O repouso na atividade.

## 3 – REGRAS FUNDAMENTAIS

É preciso que o espírito esteja sempre desperto; que não se deixe adormecer pela preguiça ou pela memória, nem se distrair pelo medo ou pelo desejo; que nunca deixe introduzir-se em si um intervalo que o separe de si mesmo; que não haja nele fórmula que se repita nem hábito em que se confie; que ignore igualmente o passado e o futuro; que esteja sempre pronto a escutar e a acolher tudo o que se oferece à sua atenção, quer venha de seu próprio fundo, quer lhe venha de fora.

Não precisamos de regras particulares: basta, como diz o povo, “que o moral esteja bom”. E todos sabem em que consiste esse bom moral, tanto quando o possuem quanto quando o perderam. Sabem menos como adquiri-lo, ou seja, como mantê-lo quando o têm e reencontrá-lo quando não o têm. Nisso consiste o objeto próprio da sabedoria.

Enquanto isso, podemos apenas tentar defini-lo: uma ausência de desejo e de amor-próprio; uma presença e uma resposta a tudo que me é oferecido; uma alegria de existir que me eleva acima de todos os modos de existência e que não se deixa desviar do instante nem pelo pesar do passado, nem pela esperança ou pelo temor do futuro.

### LIBERDADE

É melhor abandonar-se à espontaneidade e até ao gosto do prazer do que dar ouvidos a essa falsa razão que nos desvia do presente e busca sempre, no futuro, o caminho do interesse. Nunca se deve falar nem agir como um mercenário. Egoísmo e espontaneidade não devem ser confundidos.

Não há egoísmo que não envolva algum cálculo, assim como não há espontaneidade que não envolva alguma nobreza. E mesmo o gosto do prazer não é isento de desinteresse. Resistir ao egoísmo é reencontrar em si uma espontaneidade nativa, anterior a todos os cálculos, e, fora de si, um contato direto com a realidade que o interesse jamais permite.

Esse laço imediato entre a espontaneidade e a realidade é a própria essência da sinceridade. A partir do momento em que a reflexão se interpõe e o indivíduo pensa em seu próprio bem, a sinceridade começa a se corromper.

## UMA ATIVIDADE QUE SUPERA O QUERER

Toda a dificuldade está em liberar em si uma atividade que seja, ao mesmo tempo, mais segura, mais potente e mais fácil que o querer. Evitamos recorrer a ela e atrapalhamos seu livre curso porque o amor-próprio se intromete, recusa-se a renunciar a si mesmo e a consentir numa ação que ele é incapaz de reivindicar como sua.

Tudo se torna fácil (ler, reter, fazer e agir) quando, em vez de buscarmos adquirir um bem exterior para torná-lo nosso, encontramos nele apenas o exercício de uma potência da alma que já o pressentia e até o trazia em si, e da qual esse bem encarna o livre jogo.

Nunca buscar no repouso o remédio para o esforço, mas sim numa atividade mais livre e mais pura.

A maior força consiste em reencontrar, nos pontos mais essenciais e em toda a sua luz, as afirmações mais comuns da humanidade. Elas permanecem fórmulas vãs e banais se não jorrarem do fundo de nós mesmos, como se nós mesmos as tivéssemos inventado.

É preciso que nos pareça, ao mesmo tempo, que sempre as soubemos e que as encontramos pela primeira vez. Mas é estéril começar por tomá-las de fora, crendo que depois é possível reanimá-las com uma espécie de calor emprestado.

Ter o olhar voltado apenas para dentro e não para fora; para o que é, e não para o que deve ser, abolindo assim a consideração de todos os fins. E aquilo que chamamos de fim, em vez de ser objeto da vontade, deve ser consequência de uma disposição interior na qual estamos estabelecidos, e que nos basta.

## 4 – REGRAS DE CONDUTA EM RELAÇÃO AOS OUTROS

Nunca se deve buscar defender-se, mas sim converter e, se preciso, converter-se a si mesmo.

Pode-se recusar a luta quando ela se apresenta, mas que não seja por indiferença, preguiça, egoísmo ou desprezo, nem mesmo por essa separação e recolhimento em si, onde se quer ficar a sós com Deus.

Que seja por uma espécie de vitória já conquistada pela verdade, à qual basta mostrar-se para vencer, sem necessidade de atacar nem de se defender.

Há palavras que se pronunciam com a única intenção de agir sobre os outros e de produzir algum efeito, o que também acontece quando se escreve. Tais palavras não têm valor. As únicas que contam são as que são ditas por respeito à verdade, e não ao resultado.

Elas excluem toda intenção de enganar, mesmo que por bondade. Não produzem nada que não seja excelente, pois respeitam a ordem do mundo e convidam todos os homens a nela tomarem seu lugar.

Nunca se deve cobiçar nada: isso nos enfraquece e nos põe à mercê dos outros. Somos imediatamente contestados. Mas, por vezes, há desprezo em recusar o que nos pedem para aceitar, quando não o cobiamos nem o desejamos.

Nunca lidar com coisas, mas com pessoas; nem ter em vista o objeto de que se fala, mas as pessoas com quem ou de quem se fala.

A influência que podemos exercer sobre os outros provém daquilo que somos capazes de lhes sugerir. Ela não ocorre sem uma certa indeterminação que devemos deixar em nosso próprio pensamento, que precisa se completar numa invenção, real ou possível.

Ela desperta uma emoção que deixa em suspenso, e o que comunica a outrem é a ideia de um ato, e não a posse de um estado.

O papel das palavras é expressar um movimento do pensamento e da vida que sempre ultrapassa seu próprio conteúdo.

## **AMOR-PRÓPRIO**

O verdadeiro mérito não se detém a disputar com os homens para exigir reconhecimento. Não sofre por ser esquecido. Quem sofre é o amor-próprio, mas o amor-próprio não é o mérito. Ele se une ao mérito para corrompê-lo. É somente ele que exige saborear uma recompensa à qual não tem direito algum.

Falar sempre com os outros sobre o que lhes interessa, e nunca sobre o que me interessa e os deixa indiferentes ou os irrita.

Os dois problemas fundamentais nas relações com os outros são: o primeiro, produzir o amor pelo querer; o segundo, explicar a estranha inversão que faz com que satisfações que desprezo em mim se tornem boas quando procuro dá-las a outrem. Eis o problema mais difícil de toda a química da consciência.

Existem duas máximas que parecem contraditórias e, no entanto, formam uma só.

A primeira é nunca pensar no público, pois a verdade nos escapa se pensamos não nela, mas na opinião que outro poderá ter a seu respeito.

A segunda é pensar apenas no público, pois a verdade só vale por sua eficácia espiritual, ou seja, por este ato inerente a ela que, ao produzir minha própria comunicação com o Todo, produz também uma comunicação entre todos os seres.

Não basta aprender a ser sempre o que se consegue ser às vezes. E não basta sê-lo consigo mesmo — é preciso sê-lo também com os outros.

São os homens mais vulgares que buscam sempre parecer melhores do que são, ou seja, dar aos outros o que não conseguem dar a si mesmos. Mas não enganam ninguém. São como aqueles que tentam oferecer um bem que não possuem.

Os homens melhores, porém, sofrem por se sentirem melhores na solidão do que na sociedade, e por não conseguirem ser tão generosos com os outros como são consigo mesmos.

Seria preciso que a companhia dos outros, longe de nos arrancar à solidão, viesse, por assim dizer, confirmá-la e aprofundá-la, transformando a pura solidão do eu numa solidão do espírito. Ela nos daria então, por meio da comunhão com outro ser, aquela presença de Deus que julgávamos possuir quando estávamos sós, mas sem nunca ter a certeza de não sermos nós mesmos a formular, ao mesmo tempo, a pergunta e a resposta.

Portanto, não nos devemos sentir perturbados ao chegar no meio dos homens, como acontece com todos os tímidos, que buscam então um novo modo de vida. Devemos apenas cuidar para não perder o curso natural da solidão.

Nada é mais humilhante do que sentir bondade e amor pelos outros quando se está só, sentimentos que se convertem em impaciência e hostilidade assim que os encontramos.

Mas esses sentimentos que preenchem nossa solidão não expressam mais do que virtualidades, que se revelam a nós para testemunhar nossa impotência de jamais vivenciar sua realidade. E a solidão não precisa de tanta boa vontade quando a simples presença do próximo nos abre o coração.

