

Texto extraído do livro “Meu filho chegou à adolescência, e agora?”

Autor: Leo Fraiman

É importante que os filhos recebam uma educação coerente dos pais e que ambos, pai e mãe, estejam presentes em seu desenvolvimento. Mais do que uma tarefa do pai ou da mãe, ou dos avós, defendo uma participação de todos os membros da família na educação dos filhos. É melhor, mais inteligente e mais eficaz. Quanto mais familiar for a orientação dada, mais fortalecido será o caráter dos filhos.

Quando um filho sente em seu coração que seus pais e demais familiares se importam com ele, ao sentir o desejo de usar uma substância nociva, tenderá a lembrar que tem uma família que o ama e que ele ama. Ao sentir que pessoas tão importantes irão se importar com seu sofrimento, e que ferir essas pessoas não vale a pena, um adolescente pode ter mais força para escolher não se prejudicar.

O mesmo vale com relação à motivação para o estudo. Os filhos estudam para si, mas também para e por seus parentes.

Nossa autoestima depende em parte da estima dedicada a nós. Se cada pai fizesse dez minutos diários de oração, certamente o índice de criminalidade em todo o país teria uma significativa redução. Bastariam cinco minutos de manhã e mais cinco à noite, antes do jantar. Coisa antiga? Muito ao contrário, nada mais moderno do que isso.

A neurociência mostra que há uma hierarquia de emoções, sendo as piores a mágoa, a raiva, o cinismo e a solidão. Na outra ponta, estão a gratidão, a leveza, o desprendimento, a doação e a confiança. Para se ter uma ideia, estudos internacionais mostram que, em cidades onde há determinada proporção de praticantes de meditação transcendental, o índice de criminalidade é reduzido.

A criança aprende rápido que, se ela se esforçar para alcançar uma meta importante para sua família, será recompensada por isso. Pense em como seria melhor andar em ruas nas quais cruzássemos com pessoas que se consideram, que percebem que o espaço público é algo que pertence a todos.

No Brasil, há uma onda crescente de cinismo e indiferença com o público. Veja com seus próprios olhos como é fácil uma pessoa jogar papel no chão, pichar um

muro ou deixar um verdadeiro tsunami de sujeira após um show de música em que se divertiu e foi bem tratada.

Não são as crianças que estão sem limites. Nós é que temos vivido numa cultura que nos faz acreditar que, ao sermos livres, descolados e destacados, ao fazermos apenas o que nos dá na telha, iremos construir uma vida feliz. Porém, todos os estudos sérios sobre felicidade apontam que esta é obtida pela realização de metas significativas, por meio da doação e da construção de laços importantes que nos tragam a sensação de pertencer, de confiar e de amar e ser amados.

Veja os índices de desperdício, de endividamento, de obesidade, de violência, de acidentes nas estradas. Veja nosso rendimento escolar diante de outros países. Tudo isso é obtido por gente adulta que não tem noção de limites. Basta disso.

É por isso que escrevi este livro, pois educar, para mim, significa vencer o egoísmo, a falta de limites, o descompromisso com o outro e com nós mesmos.

Educar implica comprometer-se com um objetivo que é de médio e longo prazos: formar as futuras gerações com integridade e caráter. Nesse sentido, é uma ação de transcendência, de estar presente para brindar a vida daqueles que amamos com o nosso melhor.

Nossas crianças e adolescentes têm o direito de crescer com dignidade, de receber estímulos de forma adequada: nem com o exagero do autoritarismo, nem com o abandono da negligência ou da permissividade. As futuras gerações deste país merecem ser bem estimuladas, e também merecem a oportunidade de aprender a desenvolver seu cérebro de forma completa, sob pena de, não o fazendo, tornarem-se dependentes de drogas ou de outros.

A pior das drogas é a dependência emocional. Em função desta, do desejo de ser aceita, uma pessoa pode anular seus desejos, vender sua alma e protagonizar sua vida na ideia de que o mundo lhe deve algo. Se o que nos leva adiante é **ser** com integridade, **ser** por inteiro, **ser** presente, por que motivar apenas o ter?

Hoje, com tristeza, observo que nem vivemos mais em busca do ter e sim do parecer ter. Uma idolatria desenfreada de imagem, popularidade e sucesso a qualquer preço. Com cinismo e indiferença, podemos acabar criando uma geração de gente carente que não confia em si e não tece laços fortes com a vida, com os outros e com futuro.

Justamente em função de tanta carência, nossas crianças e adolescentes acabam por depender da aprovação alheia. É por isso que tem destruído muitos dos projetos, ambições, interesses e sonhos de nossos adolescentes. Eles crescem sem ter quem os ensine a confiar em si e tornam-se pessoas perigosamente indiferentes.

