

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

ANDRÉ LUIZ

## PEQUENAS REGRAS DE DESOBSESSÃO

Procure:

mais do que saber — do-  
minar-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 — re-  
signar-se;

mais do que amar — su-  
blimar.



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

ciliados no Mais Além, — este-  
jamos a cavaleiro dos obstá-  
culos e dificuldades que oneram  
os companheiros do mundo.

Todos estamos ainda vin-  
culados 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 en-  
sina, quanto o aprendiz que se  
lhe beneficia do apoio cultural.

Assim também na desob-  
sessão. Todos os apontamentos

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

ANDRÉ LUIZ

## TESTE DO PROCESSO DESOBSESSIVO

Verifique você:

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

se adia a execução das pró-  
prias tarefas;

se reconhece que toda cria-  
tura humana é imperfeita quan-  
to nós mesmos e que, por isso,  
não nos será lícito exigir do