O círculo no qual se pode ter comunicações reais com outros seres é muito estreito; não se deve tentar alargá-lo indefinidamente. Aqui, só a qualidade importa.

Numa comunicação real com um único ser, as relações de todos os homens entre si já estão contidas.

## 5 – REGRAS DA INTELIGÊNCIA

É preciso buscar sempre a inteligência, e não o inteligível; e ter o olhar voltado apenas para o ato do pensamento, e não para o seu objeto.

A única coisa que conta é o contato com a verdade. E o difícil é mantê-lo, renunciando, se preciso, ao talento, que busca sempre adorná-la e que frequentemente a trai.

A regra essencial é evitar o repouso da atenção.

Que nenhum trabalho do espírito se assemelhe a um dever, nem à exposição do que se sabe; que seja sempre uma criação e uma descoberta.

Todo o problema da palavra (e da inteligência) consiste em encontrar certos nós da inspiração.

A verdadeira inteligência incide sempre apenas sobre as relações.

Não é necessário ter muitos conhecimentos, mas é necessário guardar a cada instante a livre disposição de si mesmo e o frescor da invenção natural. Tudo depende do que posso oferecer no instante presente, diante de circunstâncias que jamais pude prever.

Não se deve adquirir o conhecimento como se adquire uma coisa que ocupa um lugar temporário em nossa memória. Um conhecimento não é nada se não se converte numa atividade que nos transforma. Assim, ao contrário do que se crê, o conhecimento é apenas um meio, e não um fim; e o fim é, por meio dele, descobrir uma das potências de nossa vida secreta.



Aprender deliberadamente apenas aquilo de que necessitamos para nossa atividade temporal; mas não recusar nenhum dos conhecimentos que se oferecem, colocando sempre os espirituais acima dos materiais e tentando unir estes àqueles.

Não se trata de adquirir conhecimentos que se esquecem, que nem sempre podem estar presentes no momento exato em que deles necessitamos, ou em circunstâncias que nunca se repetem por completo. É preciso zelar por manter uma atenção desperta e sempre disponível, que se volte sempre para o todo do ser, e nunca para o eu.

Obter sobre o real uma visão muito simples, que o número e a complexidade dos detalhes venham a acentuar, em vez de ofuscar.

Não se demorar numa visão que se acaba de obter com a intenção de nada deixar escapar. Pois, ao insistir nela, sua luz se obscurece pouco a pouco. É preciso deixar ao pensamento seu movimento e seu jogo, e não pedir que os esforços da vontade nos deem do real essa revelação que só se pode esperar de um contato espontâneo com ele, frágil e quase evanescente.

Evitar o esforço que, ao pressionar nosso pensamento, lhe barra o caminho. O pensamento é um movimento espontâneo e sutil; é preciso descobrir e respeitar seu livre jogo, e não forçá-lo. Ele está além do querer e do amor-próprio, além de mim mesmo, e resiste à sua solicitação. É no momento em que eles se apagam que o pensamento jorra.

Não há nada mais artificial e vão que o esforço para manter a coerência dos próprios pensamentos.

Essa coerência, que é efeito do querer e até do amor-próprio, deve ser temida, e nada lhe deve ser sacrificado. A identidade a que o homem se constrange não passa de obra humana.

Sem dúvida, a identidade é uma espécie de expressão temporal da unidade mesma do Todo. Mas essa unidade do Todo nunca é dada ao homem. Assim, ele não precisa se preocupar com a identidade, uma vez que esteja seguro de haver fincado pé na realidade mesma do Todo.

Ele certamente não terá dela senão visões particulares e separadas, mas não é sua tarefa realizar entre elas, laboriosamente, um acordo que nem sempre percebe.

Através de suas disparidades e até de suas aparentes contradições, a identidade se revelará ao seu espírito tal como é realizada nas coisas; bastará que ele adquira sobre elas um número cada vez maior de visões intermediárias, que restabelecerão pouco a pouco a continuidade rompida.

Só há um pecado contra o espírito: recusar-se a escutar sua voz. Então, o pensamento é inteiramente ensurdecido pelo tumulto do corpo.

## REGRAS DA EXPRESSÃO

Não se deve rejeitar nem desprezar a aparência, que é também a manifestação ou a expressão. Pois há uma solidariedade entre a aparência e o que ela mostra.

Pede-se que a aparência seja fiel, o que já nos submete a uma disciplina estrita; pois, no esforço que fazemos para torná-la fiel, é a própria ideia que buscamos circunscrever, ou seja, formar. E a palavra *definição* aqui é admirável: parece designar nada mais que a proposição pela qual formulo o sentido da ideia em palavras, mas é também o ato pelo qual tomo posse dela e a crio dentro de mim.

Uma ideia precisa se realizar exteriormente para poder sê-lo interiormente; de outro modo, ela vacila e se apaga. É preciso que tome forma para existir, e é essa mesma forma que a faz existir. Deve-se dizer, precisamente, que ela é informe quando não consegue se dar uma forma.

Mas essa mesma fidelidade, pela qual se busca obter a conformidade — ou seja, a identidade entre a ideia e a forma, o ato de dar um corpo à ideia que lhe confere também existência e vida —, é preciso que se transforme, para nós, em beleza. Pois a exigência de beleza na forma é o testemunho, na própria ideia, daquele valor secreto que a torna digna de ser, ao mesmo tempo, pensada, querida e amada.

Não se deve buscar tornar-se semelhante a um espelho que achata as coisas e acaba por nos cegar. É aquele que carrega no espírito os maiores pensamentos que percebe o real com mais brilho e relevo.

É próprio da inteligência representativa perceber sempre as coisas como num espelho.

## 6 – ESTAR INTEIRO NO QUE SE FAZ

### ATIVIDADE DO ESPÍRITO

A tarefa mais humilde exige todas as nossas forças, todo o nosso gênio e toda a nossa razão. É como o gesto elementar do sacerdócio, onde a presença divina está sempre ali.

O espírito é um ato contínuo. Assim que ele relaxa, assim que cede à ociosidade, surge o interstício, a fenda pela qual se introduz o amor-próprio com todas as doenças da alma e do corpo. Mas o sábio não tem tempo nem lugar para estar doente.

Aquele que é torturado pelo amor-próprio pensa que seu espírito está ativo, quando na verdade ele está retido e como que paralisado pelo eu individual, sendo propriamente incapaz de agir, ou seja, de sair de si mesmo e de se comunicar com o Todo. É no tempo em que se fecha sobre si mesmo que a doença se aproveita de seu isolamento, penetra nele e o consome.

O objeto mais elevado da minha reflexão não deve jamais se desligar da minha vida mais familiar. É ele que a nutre; eu o carrego sempre comigo e em mim.

De outro modo, ele mesmo não passa de um artifício. E eu nunca tomo plena consciência do que faço.

### PURIFICAÇÃO

A higiene exige que eu renuncie imediatamente a todo pensamento cuja natureza seja ser vago, exigir de mim um esforço, ou produzir sempre um mal-estar na consciência.

Não se reserva uma parte do tempo para o pensamento. Pois ele não é uma forma particular de nossa atividade que podemos ora abandonar, ora retomar. Ele é o todo de nós mesmos: preenche toda a capacidade de nosso ser.

Não se pode opô-lo nem ao ofício, nem ao divertimento, pois ele governa toda a minha conduta, dá sua luz, seu sentido e até sua alegria a tudo o que faço: ao ofício, ao divertimento, à fala, à caminhada, ao beber e ao comer, ao amor e talvez até ao sono.

## REGRAS DA INTELIGÊNCIA

Não se deve forçar nosso espírito para que ele produza sempre alguma ideia nova. Passam por ele um número suficiente delas: seria melhor dizer que basta estar à espreita, espionando-as para surpreendê-las quando se oferecem, retê-las sob o olhar e abandonar-se ao seu livre movimento sem outra preocupação. Por si mesmas, elas nos levarão mais longe do que poderiam ter feito todos os nossos esforços para suscitá-las e regular seu curso.

Há uma luz que vem de Deus e é semelhante à luz do dia; e outra que vem do homem e é semelhante à das nossas lâmpadas. Quem vê a primeira não precisa da outra, mas quem crê dispor da segunda pensa que não existe outra.

As regras para a direção do pensamento são regras para a direção da vida: elas só têm interesse na medida em que a própria vida deve ser regida pelo pensamento.