Aprendemos a confiar em nós mesmos a partir de quanto nos sentimos amados nos primeiros anos de vida, de quanto fomos estimulados, considerados, cuidados, olhados.

O perigo da permissividade superprotetora é que ela não deixa um rastro de amor, e sim de dependência. Afinal, crescer acreditando que não precisamos fazer a nossa parte é uma das maiores ilusões a que podemos expor um indivíduo. Se não estivermos do nosso lado e não fizermos por nós mesmos, quem o fará? A sorte?

É perigoso e triste crescer acreditando que o mundo nos deve, pois podemos nos tornar desleixados e desinteressados com relação a nós mesmos e a nossa saúde. Podemos nos tornar cínicos nas relações com os outros. Quem sabe nos tornemos pessoas abusadas ou até violentas, já que não consideramos os demais. Até a recente onda de homofobia se explica também por isso: o afeto do outro, a liberdade do outro me ofendem, mexem com a minha paixão e o meu medo de sentir.

Pode ser, ainda, que nos tornemos apáticos, e assim, menos capazes ou inteligentes do que poderíamos ser, ou que nos tornemos viciados em algo ou em alguém. Tudo isso porque não desenvolvemos nossas próprias forças de caráter.

A educação autoritária, por outro lado, sobrecarrega o indivíduo, que cresce com culpa, medo de tentar, bloqueio para criar, tendência a se rebaixar em suas relações. E a educação negligente, o que dizer desta? Como obter saúde e felicidade tendo crescido em um ambiente no qual nos sentimos pessoas invisíveis? Como ver o futuro a partir da cegueira de nossos próprios pais em relação a nós?

Basta de tudo isso, basta de vazio, basta de gente tendo sua vida desperdiçada. Meu convite é que se busque mais luz, mais cuidado, mais consideração, mais amor em sua família. Se cada um de nós fizer mais pelo seu microcosmo, pelo seu mundo particular, todo o mundo se beneficia.

Cada vez que eu cuido dos meus, beneficio em paralelo os seus. Cada vez que um pai ama mais a seus próprios filhos, toda a sociedade acaba ganhando e se fortalecendo.

É chegada a hora de tirar as vendas e reconhecer que precisamos uns dos outros. Você precisa que eu cuide dos meus filhos com saúde, com maturidade, com hombridade, com dignidade e respeito pela vida, pois, se eu os educar assim, eles serão pessoas e profissionais melhores para você, certo? Então, faça a sua parte, e eu farei a minha.

Estamos na era da sustentabilidade, da interdependência, do espírito de grupo, do senso de time. É assim que se deve pensar numa família hoje em dia: como um corpo único (nossa família), que tem suas partes singulares (cada um de nós é único) e

está integrado com outros tantos corpos (a vida em sociedade), interligados uns aos outros.

A quantidade de amor que despejamos em nosso lar nos traz de volta a luz para seguir a vida, a força para enfrentar os obstáculos e a tão importante sensação de estarmos conectados uns com os outros, algo essencial para qualquer ser humano.

Quando temos uma vida significativa e de realizações, percebemos que a maior alegria está na prática de bons hábitos, que nos permitem acessar nossas melhores emoções. Nossos hábitos, em essência, formam nosso habitat, local especial onde mora nossa alma, onde reside nossa dignidade. Por isso, a sorte está do lado de quem recebe boas ações, mas a felicidade, de quem tem o que doar.

Vivenciar as nossas melhores emoções e construir uma vida feliz em nosso lar é algo possível e bem menos trabalhoso do que parece. Até porque se algo dá trabalho para ser feito (mas é relevante), dá muito mais trabalho se não for feito -e muito bem feito, aliás.

Como vimos, a gratidão, a leveza, o desprendimento, a doação e a confiança, todos elementos que perfazem um verdadeiro empreendedor, são produtos de uma vida íntegra, que é fruto de ações práticas no cotidiano familiar.

O alinhamento do pensar, do agir e do sentir é a perfeita tradução de uma parentalidade íntegra, em que se é por inteiro, em que se ama por inteiro, em que se está presente por inteiro.

Pessoas íntegras têm uma força interior excepcional e um forte senso de compromisso com a transcendência e a proatividade. Pessoas íntegras escolhem participar ativamente da missão de deixar este mundo melhor do que estava quando vieram a esta bênção chamada vida. Pessoas assim se eternizam por meio de sua obra, por meio de seus atos e pelo legado que seus parentes levam adiante.

Acredito que a distância entre o **sonho** e a **conquista** é a **atitude**. Assim, finalizo estas reflexões com uma última pergunta: posso contar com você?