



Amor é laço, não nó. Você sente ciúmes?

Sentimento que acomete inúmeros seres humanos, o ciúme ocorre quando há distorção do sentimento de zelo e cuidado para com uma determinada pessoa. Ao contrário do que se pensa, é um sentimento pessoal, voltado para quem o sente.

O ciúme pode ser manifestado em diferentes momentos: perante uma ameaça à solidez de um relacionamento; diante da possibilidade de perda da pessoa por quem se tem ciúme; ou quando se detecta a perda da exclusividade em relação ao sujeito passivo do ciúme. Em geral, o ciúme é despertado por instabilidade na relação, dúvidas, raiva, medo, vergonha por parte de uma das pessoas do relacionamento ou dos dois.

Vale lembrar que o ciúme também pode ser patológico, quando seu portador não diferencia fantasia e imaginação da realidade. É caracterizado por extrema desconfiança, constante busca de provas e confissões. A pessoa com este tipo de paranoia sente-se ansiosa, depressiva, humilhada, com desejo de vingança. Tal distúrbio, se detectado, deve ser rapidamente tratado, pois pode induzir seu portador a tomar atitudes extremamente perigosas.

Ciúmes e amor

O ciúme é um excesso. Não de amor, mas, sim, excesso de vaidade, de orgulho, de egoísmo. O amor não carrega consigo nenhum sentimento ou atitude que leva às más paixões. O amor é um só. A forma como a gente dirige este amor hoje é diferente, porém, chegará o momento em que não será. Vamos amar de forma igual, com a mesma intensidade todo mundo. E que amor é esse? O amor de afinidade. Vamos nos sentir bem com aquelas pessoas, estar em harmonia com elas.

Erradamente foi criada a afirmação de que o ciúme é o tempero do amor. Na verdade, ele é o tempero da discórdia, das brigas. Infelizmente, as pessoas acham que quando demonstram ciúmes a pessoa fica feliz e se sente mais importante pro outro. Acham que quem tem ciúmes do outro é porque ama, só que este ciúme que faz tão bem no início pode vir a ser um empecilho ao prosseguimento da felicidade.

Somente através do amor curamos o ciúme

As pessoas costumam dizer: "Em todo amor, sempre há um pouco de ciúme!" É lindo, mas não é verdadeiro. Ciúme é um fenômeno psicológico de insegurança. Quando falta autoestima, a pessoa não acredita que alguém seja capaz de amá-la. Quando alguém a ama, ela duvida. E fica sempre com medo de perder, porque acha que não merece. A insegurança emocional gera o ciúme. Se estiver com uma pessoa mais bonita do que ela, se der mais atenção a outrem, logo pensa que a vai perder, porque não está em condições de ser amada por quem está ao seu lado. É um conflito de insegurança psicológica.

As pessoas de natureza instável, amadas ou não, assim continuarão, porque são doentes, portadoras de comportamentos mórbidos. Viver com ciúme, vigiar, estar com os olhos para lá e



para cá, torna-se um infortúnio, porque é sempre uma inquietação. O amor legítimo confia. Quando não há essa tranquilidade, não é amor, mas desejo de posse, tormento. É um desvio de comportamento afetivo.

Toda vez que confiamos no outro, recebemos resposta equivalente, com as exceções compreensíveis. Toda vez que vigiamos o ser amado, na primeira brecha que lhe surge, quase sempre tomba no desvio... Isto porque ninguém pode amar vigiado, escravizado, perseguido, controlado. O amor é uma bênção, não um castigo, não uma forma de manipulação do outro.

Ninguém vigia os sentimentos dos outros. Os sentimentos devem ser honrados com a confiança. Pratique sua autoestima quando for amado por alguém. Todos nós temos conflitos e inseguranças, posto que ainda somos humanos. Não nos deixemos conduzir com as opiniões diversificadas das demais pessoas. É indispensável alcançar a autoconsciência. Então, mantenhamos a autoestima. Esse comportamento é salutar e agradável. No amor verdadeiro não há espaço para coisas pequenas como o ciúme. Podemos dizer que o ciúme é a falta ou o uso incorreto do amor.

A visão espírita do ciúme

Vamos lembrar que o amor está relacionado à afinidade, a querer o bem ao próximo. Já o ciúmes é possessão, é o chamado: “quero para mim, isto é meu”.

“Assim como, quase sempre, é o homem o causador de seus sofrimentos materiais, também o será de seus sofrimentos morais?”

Resposta: “Mais ainda, porque os sofrimentos materiais algumas vezes independem da vontade; mas, o orgulho ferido, a ambição frustrada, a ansiedade da avareza, a inveja, o ciúme, todas as paixões numa palavra, são torturas da alma” (questão 933, O Livro dos Espíritos)

Ou seja, é uma tortura e faz mal para todos (tanto para aquele que sente quanto para a vítima desse sentimento). E, ainda, um vive “enclausurado”, fechado, enquanto o outro assume o papel (autoimposto) de vigia-lo.

“A inveja e o ciúme! Felizes os que desconhecem estes dois vermes roedores! Para aquele que a inveja e o ciúme atacam, não há calma, nem repouso possíveis. À sua frente, como fantasmas que lhe não dão tréguas e o perseguem até durante o sono, se levantando os objetos de sua cobiça, do seu ódio, do seu despeito.

O invejoso e o ciumento vivem ardendo em contínua febre. Será essa uma situação desejável e não compreendeis que, com as suas paixões, o homem cria para si mesmo suplícios voluntários, tornando-se-lhe a Terra verdadeiro inferno?” (Allan Kardec, questão 933)

O ciúme está envolvido com as nossas encarnações passadas e talvez seja uma perda muito grande que tivemos e, por não querer que se repita, vivemos inseguros achando que acontecerá novamente. É como se fosse uma auto defesa, uma tentativa de bloqueio a perdas futuras. Talvez seja até alguma pessoa muito querida nossa que fugiu ou partiu e por isso reencarnamos inseguros de tudo e de todos.



Lembrando que existe o ciumento movido pelo egoísmo, que não tem só ciúmes de pessoas, mas de objetos e de tudo que outras pessoas possam vir a ter. E tem os ciumentos que só sentem isso por determinada pessoa, como se fosse uma obsessão, onde para esta pessoa só existe uma coisa importante neste mundo: a pessoa que eles tanto amam.

Assim, na nossa visão, o ciúme pode ser olhado como uma obsessão, que vivencia a falta de controle e atitudes tóxicas com determinadas pessoas. No sentido espiritual, a obsessão pode ser apenas um aliado para alimentar o ciúme, como um combustível, que só queima se a máquina o processar, ou seja, a obsessão pode estar por de trás de um ataque de ciúmes, mas na verdade é preciso muitas coisas acontecerem antes para que um obsessor venha a incomodar e incentivar no ciúme.

Texto: Ruth Daia