O valor e a própria existência de nossas ideias só podem ser percebidos por aqueles que se assemelham a nós; todos os outros as consideram tolices ou quimeras, mesmo que nosso espírito se alimente delas e veja nelas a única realidade.

Só há uma regra: permanecer sempre unido a este vasto universo, ou melhor, ao ato do qual ele procede, mas de tal modo que nos limitemos a assumir, por assim dizer, sua responsabilidade em todas as tarefas particulares que tivermos de cumprir.

Então, todos os nossos pensamentos, todas as nossas ações, todas as nossas relações conosco e com os outros adquirem um relevo extraordinário.

De outro modo, acontece que elas nos repelem; a ociosidade e o amor-próprio as enfraquecem e as corrompem.

É preciso que nosso pensamento nunca perca de vista o Todo do qual fazemos parte e pelo qual somos responsáveis, mas esse pensamento só pode se efetivar em criações particulares.

É preciso ser capaz de unir, a uma meditação contínua sobre o ato eterno do qual o mundo depende, a ação mais bem adaptada, a cada instante, às circunstâncias que nos são oferecidas.

O pensamento não pode ser considerado o fim de nossa vida; é preciso que ele mesmo tenha um objeto ou um conteúdo.

Mas só se capta toda a sua dignidade se o tornamos o princípio, o centro e o foco de onde todos os motivos que nos fazem agir irradiam e se fixam.

## 7 – REGRAS DA MEDIDA

Toda a dificuldade está em encontrar este equilíbrio interior que é a própria condição do equilíbrio entre o mundo e eu; mas não consigo me manter nele, e só o encontro para logo o perder.

A vida da consciência é uma oscilação indefinida em torno de um ponto de equilíbrio, incessantemente transposto e reencontrado, sem que nenhum dos extremos possa ser visto de outra forma que não como uma razão para recorrer ao outro, a fim de que se liguem num vaivém que jamais se interrompe.

Toda a dificuldade está em encontrar o ponto onde o gênio se alia à razão e em se estabelecer nele.

Há uma medida que vem da falta de força e uma medida que vem do excesso de força, na qual os extremos estão presentes em nós ao mesmo tempo, mas nós mesmos estamos acima deles, sabendo dominá-los — ou seja, impedi-los de nos dominar.

É a natureza mais generosa que melhor guarda a medida e que evita, por si mesma, todos os excessos, especialmente o excesso no presente em relação ao que ela sabe ou possui (isto é, os devaneios sobre um outro mundo, particularmente sobre um futuro que já se pensa possuir).

Ideias em excesso ou em falta extenuam igualmente o pensamento e dificultam sua realização. O difícil é manter sempre a justa proporção entre a diversidade das ideias e a unidade do pensamento, de tal modo que elas possam se multiplicar sem risco, sem perder seu lugar e seu valor.

## REGRAS PESSOAIS DA COMPOSIÇÃO LITERÁRIA

Nutrir o pensamento apenas com ideias eternas, só lhe permitir operações espirituais puras, independentes de tempo e lugar, mas encontrar imediatamente um exemplo presente onde elas se convertam não em atos vivos, mas em imagens.

Cada objeto de pensamento é um objeto de meditação eterna, ao qual retornamos em diferentes momentos do tempo: é preciso recolher em cadernos distintos todos esses toques dispersos, cuja reunião formará uma vasta paisagem.

A ordem das partes também se nos revela numa espécie de relâmpago, de tal modo que não há contradição entre a composição sistemática e as anotações dispersas. A descoberta da ordem é a do germe de onde procedem todos os nossos pensamentos, ou do nó que os une.

Num pensamento vivo, situado no instante em que se realiza a ligação entre o temporal e o eterno, esses dois procedimentos convergem e devem ser usados simultaneamente.

Nunca fundar uma instituição ou uma escola visível, das quais um dia se possa tornar prisioneiro.

A verdade, assim que encontrada, deve ser manifestada. Não só porque não nos pertence e somos responsáveis por ela perante toda a humanidade, mas também porque é o único meio de não a deixarmos escapar e de a fazermos nossa, ao nos comprometermos com ela.

## 8 – REGRAS DO USO DO CORPO, DA SAÚDE E DA DOENÇA

O perigo, para todo doente, é ficar inteiramente retido pelo corpo ou por essa sensibilidade a si mesmo, que é uma espécie de ternura do corpo.

Quem é saudável esquece seu corpo, une-se ao mundo que o rodeia, olha o céu acima de sua cabeça e cuida de seus afazeres.

Não se deve recusar à natureza o que ela pede, a fim de evitar que a vontade jamais entre em conflito com ela. Mas é preciso esperar que ela peça, não lhe oferecer, e nunca a solicitar. Aí começa a concupiscência.

### REGRAS DO USO DOS SENTIDOS

Que eles sejam silenciosos, mas ágeis e dispostos, sempre prontos a se deixar comover.

Que não se recusem a nada e não se deixem vencer por nada; sempre prontos a tudo receber e a tudo espiritualizar.

### REGRAS DO MOVIMENTO E DO REPOUSO

Buscar o repouso no próprio movimento: é o único meio para que nem um nem outro seja jamais uma fuga.

O pensamento sobre o corpo é uma preocupação que se deve afastar, como todas as preocupações, porque interrompe a vida do espírito.

A regra aqui será não se preocupar com a vida do corpo, que não depende de nós, mas sim com a vida do espírito, que só existe pelo consentimento que lhe damos e que provê as necessidades da outra por uma espécie de acréscimo, pois o espírito precisa supor o corpo para se tornar capaz de promovê-lo.



## REGRAS DA VOCAÇÃO PARTICULAR

Não se deve temer desenvolver todas as potências de nossa natureza individual, sem buscar imitar os outros ou realizar em si um modelo comum e anônimo.

Não se deve arrefecer este ardor de ser si mesmo, o único que pode justificar o lugar de cada ser no mundo.

O que não somos, os outros serão. A humanidade inteira é a soma de todas as diferenças, não o seu nivelamento.

A maioria dos homens age sempre em função do corpo, como se o corpo devesse ser o único objeto de seus cuidados. Mas é o contrário que se deve fazer. É preciso agir sempre por meio do corpo, mas como se o corpo devesse desaparecer, e em vista daquilo que sobrevive ao corpo.

## 9 – AMOR-PRÓPRIO

A vontade e a ambição nem sempre favorecem os grandes empreendimentos, porque nos impedem de escutar os apelos interiores e substituem à voz de Deus todas as sugestões do amor-próprio.

Nunca devemos nos obstinar a pensar ou a escrever quando, para isso, necessitamos de um esforço que evidencia a impotência do nosso próprio gênio para encontrar ideias ou o elo que as une. Pois tal esforço permanece estéril e aumenta nossa escuridão.

Mas existe um certo movimento natural do espírito que é preciso ser capaz de descobrir, para se confiar a ele sem lhe resistir. O papel da vontade é saber discernir tal movimento de todos os impulsos menos puros com os quais sempre corremos o risco de confundi-lo. Pois não há nada que não devamos fazer mais por dádiva do que por escolha.

Somente então tudo se torna para nós fácil, ágil, ardente e eficaz. Basta, para isso, ter suficiente atenção a si mesmo e confiança no que se oferece. É a própria inteligência que atua em nós, quase sem a nossa intervenção; não é mais o eu que tenta conduzi-la e, por assim dizer, forçá-la.

Então, nada nos é impossível e somos capazes de aprender tudo, até mesmo as línguas mais difíceis.

É igualmente verdadeiro dizer que só há força onde existe em nós uma perfeita frieza — ou seja, uma perfeita indiferença a todos os eventos externos e a todos os sentimentos que eles possam despertar no amor-próprio, de modo a preservar nossa faculdade de julgar — e, ao mesmo tempo, aquele extremo ardor interior que, para acender em nós uma chama pura, deve bloquear todas as saídas por onde surgem as preocupações do egoísmo ou do mundo, que a dispersam e corrompem.

Nunca olhar para trás para desfrutar do fruto da ação ou do saber que se possui. Todo esse prazer é envenenado. Pois somente a alegria é pura, mas ela se prende ao ato, e não aos seus efeitos.

## INTELIGÊNCIA

A arte mais refinada não reside na destreza das construções lógicas, mas em um certo contato com o real que aprendemos a manter sempre.

