

NOVO CURSO DE TAROSOFIA ICTYS

PROF. MARLANFE.

CONHECE-TE A TI MESMO

(extrato do livro “Educação Pessoal”, ed. Pensamento, 1956)

O sistema de educação desenvolvido pelas antigas iniciações afasta-se muito do nosso. Enquanto nós desenvolvemos a memória, sobrecarregando o cérebro de numerosas matérias mal digeridas, os antigos procuravam desenvolver a inteligência e a vontade, paralelamente às mais nobres e elevadas qualidades morais.

A moralidade dos antigos sábios não se apoiava em preceitos de ordem sobrenatural, nem em princípios irracionais, mas era essencialmente prática. Sua base era o bem comum, e ela podia ser contida inteiramente nestas palavras: Não façais aos outros o que não quereis que vos façam.

Os antigos hermetistas não só eram homens de alto saber, mas também sabiam aplicar sua ciência na vida prática. O sábio, era, naquele tempo, também o mais forte e o mais enérgico dos homens. Para adquirir a ciência tinha de educar e desenvolver sua vontade, e o coroamento de sua sabedoria era o mais absoluto domínio próprio.

Hoje a iniciação intelectual pode ser obtida sem provas físicas ou morais, cada classe da humanidade pode desenvolver as suas tendências sem empecilhos.

Esta liberdade extrema levou cada classe ao exagero das suas tendências, dividiu e opôs os seus interesses entre si, aumentando cada vez mais o numero de infelizes.

Os intelectuais e teóricos exageraram muito a sua tendência, esquecendo-se que os que vivem na terra precisam da atividade

física. Também é nesta classe que encontramos o maior número de mal sucedidos na vida, por falta de senso prático.

Sua inteligência é, às vezes, notável e capaz de voos sublimes para regiões do saber, mas faltam-lhes a ordem e a prática, únicas qualidades que permitem realizar no plano material as aspirações da inteligência.

Os instintivos e materiais, abandonando-se aos excessos de suas tendências, só pensam em entregar-se à preguiça e ao prazer. Portanto, não são também homens talhados para o êxito, pois, como a borboleta que vai de flor em flor, correm continuamente atrás das coisas mais efêmeras.

Os ativos ou anímicos possuem bastante energia e poderiam progredir, mas desperdiçam suas forças pela demasiada atividade em todo gênero de prazeres e divertimentos.

Enfim, os voluntários e ambiciosos são os que adquirem melhores posições na vida, porém raramente alcançam a felicidade, porque o excesso de ambição produz o orgulho e o despotismo, que são incompatíveis com as alegrias do coração.

Nenhuma destas quatro classes é perfeita, nenhuma delas pode aspirar a reunir estas três coisas: saber, felicidade e bem estar, que são apanágio do homem perfeito.

Concebe-se, pois, a necessidade de um sistema de educação que venha a equilibrar no mesmo homem suas tendências naturais pelas que lhe são contrárias.

O equilíbrio é a grande lei do universo e tudo caminha para ele. O homem perfeitamente equilibrado contém em si as qualidades de cada uma das quatro classes precedentes, sem ter os seus defeitos.

Vamos descrever em detalhes cada um destes quatro temperamentos em que os hermetistas classificavam a humanidade: o tranquilo-linfático, o ativo-sanguíneo, o nervoso-bilioso, o voluntário-atrabilioso, para que o aprendiz possa reconhecer-se entre eles.

O conhecimento de si mesmo já é meio caminho andado para o progresso. *Conhece-te a ti mesmo* é o primeiro conselho que dá o sábio ao homem que deseja entrar no Templo do Saber.

Não há fracasso para quem conhece perfeitamente a si mesmo; seu destino está em suas mãos e depende da sua vontade. Com efeito, se conhecêssemos as causas que deviam produzir um mau acontecimento, evita-lo-íamos, senão totalmente, ao menos em grande parte.

Ora, essas causas estão em nós mesmos e nos podem ser reveladas pelo conhecimento da nossa individualidade real, única capaz de incitar à ação.

O TRANQUILO OU LINFÁTICO

O tranquilo é tímido, indeciso, crente e sugestivo. Seu pecado predileto é a gula e, em segundo lugar, a preguiça.

O prazer do tranquilo deriva-se sempre da passividade do seu ser. Não conhece as paixões violentas, dorme muito e não é capaz de resistir ao cansaço.

