



ARTIGO

ACEITAÇÃO

Ouvi essa história na prédica de um monge budista brasileiro, Gustavo Pinto, na década de noventa. A vida parecia mais fácil nos anos noventa. A história, encantadora, é de um mestre Zen que estava para fazer alguma viagem, o que exigiria alguns dias de ausência. Ele reuniu seus seguidores e apontou para a sala de Meditação. Disse que quando voltasse, essa sala deveria estar perfeita. Foi um rebuliço. Os monges passaram os dias em meticulosa limpeza de cada centímetro quadrado daquela local de meditação: cada grão de poeira foi removido e cada detalhe, polido. Ela estava toda brilhando e foi fechada antes da chegada do mestre, para se preservar a limpeza próxima da perfeição. Quando o amado guia chegou, o monastério fervia de expectativa, se aquela sala estaria, ou não, perfeita. O mestre adentrou o recinto com cuidado e atenção, examinou a limpeza e a harmonia do local. Inesperadamente, saiu da sala e pegou um bocado de sujeira, de poeira, de insetos e de folhas e espalhou nos bancos e no piso brilhante. Houve quem fizesse menção de impedir aquele ato e limpar aquela sujeira. O mestre olhou para aqueles olhares atônitos e falou: “Agora está perfeito”. Essa pequena história menciona a perfeição da imperfeição. Soa estranha para nossos ouvidos e para nossos conceitos de que a perfeição é a ausência do pecado, e o pecado é a sujeira, a falha, a contaminação do que deveria ser puro e sem mácula. Na minha opinião, o que o mestre estava demonstrando é o conceito impressionante da Aceitação da natureza imperfeita do mundo e da nossa experiência. Isso pode parecer óbvio, mas, em nosso tempo, em nosso século vinte e um, é um autêntico sacrilégio.

O filósofo Byun-Chul Han aponta que nossa sociedade cansada se apoia compulsivamente na ideia do positivo. Vivemos no mais-mais-mais, ou no melhor-melhor-melhor o tempo todo, bombardeados de metas e de ideias que nunca saem de nossos calcanhares. Passamos o tempo todo tentando deixar a sala perfeita, para esquecer que a função da sala é estar aberta para as experiências, as introvisões, as meditações que lá vão acontecer.

Nossa era da positividade nos empurra para uma felicidade compulsória e obrigatória, ou seja, para um estado meio permanente de infelicidade e vazio. O vazio empurra a nossa fúria pelo mais, mais, mais: mais dinheiro, mais sucesso, mais visibilidade, mais likes, mais admiração, no teatro de Personas onde estamos afundados. Quando a perfeição vier, junto com ela, vem a tal da Felicidade. Certo? Não. Não está certo.

Outra história dos anos noventa: estava começando o meu consultório, e atendia uma paciente querida que trabalhava na casa de famosos terapeutas da época. Um deles me pediu para ajudá-la: tinha um quadro ansioso difícil, e uma de suas características era uma sensação meio permanente de vazio e de angústia sem razão aparente. Isso desembocava numa compulsão alimentar também severa. Ela não conseguia aceitar o seu próprio corpo e alternava tentativas de dietas restritivas com episódios de excessos alimentares, num ciclo repetitivo e doloroso. A história que nunca esqueço foi ela que me contou: acho que ela estava numa festa, num churrasco e conversava com um dos familiares do aniversariante, que era um cadeirante. A conversa foi para o lado da angústia que ela sentia diante da vida, e o homem retrucou: “Sabe, vocês se queixam da vida e ficam infelizes com isso e aquilo, mas eu que estou nessa cadeira de rodas e tinha tudo para ser infeliz, na verdade sou o mais feliz, sabe por que? Porque eu aceito a minha limitação. Aceito a minha dificuldade todo dia. Isso me deixa em paz”. Ela me contou essa conversa em lágrimas, e a sua terapia durou mais algum tempo. Espero que a história tenha tido o mesmo impacto nela que teve em mim.

Tenho uma boa e uma má notícia para quem está lendo esse texto: a má notícia é que somos todos cadeirantes existenciais. Temos, todos, nossas contusões, nossas pernas mancas e nossas limitações com as quais vamos mais conviver do que superar. Não adianta os gurus digitais gritarem que vão te transformar no Batman ou na Mulher Maravilha.

A autoaceitação é o superpoder que está sendo negado a todos presos na ciranda do “self improvement”, ou autoaperfeiçoamento. É errado tentar melhorar todo dia? É claro que não. Eu tento melhorar todo dia, como você, que está lendo. Mas entendo que Aceitação do outro e da vida torta e do mundo torto em que eu vivo é um superpoder. Pense nas pessoas queridas, que tentamos mudar toda hora: como traria benefício Aceitar que a pessoa tem limitações, que a vida tem limitações e que é Dentro dessas limitações que vamos tentar viver. Essa é a boa notícia: a partir da Aceitação que as mudanças ocorrem.

Imagino que o rapaz cadeirante e o mestre Zen seriam grandes amigos. E eu adoraria ser amigo deles.