É preciso romper com a ciência que só tem olhos para o objeto, com a história que só tem olhos para o passado, e depositar toda a confiança na psicologia, que nos faz conhecer, no instante presente, a relação do nosso eu com o universo.

## DIVERTIMENTO

Lemos, vamos ao teatro, buscamos um discurso elaborado, corremos para divertimentos quando não temos a força de conversar conosco mesmos ou com nossos amigos para encontrar uma verdade que brotou de nosso próprio solo e que precisamos testar a cada instante, na situação exata que a vida nos impôs.

## VOCAÇÃO

Barrès diz, em *O Inimigo das Leis*, que se trata apenas de dar à nossa vida um objetivo que absorva toda a nossa atividade e que esteja em harmonia com nossa faculdade de sentir.

Só há uma regra: permanecer em estado de atenção constante, que é uma resposta constante, ou seja, um consentimento constante a tudo o que a vida nos pede.

## 10 – SOBRE AS PREOCUPAÇÕES

Não se deve deixar desviar da ação presente ou das relações imediatas com o próximo por nenhuma preocupação, nem mesmo a do pensamento puro. Ou melhor, deve-se ter uma única preocupação, a do Todo, que envolve todas as nossas ações particulares.

É assim que daremos a cada uma delas seu curso mais potente, mais livre e mais eficaz.

Não se pode apegar ao particular como tal sem sentir sua imperfeição e sem empregar grande esforço. O pensamento do Todo também não basta, pois pode nos deixar ociosos em relação ao Todo e a cada uma de suas partes.

Mas é em acordo vivo com o Todo que cumprimos melhor nossas obrigações em cada ponto, sem que pareça que o tenhamos desejado.

É preciso banir toda preocupação e ter o espírito vazio, e não repleto de pensamentos. Então, a atividade do espírito se exerce livremente, e os pensamentos de que ele necessita se apresentam em seu devido lugar e com a luz apropriada. (É isso que nos leva a colocar a ignorância acima da ciência, o que significa preferir, a toda ciência adquirida, uma ciência sempre possível e renascente).

Numa vida constantemente ocupada, temos também a preocupação com o repouso. Há ocasiões para o repouso, assim como para a ação, e não se deve ser menos atento para reconhecê-las e corresponder a elas.

Não se deve desejar modificar as condições da própria vida material, como faz a maioria dos homens. Pelo contrário, qualquer que seja a situação, é preciso ter a certeza de poder reencontrar sempre aquela inspiração espiritual da qual dependem, a cada instante, nosso poder e nossa felicidade.

## O USO DAS REGRAS

Os homens passam a vida buscando novos caminhos. No entanto, esperam tudo do método, da regra. Não cessam de querer reformar suas vidas, depositam toda a esperança no futuro. Pedem mestres que lhes ensinem uma maneira de agir fora do comum.

Mas não é amanhã que se deve agir, é imediatamente. E cada um dispõe de luz suficiente para saber, no instante, o que tem a fazer. Se uma nova ocasião, que ele não previa, se oferece à sua atividade, que não se preocupe hoje em saber como responderá a ela amanhã.

A cada dia basta sua pena. Ele saberá como agir se não se desviar da visão da ação a ser feita para buscar uma regra milagrosa que aplicaria tarde demais, quando a oportunidade de agir já tivesse passado. A preocupação com as regras é a morte da ação, assim como a preocupação com o método é a morte da ciência.

Pode parecer, portanto, que é inútil ter regras prontas, que nunca se ajustarão exatamente às condições em que teremos de aplicá-las. Isso não significa que as regras sejam inúteis; elas não são receitas para agir, mas sim uma forma de nos recordar de nossa atividade mais pura, cujo exercício é sempre novo.

A convivência com um sábio ou um cientista fortifica e nutre nosso espírito, e o exemplo de seu sucesso nos ensinará a ter sucesso, mas por meios imprevisíveis, que convêm apenas ao nosso próprio espírito e cujo segredo eles não podem nos revelar.

# 11 – O HÁBITO

Não deixar que o hábito embote o sentido da novidade da vida e a emoção que lhe é inseparável.

Libertar-se tão bem de todos os hábitos da sensibilidade e da inteligência que se possa sempre olhar tudo o que se nos oferece, em nós e fora de nós, como se o víssemos pela primeira vez.

E esta regra poderia se aplicar igualmente à descoberta da minha própria existência, ao espetáculo das coisas e ao encontro com outro ser.

No entanto, não basta, para que seja eficaz, que a regra seja percebida por nós como um relâmpago, em alguns momentos privilegiados de nossa vida. É preciso que ela produza uma disposição permanente em nossa alma, semelhante à que os escolásticos chamavam de *habitus* e da qual o hábito, por uma espécie de decadência natural do pensamento e da linguagem, parece ser, de certo modo, a negação.

Pois essa disposição da alma, longe de produzir um automatismo do qual estamos, por assim dizer, ausentes, é um ato de presença verdadeira — o mais perfeito, o mais puro — e de tal modo que, se parece contínua, é porque ela mesma está subtraída à lei do tempo. Assim, quando surge uma oportunidade de pô-la em prática, a ação se cumpre quase sem que a tenhamos querido.

Existem aqui, portanto, duas operações opostas, cujos efeitos, no entanto, se assemelham: em ambos os casos, reencontra-se uma espontaneidade que aniquila o esforço e o intervalo entre a intenção e o êxito. A diferença é que, no hábito mecânico, nós nos submetemos a um movimento do qual a consciência se retirou. No outro caso, é a própria consciência que parece agir sozinha, por uma espécie de graça que lhe é natural.

Descartes e Pascal insistem ambos no papel do exercício. Pascal, em particular, visa o hábito mecânico como meio de preparar essa disposição permanente da alma que nos liberta. São, portanto, duas espécies de atividades adquiridas entre as quais ele estabelece uma subordinação: uma é o degrau da outra, em vez de se contradizerem.

Era também o sentimento de Descartes, que pensava que o esforço essencial da vida consiste em saber manter no tempo, por meio da repetição, as intuições do instante. O próprio tempo fica, assim, suspenso na eternidade e parece, por assim dizer, abolido, ao menos num limite ideal que nunca alcançamos por completo.

Uns precisam do obstáculo para vencê-lo; outros, do hábito para sustentá-los. Mas é ao tentar reencontrar a tendência no ponto em que ela desperta a vontade, sem ainda se transformar em hábito, que se conserva na vida de todos os instantes sua virtude criadora, sua juventude e seu frescor.

Não é inútil repetir as mesmas coisas — exceto para aqueles que não veem nelas mais do que um vão objeto de curiosidade — quando se trata de máximas das quais devemos sempre nos lembrar e nas quais nunca devemos deixar de nos firmar. Na realidade, nunca repetimos o suficiente para nós mesmos as coisas das quais temos certeza, se queremos que elas penetrem em nós e se tornem nossa carne e nosso sangue. Enquanto mantivermos consciência delas, elas ainda são um objeto separado de nós.

## **O LIVRE JOGO DO ESPÍRITO (REGRAS DO ESFORÇO)**

O esforço lisonjeia nosso amor-próprio, e sobre ele fundamos nosso mérito. Mas é por isso também que, onde quer que apareça, ele é a marca de nossos limites e de nossa imperfeição. Assim, em geral, concorda-se que o esforço deve ser perseguido até que todo traço de esforço desapareça.

Pois toda obra que procede apenas do homem parece produto do artifício. Nela não se reencontra a desenvoltura soberana da espontaneidade criadora. E acontece que o esforço age como um anteparo que a impede de se manifestar, quando seu verdadeiro papel não é o de substituí-la, mas o de lhe abrir caminho, libertando-a de todos os obstáculos que a retêm para, quando ela surgir, apagar-se diante dela.

Assim, o papel do esforço é, por assim dizer, negativo, e não positivo. Não consiste em fazer, mas em deixar fazer uma potência que nos ultrapassa, e em libertá-la de tudo o que, em nós, a impede de agir.

É somente neste sentido que o esforço é sempre um combate: é, pode-se dizer, um combate contra nós mesmos.

O esforço nos introduz no tempo, não só pelo obstáculo que vem da matéria, mas também por uma espécie de ímpeto que nos arranca da continuidade indivisa de nossa vida interior, que é

a própria unidade de nossa alma (e que, é verdade, corre sempre o risco de se transformar em uma complacência sonhadora).

Não se deve solicitar o pensamento; deve-se deixá-lo vir a seu tempo, oferecendo-lhe apenas uma escuta atenta. É não tentando pensar que se pensa; é não tentando ser profundo que se é.

