

A consciência da América - Norman Cousins

Há duas espécies de pessoas. A primeira é aquela que, quando se depara com um problema, pensa: "Sei que preciso agir, mas será muito difícil." Quando chega o momento de entrar em ação, essa pessoa acaba desistindo. Já o segundo tipo de pessoa pensa: "Sei que será muito difícil, mas tenho de agir." Essa pessoa sempre enfrenta o desafio.

O Dr. Norman Cousins foi um excelente exemplo desse segundo tipo. Realista, percebia claramente a dificuldade e a complexidade dos problemas. Mas também era um idealista, por nunca ter deixado de reconhecer a necessidade de agir, o que fazia sem hesitação.

Norman Cousins Em fevereiro de 1987, ele sozinho, com a ajuda de um mapa, dirigiu seu carro até o recém- inaugurado campus da Universidade Soka de Los Angeles (atual Universidade Soka da América). Apesar de ter mais de setenta anos, seus passos eram tão vigorosos como os de um jovem. O céu azul da Califórnia e seu sorriso radiante e animado formavam uma maravilhosa pintura. Ele possuía um carisma tão grande que sua presença dava vida aonde quer que fosse. Irradiava uma qualidade indefinível que inspirava e encorajava as outras pessoas.

Após a Segunda Guerra Mundial, como redator da famosa revista literária norte-americana Saturday Review, ele clamou aos leitores que se tornassem pais adotivos de aproximadamente quatrocentas crianças japonesas, órfãs por causa da bomba de Hiroshima. Seu plano "Adoções Morais" foi devidamente implementado em 1949 e, graças aos seus esforços, muitas crianças puderam receber uma boa educação. Ele próprio foi um desses pais adotivos.

Para o Dr. Cousins, a liberdade de expressão não significava simplesmente escrever o que lhe aprouvesse, sem assumir nenhuma responsabilidade pelas consequências. Ao contrário, o que o levava a escrever aquilo que tinha de ser dito fazia parte de uma luta incansável para ajudar outras pessoas.

Por exemplo, um grupo de mulheres polonesas havia sido submetido a terríveis experiências médicas realizadas pelos nazistas nos campos de concentração, onde os prisioneiros eram usados como cobaias. Elas nunca receberam indenização após a guerra, e continuaram a passar por grande sofrimento físico e mental. O Dr. Cousins abraçou a causa dessas mulheres. Ele deixava o público informado da difícil situação dessas pessoas por meio de seus artigos. E não desistiu até que finalmente foram indenizadas pelo governo da Alemanha Ocidental. Ele reconhecia que "o que era preciso era um atizador de brasas bem quente para estimular a conscientização", e então decidiu que ele "poderia ao menos tentar acender o carvão".

O Dr. Cousins também devotou suas energias para que um grupo de moças, que haviam sofrido deformações em vários graus em decorrência do deslocamento de ar causado pela explosão da bomba de Hiroshima, pudesse se submeter a uma cirurgia plástica nos Estados Unidos. Obstáculos e dificuldades inimagináveis levantaram-se em seu caminho. Mas ele estava determinado a dar esperança e coragem àquelas jovens. Sentia que era seu dever fazer aquilo como membro da raça humana.

Para este cidadão do mundo, as bombas atômicas não foram lançadas sobre um país inimigo, mas sobre toda a Humanidade. O Dr. Cousins expôs esse pensamento no editorial "O homem moderno

está obsoleto", da revista Saturday Review, destacando que em 6 de agosto de 1945 - dia em que a bomba atômica foi usada pela primeira vez contra os seres humanos - nascia uma nova era.

Com o lançamento da bomba atômica, argumentou ele, as guerras entre nações ganhavam uma dimensão muito mais temerosa. As nações não mais podiam garantir a segurança de seus próprios cidadãos - qualquer ato agressivo contra outro país poderia significar a destruição de toda a raça humana - até mesmo para o agressor. Isso levou o Dr. Cousins a declarar: "A maior obsolescência da Era Atômica é a soberania nacional."

Ele tinha o claro discernimento de que a Humanidade estava intrinsecamente ligada por um destino comum. Portanto, com essa mudança decisiva na época, era vital que a Humanidade mudasse com ela - uma "transformação do homem nacional para o homem mundial". Ele defendia a necessidade de mudanças abrangentes - do nacionalismo para o humanitarismo, do benefício nacional para o benefício global, dos soldados do mundo para os cidadãos do mundo, da competição para a cooperação.

Esse editorial foi escrito em 18 de agosto de 1945 - apenas doze dias após o lançamento da bomba atômica sobre Hiroshima. Daquele momento em diante, enfrentando com frequência a oposição, ele defendeu corajosamente a abolição das armas nucleares.

