

20 de março

Controlando a Raiva

Se você já tirou um raio X dos ossos de seu peito, sabe que tirar raio X não dói. Eles permitem que o médico veja o que está acontecendo dentro de seu corpo sem fazer cirurgia. Há outro teste que os médicos às vezes pedem, que "vê" melhor ainda o que há dentro de você: uma ressonância magnética.

O paciente fica numa maca estreita enquanto a mesma entra lentamente dentro de uma estrutura tubular. Uma vez perguntei ao homem que opera a máquina se eu podia olhá-la mais de perto.

- Desde que você não esteja usando nada de metal - respondeu ele. - O magneto desta máquina é tão forte que se uma cadeira de rodas for trazida até esta sala, a mesma será puxada pela máquina, e será muito difícil retirar o paciente dela.

O único metal que eu estava vendo em mim eram os botões do meu pulôver. Mas o homem disse que eles não fariam diferença. Esqueci-me da presilha de metal que prendia meu cabelo na parte de trás da minha cabeça. Quando estava a mais ou menos um metro e meio da máquina, senti que meu cabelo começou a levantar-se, como se houvesse uma mão invisível ali. O homem sorriu. Ele disse que às vezes as mulheres se esquecem de tirar os brincos. Quando chegam perto da máquina, suas orelhas viram ao contrário à medida que a máquina atrai os brincos.

Quando as coisas viram ao contrário, ficam estranhas. Quando alguém fica com raiva, é como se virasse ao contrário, porque sabemos que essa pessoa normalmente não é assim. O que Eclesiastes 7:9 diz a respeito da raiva? "Controle sempre o seu gênio; é tolice alimentar o ódio." A raiva é uma reação química de seu corpo à irritação. Você pode não ser capaz de controlar o início do sentimento, mas pode tomar a decisão de não ficar contrariado por muito tempo.

A melhor coisa a fazer é dissolver sua raiva: pode ser algo que você precisa conversar com alguém para chegar a uma solução, ou pode ser algo que não depende de você, e que precisa ser esquecido. A raiva não desaparece porque falamos sobre ela; ela desaparece quando decidimos permitir que ela desapareça. Não é bom ter o poder de decidir?

NANCY