Não se deve, para trabalhar, obrigar-se a reunir primeiro uma série de condições favoráveis: conforto, solitude, certos arranjos materiais, um excelente laboratório, uma biblioteca bem composta.

Isso significa, antes de tudo, adiar o exercício do pensamento até o momento em que todos esses meios estejam em nossas mãos. E, quando estão, surpreendemo-nos que o pensamento não surja. Mas é que o esperamos como se ele devesse vir de fora. Ora, o espírito se encontra então lançado para fora de si mesmo, incapaz de realizar aquele recolhimento e aquela posse de si sem os quais ele não é mais nada.

O homem que não dispõe de nenhum meio dispõe inteiramente de si. E aquele que dispõe de todos os meios deposita neles toda a sua confiança e já não dispõe de si.

A desconfiança em relação ao esforço nunca deve ser maior do que quando se trata da memória. Não há tarefa mais vã do que tentar reter o passado que nos foge.

Mas não se consegue. O que se guarda é uma coisa, e não um pensamento; ou então, um pesar estéril por um passado que já não existe.

O que vale a pena reter é aquilo que se ama, e sempre se tem a força de produzi-lo novamente.



## 12 – RELAÇÕES COM OS OUTROS HOMENS

Aqueles que buscam a aprovação dos outros mostram, com isso, sua fraqueza. E essa aprovação que buscam, como a obteriam, se, ao buscá-la, já demonstram não a merecer?

Todos os homens buscam espontaneamente o bem. Basta que você seja bom para ser procurado.

Mas dessa bondade, você mesmo não deve pensar em tirar proveito algum, o que seria suficiente para aniquilá-la. Ser procurado só pode ser um dom de si, e não um ganho do qual se busca desfrutar.

### VERSOS DOURADOS

Não provocar a discórdia; antes, fugir dela, cedendo.

Não se trata de louvar a unidade espiritual com palavras, mas de praticá-la com atos, sem falar dela e mesmo sem ter dela uma consciência muito viva.

Nunca se rebaixar a buscar, por qualquer meio externo, a estima daqueles de quem se tem a certeza de permanecer separado e que são, para nós, estranhos ou inimigos.

Nas relações com os homens, é preciso ser reservado e estar sempre pronto; esperar a ocasião e não a deixar passar, pois há um momento exato para dizer e fazer, para pedir e responder, que não se repete. Um instante antes ou depois, o possível se torna impossível, e aquilo mesmo que criava a comunicação passa a criar uma barreira.

E para reconhecer esse momento é preciso muita atenção e delicadeza, e muita generosidade e abandono para extrair dele tudo o que ele permite. Por falta de uma palavra, de um olhar rápido o suficiente, de um consentimento simples o bastante, quantos recursos espirituais são comprometidos e aniquilados!

Nunca tomar a iniciativa, mas desconfiar também das iniciativas que nos dirigem; surpreender aquele ponto de abertura onde a comunicação silenciosa ocorre antes mesmo de ser desejada.

Nunca voltar o olhar para a glória, a influência ou o poder; temê-los mais do que desprezá-los, e só se entregar a eles por aquela espécie de obrigação que se sente quando o amor-próprio está do outro lado. O que é raro, mesmo entre os melhores.

Não sofrer por ser ignorado, incompreendido ou traído. A sabedoria não permite a indignação. Ela comanda uma indiferença plena de serenidade e de luz.

É preciso evitar contradizer os outros, mas acolher com doçura as suas contradições.

Nunca provocar a discórdia e preferir evitá-la, cedendo.

É preciso olhar para as pessoas com quem se fala, quando se fala com elas — o que é mais raro do que se pensa —, a fim de vê-las e de ver o que se passa nelas (mostrando-lhes também o que se passa em nós, em vez de escondê-lo). O olhar foi feito para que duas consciências se tornem transparentes uma para a outra.

O olhar nunca deve se dirigir ao objeto, mas ao homem, e ao homem interior; e o interesse não deve ser pelo saber, mas pela significação.

É preciso viver como os outros e passar despercebido, de tal modo, porém, que seja a nossa vida mais oculta que se manifeste, e de uma maneira que os outros descubram a sua própria vida sem pensar, e a traduzam, por sua vez, nos gestos mais simples e mais naturais.

O sinal da força é não levar em conta a opinião nem o modo como se pode ser julgado, e permanecer a sós com Deus em comunicação incessante. É fundamental nunca entrar em relação com os outros homens senão por meio de Deus, e nunca com Deus por meio dos outros homens.

Nunca comunicar um pensamento do qual não se tenha tomado posse por completo (a não ser como uma sugestão e um apelo a outro, que lhe empresta a força de que dispõe, em vez de se aproveitar dela para aniquilá-lo).

## 13 – BASTAR-SE

### FÉ

A dificuldade está em ter confiança na presença constante da graça. No entanto, é essa confiança que a faz nascer.

Ela nem sempre se manifesta como uma inspiração súbita, relacionada à ocasião que me é oferecida. Mas existe uma graça que é superior aos acontecimentos e que transparece até mesmo nas ações malogradas.

A verdade que convém a cada um de nós, proporcional às suas necessidades e às condições em que se encontra, lhe é sempre revelada, desde que ele seja dócil e atento.

Mas os homens têm demasiado amor-próprio para vê-la e se contentar com ela. Preferem as engenhosas construções de seu entendimento a esses toques simples e luminosos que se esforçam por apagar e obscurecer.

Se soubéssemos, quando elas se oferecem, reconhecê-las e recolhê-las, a vida de nossa inteligência seria sempre plena de novidade, desenvoltura e alegria.

Não seria a obra penosa e irritada de um eu que se alegra muito menos por ter encontrado a verdade do que por tê-la encontrado por seu próprio gênio e por meios negados aos outros.

O mal é que solicitamos em vão o espírito quando ele está mudo, e permanecemos surdos ao seu chamado quando ele nos fala.

A ação por si só é meu escudo; assim que me detenho, fico exposto a todos os golpes, vindos de mim e dos outros.

Buscar aquele desejo contínuo cujo objeto onipresente não pode jamais nos escapar, nem mudar.

A esse desejo, somos nós que faltamos, mais do que ele nos falta.

## 14 – SABER DISPOR DE SEU ESPÍRITO

A infelicidade é que nada se faz sem aquele ardor interior que abala todas as potências de nosso espírito, nem sem aquela serenidade indiferente que, como um espelho perfeitamente polido, espera que a imagem se lhe apresente para refleti-la sem deformação, nem, enfim, sem o método que prepara e solicita a descoberta por meio de artifícios.

Mas estas são atitudes espirituais que quase sempre se excluem, e é preciso muita arte para não deixar o fogo interior se apagar e saber, a tempo, convertê-lo em luz; para ser capaz de regulá-lo e de lhe fornecer, a tempo, o alimento que lhe convém.

Existe uma certa constância de nosso estado interior que nos cabe manter, e ela é tal que os acontecimentos se produzem, então, como devem, sem que tenhamos jamais de recusá-los ou de chamá-los.

É preciso guardar aquela calma da alma que só pode existir se os sentidos estão silenciosos ou apaziguados, o que se pode obter facilmente, contanto que a imaginação não se intrometa.

Ir rápido e longe; dar sempre ao espírito todo o seu movimento e obrigá-lo a transpor as maiores distâncias, a fim de que nos impeça de permanecer no mesmo lugar e de ali morrer.

Nunca nos devemos demorar a captar ou a reter. Isso é uma idolatria da coisa. A verdade reside somente num ato que precisamos estar sempre aptos a ressuscitar.

Além disso, o que tento captar ou reter está sempre ligado a um evento que nunca se repetirá. Ao passo que a potência que está em mim só se exercerá quando suscitada pela novidade do evento, e para responder a ele.

O espírito é muito justamente comparado ao fogo. Há coisas que ele deve iluminar, outras que deve aquecer, e outras, enfim, que deve consumir ou fundir.

O difícil é obter sempre o contato direto com o real no instante; impedir que a memória, o hábito e o saber criem um intervalo e interponham um anteparo entre o real e nós.

Saber dispor de seu espírito é utilizar, contra os hábitos, um outro hábito mais fino e mais sutil.

## **A EXPERIÊNCIA**

Não há nada que tenhamos pensado uma vez por todas, de modo que bastaria guardar a lembrança e convertê-lo em regras.