Seus maiores prazeres são os da boa mesa. Os manjares apetitosos são a continua tentação do seu espírito e absorvem grande parte dos seus pensamentos. Satisfeito o estômago, o sono é uma das suas maiores necessidades.

O sentimento que ocupa a maior parte da vida do tranquilo e todas as suas afeições tem uma base sentimental.

O tranquilo tem boa ordem e sabe dirigir bem seus negócios, contanto que não tenha de fazer demasiado esforço para isso.

A sua memória é excelente, a inteligência é clara porém lenta, a vontade é fraca, manifesta-se pela força de inércia e está sempre pronta a abandonar seus desejos.

Enfim, o tranquilo gosta das suas comodidades, ama as belezas naturais, é consciencioso e modesto, mas detesta todo esforço e prefere abandonar seus fins a sacrificar sua comodidade.

O ATIVO OU SANGUINEO

O ativo, anímico ou sanguíneo, como indica o seu nome, é inclinado à ação e à expansão. É muito apaixonado e seu pecado predileto é a mentira ou exageração.

O ativo se conhece fisicamente pelos grandes passos rápidos do seu andar, sua cor vermelha, seu nariz côncavo e de terminação pontuda, o queixo quadrado. Seu rosto exprime o bem estar e a felicidade. Tem grande apetite e quase sempre come muito.

Aparenta grande saúde e tem convicção que a possui. Conserva durante muito tempo seu vigor, porem, pouco a pouco, aparecem-lhe as predisposições a toda espécie de congestões: hepáticas, cerebrais, pulmonares, genitais.

O contato de sua mão é firme e quente; os dedos delgados, curtos e nodosos, com as extremidades quadradas.

O prazer, para ele, deriva-se sempre da atividade do seu ser. O entusiasmo tem grande predominância na sua existência.

O ativo tem ordem em seus armários e gavetas, mas falta-lhe complemento no seu quarto e na sua mesa de trabalho.

Sabe dirigir bem seus negócios, mas é muito exigente, pela pressa que tem de concluí-los.

O ativo é exageradamente apaixonado pelas mulheres, com as quais gasta suas forças, desperdiça sua fortuna e compromete sua posição. Enquanto possui saúde e dinheiro, julga-se feliz.

Enfim, o ativo é um vivedor, muito apaixonado, extremamente ativo e empreendedor. É capaz de esforços psíquicos, porém não quer fazê-los e deixa-se dominar pelas suas tendências físicas.

É expansivo, otimista e presunçoso. Seu ideal é viver.

O NERVOSO OU BILIOSO

O nervoso ou bilioso vive muito mais intelectualmente do que fisicamente. Suas qualidades e seus defeitos são principalmente de origem psíquica.

Suas afeições são, antes de tudo, platônicas e somente algumas chegarão a realizar-se no plano físico.

O nervoso é o maior inimigo de si mesmo, pelo exagero das suas tendências intelectuais e descuido das coisas materiais. Falta-lhe a atividade física e a prática da vida; geralmente torna-se bastante infeliz e a miséria rodeia a sua porta.

Os seus pecados principais são o pessimismo, o ciúme e a inveja.

O prazer do nervoso deriva-se sempre da ideia, de modo que a leitura ocupa uma grande parte da sua vida.

Psicologicamente, o nervoso tem uma atividade febril e apaixonada. Tem tendências bastante determinadas para a melancolia; é autoritário e, às vezes, colérico e violento.

Seu conjunto psicológico é bom; pouco influenciável, pouco sugestionável, sabe o que quer, mas sua saúde e falta de pratica não lhe permitem realizar sempre suas esperanças.

O nervoso tem muito pouca ordem e senso pratico, perde-se sempre em minucias e dificilmente tem os seus negócios bem dirigidos.

A sua inteligência vivaz assimila rapidamente o que lê, mas, por isso mesmo, não apanha as dificuldades da realização, de modo a poder evita-las.

Sua circulação é rápida, o apetite é violento e a digestão geralmente rápida.

O nervoso tem predisposições a doenças digestivas; seu fígado, estomago e intestinos funcionam mal.

Sua vontade é pouco desenvolvida e se manifesta por impulsos.

A sensibilidade é assaz desenvolvida, mas a sua origem é toda intelectual.

O VOLUNTARIO OU ATRABILIARIO

O voluntario vive só para si mesmo. Seu defeito capital é o orgulho e o despotismo, que muito afligem os seus subalternos e os da sua roda.

