

homem, mas sim aquilo que,  
imprópriamente, lhe sai do  
coração”.

ANDRÉ LUIZ

2

## PEQUENAS REGRAS DE DESOBSESSÃO

Procure:  
    mais do que saber — dominar-se;  
    mais do que agir — elevar;  
    mais do que estudar — aprender;  
    mais do que pensar — discernir;  
    mais do que falar — educar;

mais do que aconselhar — servir;

mais do que escutar — compreender;

mais do que perdoar — amparar;

mais do que sofrer — resignar-se;

mais do que amar — sublimar.

•

Quando nos expressamos, usando o modo imperativo do verbo, não queremos dizer que nós outros, — os amigos domi-

ciliados no Mais Além, — estejamos a cavaleiro dos obstáculos e dificuldades que oneram os companheiros do mundo.

Todos estamos ainda vinculados à Terra. E, na Terra, tanto adoece o cientista que cria o remédio, em favor dos enfermos, quanto os clientes que lhe desfrutam os recursos da inteligência; tanto carrega problemas o professor que ensina, quanto o aprendiz que se lhe beneficia do apoio cultural.

Assim também na desobsessão. Todos os apontamentos

que se relacionam com o assunto tanto se dirigem aos outros quanto a nós.

3

ANDRÉ LUIZ

## TESTE DO PROCESSO DESOBSESSIVO

Verifique você:

se já consegue dispensar aos outros o tratamento que desejaria receber;

se adia a execução das próprias tarefas;

se reconhece que toda criatura humana é imperfeita quanto nós mesmos e que, por isso, não nos será lícito exigir do