Pois nada pode me dispensar de um contato imediato e sempre novo com a realidade. Isso me obriga a viver o dia a dia, deixando que a experiência adquirida se acumule em mim sem nunca pensar em usá-la; a reencontrar a cada vez, como se me fosse revelada pela primeira vez, a mesma verdade que sempre encontrei.

O essencial não é fortalecer a vontade, mas descobrir a fonte de atividade da qual ela se nutre. Se não lhe opusermos nenhum obstáculo, essa fonte nos fornecerá sempre o poder de que necessitamos para responder a todas as tarefas que nos são pedidas.

Em nossas tarefas particulares, descemos sempre a um nível muito baixo para regular os detalhes; nunca subimos o bastante para reencontrar aquele impulso criador que, na unidade de um mesmo ato, gera o todo e os detalhes, tornando-os presentes para nós na unidade de um mesmo olhar.

Muitas vezes se crê que o importante é encontrar aquele lazer perfeito onde todo trabalho é interrompido, como se o trabalho fosse uma servidão da qual o lazer nos liberta. O correto é fazer do próprio lazer um exercício do espírito puro, para o qual o trabalho serve de relaxamento.

## 15 – UMA FACILIDADE DIFÍCIL

Não se engajar em um debate com os aspectos da criação que farão de nós um prisioneiro e um escravo. Mas estar com o criador e, como ele, ser indiferente e ignorante em relação às obras. Somente então elas podem ser perfeitas.

Não se deve ter olhos senão para o ato que realizo; seus efeitos são um espetáculo que só existe para os outros. Quando o ato é o que deve ser, o espetáculo também o é. Mas preocupar-se primeiro com o espetáculo é colocar a aparência acima da essência; é, como acontece no positivismo e no materialismo, contentar-se com uma aparência que não é a aparência de nada.

### PACIÊNCIA

É preciso aceitar todos os males inevitáveis, e mesmo todos os males, pois de nenhum deles podemos saber com certeza se é verdadeiramente um mal.

E não há mal que não se possa desviar ou domesticar com suficiente sabedoria, confiança e doçura.

Não me devo apegar a um objeto que me é estranho ou que me ultrapassa.

Assim que minha visão começa a se turvar, que sou obrigado a tensionar minhas forças e que minha vontade se intromete, meu espírito perde o domínio de si, a luz, a saúde, a alegria, e não tem mais força para as tarefas que lhe são destinadas.

Isso não quer dizer que eu deva parar na primeira dificuldade, pois há dificuldades que estão à minha medida, que eu convoco, que só eu posso reconhecer e resolver, e que são como uma prova da minha potência criadora.

Mas que esta potência nunca ceda à coação, nem mesmo à do amor-próprio, e que se dedique apenas a discernir o que lhe convém: um acordo entre a proposta que o real lhe faz e seu impulso mais natural. O que é menos fácil do que se pensa.

Tanta gente zomba da facilidade, mas não fez esforço suficiente para adquiri-la.

## DISCIPLINA DE CADA DIA

Que não haja dia em que não ponhamos mãos à obra em uma tarefa que nos propusemos e que constituirá o trabalho de nossa vida.

Que não haja dia em que não reservemos um pouco de tempo para o recolhimento puro, em que não fixemos nosso olhar sobre alguma verdade essencial que mereça ser guardada.

Que não haja dia em que deixemos de capturar, em pleno voo, aquelas verdades que atravessam nossa consciência como relâmpagos e que são como frestas na eternidade; elas pertencem ao instante, e de nós depende fazê-las penetrar na duração.

Regra: a busca da perfeição não é nada se não for inseparável da necessidade de propagar todo o bem que se possui.

A razão é incapaz de bastar a si mesma, pois ela é um domínio que exercemos sobre nossas potências irracionais. São estas que nos dão a força, e a razão lhes impõe o equilíbrio que nos permite fazer delas um bom uso.

O gênio do homem reside em uma embriaguez dominada. Há sempre algum vinho ao qual os homens a pedem e que, quando a concede com demasiada facilidade, não oferece senão sua caricatura. O homem adormece assim que a embriaguez o deixa. É a ela que a razão espreita, para submetê-la à lei da ordem.

Nada começa pela razão, mas nada pode prescindir dela. O homem que é apenas razoável é também aquele que não ama; mas a forma mais alta da razão é ser a lei do amor, essa embriaguez.

É importante sempre relacionar o possível com o real; de outro modo, o possível não passaria de um sonho da imaginação, e o real, de um dado que se imporia a mim, e que eu seria incapaz de reconquistar e espiritualizar.

O que caracteriza a alma não é tanto o fim que ela visa, mas o estado em que ela se estabelece.

Diz-se então: para que o tempo? Mas já não há tempo, e não se pode queixar de que o amanhã nada nos traga.

Da solidão, faz-se bom ou mau uso, dependendo se a vontade se intromete ou não.

Luís XIV come em público.



## 16 – A OCASIÃO

Manter esta grande aeração do espírito, que guarda sua liberdade não apenas sempre disponível, mas sempre em exercício; que se deixa solicitar por todas as coisas que se oferecem, sem jamais se deixar levar por elas; que não está sempre a se esforçar para buscar o que a inspiração lhe recusa e que seu amor-próprio reclama — nisto consiste a saúde da alma e também do corpo.

Não se deve escolher nenhum fim particular, mas saber realizar todos os que se propõem.

Que o olhar permaneça sempre atento àquele ato puramente espiritual que funda tudo o que é e tudo o que pode ser, sem jamais se deixar reter por nenhuma ação particular, por nenhum ser individual. Este é o único meio de dar um sentido pleno e forte a todos os eventos que cada um de nós encontra em seu caminho, que não solicitou e em relação aos quais parecia indiferente.

A vida espiritual merece as críticas de que é alvo? De fato, acontece que ela seja um devaneio complacente e egoísta, que nos desvia da ação e nos proporciona uma espécie de melancolia voluptuosa.

Mas ela só merece ser chamada de vida se reanima sempre nossa potência criadora, se nos dá uma alegria constantemente renovada, se nos une mais estreitamente aos outros seres e se nos faz encontrar, melhor que qualquer busca técnica, a solução mais adequada para cada situação particular.

## 17 - REGRAS DA UNIDADE

O grande desafio é unir todos os relâmpagos que atravessam nosso pensamento nas diferentes horas do dia, de tal maneira que, em vez de se dissiparem imediatamente, eles nos permitam viver em uma atmosfera de luz.

E, para isso, trata-se muito menos de multiplicá-los do que de convertê-los em uma espécie de irradiação contínua, onde todo movimento parece abolido.

O mesmo ocorre com todos os movimentos particulares de boa vontade, que devem se fundir em um único ato de vontade, sempre presente e quase imperceptível, que não conhece interrupção nem retomada.

Nunca servir a uma causa externa, mas buscar apenas a expansão de nossa alma, da qual todos os atos que procuramos realizar são apenas os meios ou os efeitos.

Há duas maneiras de obter a unidade. A primeira é o esforço impotente pelo qual tentamos unir, a partir de fora, cada objeto a todos os outros, numa espécie de corrida infinita cujo termo sempre recua. A segunda é aquela pela qual o ligamos, a partir de dentro, a um ato espiritual onipresente, penetrando em um mundo que se basta a si mesmo e com o qual formamos uma sociedade que não difere daquela que formamos conosco.

### SIMPLICIDADE

As grandes ideias frequentemente me aparecem com extrema simplicidade, o que me leva a desconfiar. Pois essa simplicidade humilha meu amor-próprio, que já não pode se atribuir o mérito delas. Mas é precisamente aí que reside o sinal de sua verdade.

O perigo, uma vez descoberta essa simplicidade das verdades essenciais, é que a pessoa renuncie à própria atividade que a levou a descobri-las e se abandone a uma facilidade que as dissipa.

Não há dificuldade maior do que manter essa perfeita simplicidade do olhar, que o menor choque, a menor cobiça, bastam para perturbar. Essa simplicidade, que torna todas as coisas transparentes, supera em poder de penetração todos os esforços do querer.

A simplicidade, se reside em uma espécie de contato ininterrupto com o real, nunca corre o risco de se tornar uma aparência que nos satisfaz ou um esquema que nós mesmos construímos. Pensa-se frequentemente que ela é o efeito de uma inércia de nosso pensamento, quando, na verdade, é a marca de sua atividade mais delicada e mais forte.