O prazer, para o voluntario, deriva-se unicamente da satisfação de suas ambições e do esmagamento de seus rivais.

O voluntario não pode ser mais feliz do que os outros. Embora possua dinheiro e realize a maior parte dos seus projeto, é insuportável nas suas relações e sua vida será sempre perturbada pelo seu grande egoísmo.

Todas as suas funções estão enfraquecidas, não aprecia o movimento e tem pouco apetite.

Suas feições são sempre despóticas, a sensibilidade é pouco desenvolvida e o egoísmo é muito acentuado.

O voluntario tem pouca ordem no seu quarto, porém muita nas suas gavetas e no seu escritório.

Sabe dirigir admiravelmente seus negócios, é exigente com os inferiores e quer ser obedecido sem réplica.

Sua inteligência é vasta, mas seu juízo é muito dado aos preconceitos. A memória é prodigiosa, mas a assimilação é lenta.

A vontade tem um grande desenvolvimento e oprime todas as outras faculdades. Enfim, o voluntario nos deixa a impressão de um homem orgulhoso, cruel, muito sensível às ofensas, porém insensível aos sofrimentos alheios.

Nota: após meditar acerca dos quatro tipos de temperamento e identificar-se com as características de cada um, faça o teste clicando aqui: <http://educamais.com/teste-de-temperamento>.

Tais são as quatro classes de temperamento em que os antigos dividiam os homens. Estes quatro tipos não se encontram nunca sós. Todo homem é mais ou menos tranquilo, ativo, nervoso ou voluntario, mas as indicações precedentes bastam para se conhecerem as qualidades e os defeitos de cada uma das quatro classes e estabelecerem as regras mais práticas e úteis para o desenvolvimento de cada uma delas.

Além destes quatro temperamentos, os hermetistas conheciam um outro que, conforme Hipocrates, chamavam o Homem Superior. Propriamente falando, não é um temperamento; é o perfeito equilíbrio do organismo.

Este temperamento intermediário e equilibrado raramente se encontra na natureza, mas é para realiza-lo ou se aproximar cada vez mais dele que devem tender todos os esforços do aprendiz.

O HOMEM SUPERIOR

O homem superior é aquele que realizou o equilíbrio perfeito. Ele não tem os defeitos do tranquilo, nem as paixões do ativo, nem o impulso do nervoso, nem o egoísmo do voluntario; porem, possui todas as suas virtudes: é calmo como o primeiro, ágil como o segundo, intelectual como o terceiro e enérgico como o quarto.

Como o tranquilo, sabe economizar suas forças e descansar quando é necessário.

Como o ativo, é capaz de um grande esforço, não teme as lutas e procura o movimento.

Como o nervoso, estuda bem o caminho antes de entrar por ele e dá à sua inteligência o impulso conveniente.

Como o voluntario, sabe fazer-se obedecer e impõe com calma e bons modos sua vontade.

Esta síntese humana que mostra a energia, o domínio próprio, a bondade, a felicidade, este ente diante de quem todos se inclinam, é uma harmonia maravilhosa. Esta harmonia se manifesta em todo o seu corpo.

Seu porte é vigoroso e juvenil, sua musculatura é bem desenvolvida. Não tem a gordura mórbida do sedentário, nem as formas inestéticas do atleta deformado pela especialização.

Sua força transparece através do seu harmonioso organismo, apesar de sua modesta aparência e do seus gestos sóbrios.

Deixa-nos a impressão de uma calma soberana. É uma força em descanso – diz Victor Morgan.

Sua calma modelou os traços do seu rosto; é belo, atrativo, nobre, cheio de paz e de harmonia.

Seus olhos exprimem a felicidade, a energia, a calma absoluta, a bondade de sua alma.

Senhor absoluto de suas paixões, pode impor sua vontade aos outros. Com um simples olhar, ordena, consola, alivia ou aterroriza, se for necessário.

Sua voz é uma força cujos efeitos conhece e que dirige à vontade.

Sua atividade é enorme e dirigida para um só fim. Tem uma confiança ilimitada em si, porem é modesto e não tem orgulho.

Seus amor por tudo que é bom, pela humanidade, se exprime por um trabalho contínuo, a fim de melhorar a sorte dos outros.

Nenhuma das suas ações está em desacordo com seus sentimentos e suas ideias.

Aonde ele vai, leva a felicidade e o prazer; sua irradiação é balsâmica, acalma e regenera; seus pensamentos são puros e nobres como sua alma.