O Dr. Cousins estava comprometido a encorajar as outras pessoas; ele não podia fechar os olhos diante do desespero daqueles que mais precisavam de esperança. Por que agia dessa forma? Acredito que as ações do Dr. Cousins podem ser descritas por sua própria luta contra a doença quando criança. Aos dez anos, recebeu o diagnóstico de que estava com tuberculose e foi enviado a um sanatório. Isso foi na década de 1920, quando a tuberculose era considerada uma doença fatal. Ele viu muitos perderem a batalha contra esse mal. Porém, notou algo estranho. Embora houvesse pacientes nas mesmas condições clínicas, aqueles que tinham convicção de sua recuperação, que se mostravam otimistas e esperançosos, eram mais propensos a se curarem de verdade. Essa observação levou o jovem Norman Cousins a abraçar um sonho para o futuro - buscar sempre o poder da esperança.

Porém, há circunstâncias em que até mesmo pensar em levar uma vida normal - ter um trabalho, formar uma família - é algo impossível a menos que se reúna uma incrível fonte de esperança. Isso se aplicava às jovens de Hiroshima, ao grupo de mulheres polonesas e também ao jovem Norman Cousins. Uma pessoa que não vivenciou a terrível incerteza da vida, disse o Dr. Cousins, não pode saber como a esperança é realmente importante.

Buscar esse poder da esperança em seu mais elevado grau tornou-se a vida do Dr. Cousins. Ele construiu não um sonho apenas, mas uma porção de sonhos pelo futuro. Nessa época de ampla especialização, ele almejou ser um ser humano completo, como os gigantes da Renascença. A gama de realizações do Dr. Cousins é a mesma do poder de sua esperança. Ele acreditava nas possibilidades de cada pessoa. Aqueles que já manifestaram esse tipo de poder não mais limitam seu próprio potencial.

*"Sua vida é um brado a todos nós:
"Jamais desistam!
Não pensem que não podem!
Nunca abandonem seus sonhos!"*

Como conferencista sênior da Escola de Medicina da Universidade da Califórnia, teve uma grande influência na pesquisa sobre o relacionamento entre a mente e o corpo. De acordo com ele, nós, seres humanos, além dos vários sistemas fisiológicos, como o circulatório, o nervoso e o imunológico, temos dois outros sistemas igualmente importantes: o sistema de cura e o sistema de crença. O sistema de cura mobiliza todas as fontes do organismo no combate da doença, já o

sistema de crença trabalha em conjunto para alcançar esse objetivo. As atividades espirituais positivas do sistema de crença - a esperança, a vontade de viver, a confiança e a tranquilidade, o amor, o senso de missão ou propósito pessoal e o otimismo - ajudam a ativar o sistema de cura e o complexo farmacológico que constitui o corpo humano. Sua percepção fez-me lembrar que meu estimado mestre e segundo presidente da Soka Gakkai, Jossei Toda, também associava o corpo humano a uma grande indústria farmacêutica.

O Dr. Cousins declarou que sua arma secreta sempre foi a esperança. Ele sobreviveu a uma grave doença do tecido conjuntivo quando tinha cinquenta anos, e recuperou-se de um infarto aos sessenta e cinco anos. Comentou que quando os médicos lhe disseram que não tinha chances de recuperação, sentiu uma extraordinária energia surgir de dentro dele, uma determinação poderosa para derrotar a doença. Sua esperança era tanta que um sorriso delineou-se em seus lábios, lembrou ele. O Dr. Cousins escreveu posteriormente: "Nada é mais espantoso com relação aos quinze bilhões de neurônios no cérebro humano do que sua capacidade para transformar pensamentos, esperanças, ideias e atitudes em substâncias químicas. Tudo começa, portanto, com a crença."

No momento em que pensamos "está tudo acabado", o corpo segue esse comando do cérebro e começa a morrer. Consequentemente, há dois modos de viver. Podemos ainda deixar as seguintes histórias: "Não consegui fazer isso porque não tentei", ou "Eu consegui fazer isso porque tentei".

O cérebro possui uma reserva imensa ainda não aproveitada. Somos todos gênios em potencial. O tema de minha vida também tem sido demonstrar o quanto uma pessoa pode alcançar na vida.

Recebi a notícia do falecimento do Dr. Cousins apenas dez dias depois que a introdução que ele escreveu para o nosso diálogo, Sekai Shimin no Taiwa (Diálogo entre Cidadãos do Mundo), foi entregue a mim. Tendo prolongado sua vida por várias vezes superando a doença, ele havia atingido a digna idade de setenta e cinco anos. Sua vida é um brado a todos nós: "Jamais desistam! Não pensem que não podem! Nunca abandonem seus sonhos! Evidenciem ao máximo o dom precioso da vida e usem-no da forma mais valiosa possível!" Creio que podemos afirmar que o Dr. Cousins, uma pessoa que viveu no século XX, foi na realidade um cidadão do século XXI.