A unidade e a identidade são as leis fundamentais do pensamento. Isso pode ser traduzido dizendo que o pensamento deve sempre se aplicar ao Todo e nunca permitir que sua continuidade se rompa ao passar de um objeto a outro, dentro do mesmo Todo.

Não existe pensamento sério que não abranja o Todo e não se expresse por alguma ação.

É difícil abraçar o Todo por um ato de contemplação. Existe uma verdade ativa, humana e viva, que possui uma perfeita simplicidade, que caminha rápido e vai direto ao ponto, e que está mais próxima da verdade contemplativa do que os conhecimentos mais eruditos somados às análises mais sutis.

Para julgar uma filosofia, deve-se sempre pensar na ideia mais simples que se poderia dar dela ao homem menos experiente. Pois essa ideia é a sua raiz; é sobre ela que se deve julgar a filosofia, medindo a repercussão que ela seria capaz de ter em nossa existência.

## 18 – A CONVERSÃO DO QUERER EM INTELECTO

Tudo nasce da vontade livre, mas a vontade não tem seu fim em si mesma. Ela busca converter-se em uma posse, ou seja, em uma luz que somente a inteligência é capaz de fornecer.

O que a vontade busca é um objeto que ela não possa não querer, e que seja tal que, ao descobri-lo, perceba-se claramente que ele não poderia ser diferente do que é.

Essa coincidência só pode ocorrer com a condição de que o fim supremo de nossa vontade seja precisamente a vontade de Deus em nós.

Trata-se apenas de compreender; e para quem compreendeu, a ação já está feita.

### TEMPO

Sofremos por pensar que ainda não temos uma filosofia, mas isso ocorre porque não conseguimos tomar posse daquela que carregamos dentro de nós e vamos buscar outra fora.

Mas a filosofia é uma união tão estreita entre a contemplação e a ação que ela frutifica a cada instante, em vez de adiar incessantemente sua maturação.

É preciso, portanto, ter uma atenção suficientemente desperta para que cada momento que passa seja, em si mesmo, pleno e suficiente, e não apenas um meio para outro momento que virá mais tarde.

Aí reside o princípio de todos os nossos infortúnios.

Cada ação vale absolutamente no tempo mesmo em que a realizo. Então, ela toma seu lugar no tempo, embora encontre seu princípio não no tempo, mas em uma fonte eterna que me dá, no próprio presente, toda a força e toda a luz de que disponho.

Não há ação que não suponha uma preparação, ou seja, certos meios que ela mobiliza, e que não busque produzir certos resultados, ou seja, que não vise a certos fins.

Mas, no momento em que se realiza, ela já não é escrava desses meios nem desses fins; cabe a ela superá-los. Ela não repete um modelo. É uma criação nova que ultrapassa todos os modelos e se torna seu próprio modelo.

Os homens creem que a grande dificuldade está em transformar o intelecto em querer. Mas é o contrário que se deveria dizer.

Nunca se deve visar a ação, mas a ideia; a ação deve seguir-se a ela sem que seja necessário querê-la.

Que o conhecimento jamais reproduza um saber já adquirido, nem a ação, um movimento já feito.

Todo movimento, todo saber, deve interessar nosso futuro e nos parecer sempre novo.

Ou melhor, quando estamos verdadeiramente presentes a nós mesmos, não há nada que seja para nós nem novo, nem antigo.

Ocorre uma exata coincidência do novo e do antigo que é a eternidade, essa juventude perene.

Pois, se a eternidade é mais antiga que as coisas mais antigas, nosso encontro com ela é sempre um encontro novo.

Só a encontramos ao nos esquecermos, ou seja, ao esquecermos os próprios encontros que já tivemos com ela.

# 19 – A DISCIPLINA DO DESEJO

## REGRAS PARA CONSIGO MESMO - REGRAS DA VOCAÇÃO

O nirvana é uma sabedoria prática na qual o desejo é abolido.

A regra fundamental, para cada um de nós, é saber diferenciar o que nos convém do que não nos convém.

Quase todos os nossos infortúnios vêm do desprezo que temos por tudo o que fazemos com naturalidade, desenvoltura e prazer, para nos apegarmos com grande esforço a algum objeto para o qual somos pouco aptos e que não temos condições de alcançar.

Mas basta que outro o adquira e o possua, porque lhe convém, para que tudo o que nos é proposto e está ao nosso alcance seja imediatamente desvalorizado.

## REGRA DA FELICIDADE

Todo o segredo da filosofia consiste em fazer de sua alma um bom demônio (*eu-daimon*), que nos permita ser, ao mesmo tempo, bons e felizes.

Mas este é um ideal difícil, que os homens desprezam porque desejam apenas vantagens materiais, visíveis a todos, cuja posse repousa sobre títulos garantidos e que recebem a estima da opinião pública.

Para compreender as vantagens reais que eles sacrificam por essas coisas, e que a filosofia poderia lhes dar, é preciso ter tanta firmeza no pensamento quanto no querer.

Por não conseguirem dar a si mesmos a felicidade, os homens acabam fazendo do infortúnio e da perturbação que os aflige um objeto de glória. Mas, se odeiam aqueles que deixaram de sentir tais coisas, desprezam aqueles que, como eles, ainda estão mergulhados nelas.

Não recebem deles consolo algum, enquanto a felicidade dos outros é para eles uma reprovação a cada instante.

Parece que os acontecimentos particulares de nossa vida existem apenas para produzir em nossa consciência sentimentos gerais, atemporais, independentes do corpo e das circunstâncias, dos quais nós apenas participamos.

É essa participação que é nossa própria vida, e não a sequência dos detalhes de nossa história. Amamos os outros apenas para descobrir neles a realidade metafísica do amor.

É o que se observa em todos os clássicos. E o que Platão pensava da Ideia — que era para ele a verdadeira realidade, e não a coisa — deve ser estendido ao sentimento, que também é uma essência da qual os estados particulares são apenas aproximações.

## 20 – REGRAS EM RELAÇÃO AOS OUTROS HOMENS

Há um mau uso desta mesma regra que me prescreve voltar-me para o outro, e não para mim. Pois posso me interessar por ele como por um objeto que me pertence, ou ainda, como por um outro eu mesmo.

Mas este eu, do qual tento me desviar, irei despertá-lo em outro? Irei me comprazer nele porque não é o meu, pedindo a este outro que faça por si aquilo de que eu mesmo me livro?

Ou se chegaria a este paradoxo de que todos os homens devem se afastar de si mesmos para se dedicarem aos outros, como se a primeira parte desta regra não devesse levá-los a recusar o que lhes é oferecido em virtude da segunda? De tal sorte que, neste sacrifício do altruísmo ao egoísmo, o altruísmo criaria para seu objeto uma tentação da qual ele deveria sempre se defender. E, nesta sutil contradição, o próprio preceito acabaria por sucumbir.

Dir-se-á que essa espécie de gratuidade, nesse dom que nunca seria recebido, constitui a beleza mesma dessa perfeita generosidade, que buscaria o bem do outro sem que este pudesse jamais desejá-lo como seu próprio bem? Mas, além da tentação à qual exponho o outro, posso visar como um bem algo que não é um bem nem para ele, nem para mim?

Retornaremos à máxima de que se deve fazer ao outro o que queremos que nos seja feito? Sim, sem dúvida, mas com a condição de não nos contentarmos com aquelas satisfações que o indivíduo busca e que não se tornam melhores quando são objeto de uma mútua cumplicidade.

Se o conhecimento só é possível com a condição de que eu me desvie de mim para ir em direção ao objeto; se a moral só é possível com a condição de que eu persiga o bem do outro e não o meu (e pode-se dizer que, somente assim, sirvo aos interesses do meu próprio eu, enriquecendo nele o intelecto e o querer, mas sob a condição de que isso seja apenas um efeito, e nunca um fim) — tudo isso é válido com a condição de que, em vez de me deter neste objeto particular, ou no eu de um outro, eu o considere como um caminho aberto diante de mim, pelo qual rompo a solidão de minha consciência separada e começo a assumir o conhecimento e a responsabilidade do todo no qual estou situado, e do qual sou, indivisivelmente, o espectador e o criador.

A maior dificuldade é aprender a suportar a si mesmo e a suportar os outros. Mas estas duas regras formam uma só.