Marco Antonio Spinelli é médico, com mestrado em psiquiatria pela Universidade São Paulo, psicoterapeuta de orientação junguiana e autor do livro “Stress o coelho de Alice tem sempre muita pressa”

JORNAL DIÁRIO DA SERRA	REDAÇÃO
Propriedade da AJOTA	DIREÇÃO DE JORNALISMO
ASSOCIAÇÃO JORNALÍSTICA DE TANGARÁ DA SERRA	Fabiola Tormes
CNPJ: 29.464.235/0001-16	CONTATO
Av. Tancredo Neves - 1247 W - Parque Mansões	ds@diariodaserra.com.br
78302-028 Tangará da Serra-MT	Envie Pautas, Fotos Sugestões e Vídeos para o whatsapp do
ISSN 22386467	DIÁRIO DA SERRA
	(65) 3326-4724
	www.diariodaserra.com.br
	www.ds.jor.br
TIRAGEM	DEPARTAMENTO COMERCIAL
1 MIL EXEMPLARES	PUBLICIDADE ASSINATURA
CIRCULAÇÃO	PUBLICIDADE LEGAL
Tangará da Serra, Nova Olímpia, Barra do Bugres, Porto Estrela, Campo Novo do Parecis, Sapezal, Denise, Arenópolis, Nortelândia e Santo Afonso.	Associação Jornalística de Tangará da Serra - AJOTA
CENTRAL DO ASSINANTE	SERVIÇOS GRÁFICOS
(65)3326.6501	E. Tormes e Cia. LTDA
	CNPJ: 14.048.123/0001-07
	CONTATO: adm@diariodaserra.com.br
	Fone: (65) 3326-4724



FUNDADO EM 11 DE NOVEMBRO DE 1996

EDIÇÃO ON-LINE DESDE 06 DE SETEMBRO DE 1997

Endereço: Av. Tancredo Neves - 1247 W

Parque Mansões - CEP:78300-000

Tangará da Serra - MT - Brasil

 www.facebook.com/jornalds

 @diariodaserra

LEÃO TEM CORAÇÃO

Campanha de destinação do Imposto de Renda para os Fundos da Criança e Pessoa Idosa será lançada nesta terça



O lançamento começará às 18h30 no auditório da Acits

A destinação pode ser feita até o dia 31 de maio de 2024

ALEXANDRE ROLIM / Assessoria

Será lançada nesta terça-feira, dia 26 de março, a Campanha “Leão Tem Coração”, que tem como objetivo incentivar pessoas físicas e jurídicas a destinarem parte do Imposto de Renda para o Fundo Municipal dos Direitos da Criança e do Adolescente (FMDCA) e para o Fundo Municipal de Apoio à Política da Pessoa Idosa (FUMAPPI), no ato de sua declaração anual.

O lançamento começará às 18h30 no auditório da Associação Comercial e Empresarial (Acits) e contará com palestra do contador Claudemir Inacio Paulus, delegado da 16ª Delegacia do Conselho Regional de Contabilidade de Tangará da Serra.

A Campanha é realizada pelo Conselho Municipal dos Direitos da Criança e do Adolescente (CMDCA) e pelo Conselho Municipal de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa (CMDDPI), com apoio da Prefeitura Mu-

nicipal, através do Gabinete de Políticas Públicas para Mulheres (GPPM), da Secretaria de Assistência Social (SEMAS), da Secretaria de Fazenda (SEFAZ) e do Conselho Regional de Contabilidade (CRC).

A campanha tem por objetivo fortalecer as políticas públicas para a primeira infância e para a pessoa idosa, promovendo e fortalecendo o desenvolvimento de programas e ações sociais aptas a receberem recursos do FMDCA e do FUMAPPI.

A destinação pode ser feita até o dia 31 de maio de 2024, prazo final para a declaração. Para participar basta que o cidadão que fizer a sua declaração do imposto de renda comunique seu contador ou escritório de contabilidade para efetuar a doação.

Os tangaraenses podem destinar parte do seu Imposto de Renda devido (imposto a pagar) inclusive o retido na fonte, sendo para pessoa física permitido o percentual de 3%. Basta escolher esta opção durante o ato de declaração no site da Receita Federal.

A campanha recebe atenção especial da Primeira-dama do Municí-

pio, Silvana Lô Masson, que é coordenadora do GPPM e Vice-presidente da Associação para Desenvolvimento Social dos Municípios de Mato Grosso (APDM-MT), engajada na causa desde 2021 quando ela criou a homenagem aos contadores no Dia do Contador, 22 de setembro. A partir de então as arrecadações aumentaram.

“Este gesto foi de reconhecimento pela parceria destes profissionais que trabalharam para que a arrecadação do imposto de renda da pessoa física ficasse em Tangará da Serra. Ficou evidente que o investimento para melhorar a arrecadação trouxe resultados expressivos, tivemos um aumento de 205%, comparando 2020 a 2022”, destaca Silvana.

A Campanha “Leão Tem Coração” será veiculada na mídia convencional (emissoras de rádio e TV, jornais e sites) e nas mais diversas plataformas digitais em formatos acessíveis e com linguagem simples e direta, visando sensibilizar os possíveis doadores a fazerem sua parte e contribuir com os dois fundos que atuam em defesa dos direitos de crianças, adolescentes e idosos.