Só se pode julgar a árvore por seus frutos. É uma meditação imperfeita e inacabada aquela que, fechando-se em si mesma e ciosa de se propagar, dá à consciência uma satisfação espiritual que ainda se assemelha a uma satisfação de amor-próprio.

Sem dúvida, reconhecer-se-á que uma alma purificada por ela pode espalhar ao seu redor o benefício de sua simples presença. Mas esse benefício ocorre sempre? E existe uma alegria interior e solitária que se assemelha à dos iluminados e dos dementes.

Assim como a ciência provoca uma renovação da natureza material da qual todos os homens se beneficiam, a santidade provoca uma renovação da alma humana que se propaga por toda a Terra.

Não se deve esquecer que os homens não têm a mesma vocação: uns têm a missão de aumentar a luz interior que ilumina a consciência de toda a humanidade; outros, a de utilizar e multiplicar os recursos do universo material em proveito da vida do corpo. Mas nem uns nem outros estão dispensados de prestar serviços mútuos.

A sabedoria se reconhece por este sinal: ela produz felicidade, ao mesmo tempo, em nós e ao nosso redor.

## **GENERALIDADES SOBRE AS REGRAS**

Nenhuma regra é extraída da reflexão.

Elas são todas extraídas de alguma ação que se realizou sem regra, mas cuja lembrança, ao permanecer em nossa memória, criou pouco a pouco em nós não um hábito, mas uma potência espiritual — uma potência de agir que está, doravante, à disposição de nossa consciência.

Toda a dificuldade consiste em descobrir em nós uma participação na potência criadora, que constitui nosso gênio próprio, e em lhe dar livre curso.

## **TEMPO**

Alguns só pensam em aquisições que gostariam que fossem eternas, em fixar ideias que perceberam um dia para nunca mais as perder. Mas isso é um esforço material e muito decepcionante.

São coisas que se adquirem, são signos que se guardam. E quem crê ter capturado, com isso, o ato espiritual que reencontrará mais tarde, quando quiser, engana-se.

Todo ato espiritual é um ato de participação que deve ser sempre recomeçado; ele é sempre idêntico e sempre novo. Adquire-se a potência de reproduzi-lo, mas nada nos dispensa de exercê-la, nem garante que ela funcione com certeza.

Descartes percebeu bem que bastam algumas regras gerais muito simples, que possam permanecer sempre presentes em nosso espírito e que já não se distingam de sua própria atividade.

As regras particulares, por um lado, sobrecarregam e escravizam nosso espírito; por outro, como poderiam se aplicar a todos os casos? Se, ao contrário, as regras devem manter sua generalidade, então não é possível fazer delas fórmulas imutáveis que nos ditem a cada instante o que fazer. Assim que se passa à prática, é preciso devolver-lhes a flexibilidade e a vida.

E nossas regras da vida cotidiana não se destinam a desenhar o contorno de nossas ações particulares nos mínimos detalhes, mas sim a discernir o funcionamento daquelas poucas regras muito simples em todas as perspectivas em que a vida nos colocar.

## 21 - REGRAS DA SENSIBILIDADE

Não se deve apegar-se a cultivar a sensibilidade, pois a sensibilidade não expressa nada mais que os efeitos da atividade intelectual ou voluntária. É preciso, portanto, regular esta última, e a sensibilidade sempre manifestará os efeitos que merecemos.

### REGRAS PARA CONSIGO MESMO

Não é necessário pensar sempre, nem se esgotar tentando modelar a própria natureza. Só se conhece o que não é si mesmo; só se age fora de si. Quando nos comportamos como se deve em relação ao exterior, o interior se torna, ele mesmo, o que deve ser.

Mas a proposição pode ser invertida, pois ela é recíproca.

Não se deve levar uma vida separada. Ela cega mais do que ilumina. É um produto do amor-próprio, que se manifesta até no desejo de se reformar e de adquirir a sabedoria.

Aquele que foge para a solidão e teme que o contato com os outros o distraia revela uma fraqueza singular. É no meio dos homens que se deve saber guardar a solidão e evitar a distração. A partir do momento em que a companhia deles deixa de nos distrair, ela começa a nos nutrir.

### CONTRA A CRÍTICA

É preciso abster-se de toda crítica e buscar descobrir, em tudo o que se encontra, se vê e se lê, não a parte de fraqueza que pensamos que nos enaltece, mas a parte de realidade que nos nutre.

## REGRAS PARA CONSIGO MESMO

Não se deve forçar o espírito; é melhor que ele seja apto para menos coisas. É preciso preferir a ignorância a uma ciência demasiado laboriosa. O que não compreendo nas obras dos outros é aquilo que não encontra em mim nenhum eco, ou ecos demasiado obscuros.

O importante é exercer apenas minhas faculdades mais pessoais, aquelas que me dão mais alegria e cujo exercício é mais eficaz, sem me esforçar para despertar as que me faltam, que me custam muito esforço e produzem pouco fruto.

Este aparente hedonismo é também um ascetismo, no qual me fecho em meu próprio horizonte, renunciando a muitas satisfações de um amor-próprio sempre ávido de se igualar ao universo.

O difícil é descobrir a própria vocação, que supõe sempre uma ocasião da qual não se sabe dizer se a encontramos ou se a convocamos. Mas, uma vez descoberta, o difícil é cumpri-la sem se deixar dominar pela distração, pelo gosto da imitação. Neste ponto, as regras de conduta, por seu caráter universal, criam um imenso perigo.

Todos os homens sentem em si uma vocação, mas sofrem por lhe serem infiéis. Isso ocorre porque o amor-próprio e a vocação se combatem, em vez de se apoiarem. Pois o amor-próprio nos propõe sempre um objetivo aparente e estimado por todos, o que cria entre os indivíduos uma oposição e uma luta para conquistá-lo, justamente onde a diversidade de suas vocações conseguiria reconciliá-los e uni-los.

Se quisermos que todos os homens sejam semelhantes e persigam o mesmo fim, eles não cessarão de se chocar e de se odiar. Mas se todos forem diferentes e tiverem tarefas particulares, então cada um será para todos os outros uma revelação e um apoio.

## REGRAS DA INSPIRAÇÃO

É preciso deixar tudo em paz e não sujeitar inutilmente o espírito onde ele não é levado por nenhum movimento próprio, onde não sente nenhuma emoção, nenhuma pequena sacudida, nenhuma claridade que o ilumine.

A vontade só tem poder para vencer as resistências da matéria; ela nada pode quando o espírito está mudo. E quando ele fala, basta que ela lhe seja dócil. Ela não é da mesma estirpe. Estraga tudo se pensa que é ela quem dá movimento ao espírito. Basta que esteja atenta aos seus primeiros toques; então, não lhe resta senão ceder.

Este ponto, onde a vontade sente que não tem mais nada a fazer senão ceder, é o que devemos buscar. É o único ponto onde o indivíduo pode se superar, receber a verdade, a força e a felicidade.

A vontade é o espírito prisioneiro da matéria, buscando libertar-se dela.

Imagina-se sempre que aqueles que pedem que se espere a inspiração pregam em vão para os que a têm, e são inúteis para os que não a têm. E também os acusam de desonrar a consciência com um excesso de facilidade, onde o eu se aniquila em uma situação na qual só tem a receber e a esperar.

Mas essa defesa do eu é, ela mesma, uma defesa do amor-próprio. Há, sem dúvida, mais dificuldade em receber do que em agir. Ou melhor, receber é também uma espécie de ação, que supõe uma arte mais sutil.

Frequentemente é mais difícil receber um dom material e sensível do que dá-lo. Que dizer de um dom espiritual? Recebê-lo é fazê-lo seu, é elevar-se ao seu nível. E aquele que desdenha recebê-lo, na maioria das vezes, não é capaz disso.

Mas o mais difícil, sobretudo, é estar pronto para receber. É ter realizado esta purificação, este despojamento de todos os apegos particulares; é fazer calar a nossa própria vontade em vez de tensioná-la; é criar em si este vazio interior onde o mundo poderá ser acolhido.

Tal é esta facilidade difícil, que resiste a todos os esforços e que, não só em seu exercício mas desde seu nascimento, assemelha-se a uma graça. Ela supõe, no entanto, uma disposição desinteressada e acolhedora de nossa alma, um consentimento flexível, uma indiferença a si, uma abertura atenta e amorosa — ou seja, a atividade mais secreta de nosso eu em seu jogo mais profundo e delicado.