Queres tirar proveito dos ensinamentos que seguem?

Queres ser como o homem superior?

Então, relê e medita: faze como o aluno estudioso que decora sua lição.

Compreendeste-a bem? Continuemos, pois.

Se não és o homem superior, nem por isso desanimes; tem coragem que vencerás.

Ficarás compreendendo que um organismo é uma massa que pode ser modelada à vontade. Terás, então, uma ideia do que se pode fazer de um corpo débil e de uma mente desanimada.

Porás mãos à obra e sentirás logo o que o teu corpo melhorará e tua mentalidade também mudará.

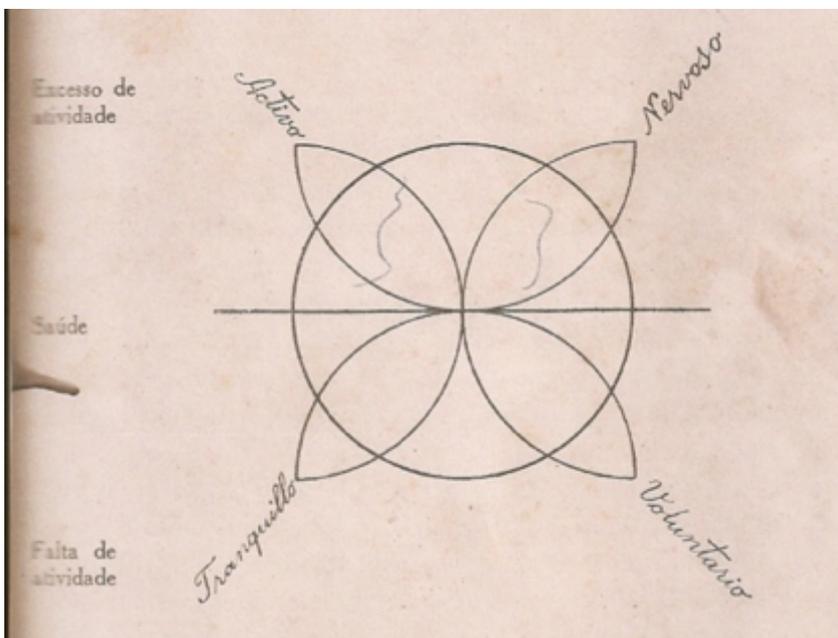
Persevera e vencerás.

Cada temperamento tem suas necessidades e seu meio de adquirir o domínio próprio.

O tranquilo tem falta de atividade; é como um tipo infantil, cuja evolução foi interrompida.

O voluntario apresenta os sinais da velhice; é um tipo em caminho da destruição.

Estes dois temperamentos são como que os limites do ciclo vital e suas características dominantes são a falta de atividade. Isto pode ser representado graficamente pela figura abaixo. A linha central representa a saúde perfeita, o equilíbrio dos temperamentos.



O tranquilo e o voluntario acham-se em baixo da linha horizontal para indicar sua falta de atividade; o ativo e o nervoso estão em cima dela pelo excesso de atividade.

Os antigos hermetistas diziam que o caráter e a mentalidade estão em relação perfeita com o temperamento. Assim, a falta de atividade física do tranquilo dá-lhe uma mentalidade indecisa, lenta, tímida, sem energia e indiferente.

A velhice corpórea do voluntaria lhe dá uma mentalidade senil. É demasiadamente concentrado, triste e torturado pelo desejo de saber.

O ativo, pelo contrario, tem uma mentalidade alegre, viva, exuberante e entusiasta, como seu temperamento.

O nervoso tem a mesma atividade do ativo, mas está mais gasto, mais intoxicado e seu estado mental mostra o mal estar e a inquietação, devidos à sua irritabilidade nervosa.

Estas explicações eram necessárias para mostrar a relação intima entre o físico e o moral.

Vemos, portanto, que para obter uma reação sobre o moral é preciso agir sobre o físico.

Os tecidos do nosso organismo se renovam completamente em pouco tempo e, por uma cura conveniente, podemos fazer nosso organismo expelir todas as células gastas e os tóxicos que nele se encontram.

O fator que mais concorre para o renovamento dos tecidos é a alimentação. Graças à função digestiva, os tecidos se renovam e as substancias inúteis são expelidas.

Além deste, um outro fator que intervém muito na marcha das trocas entre o organismo e o meio exterior é o movimento.

Assim, para fazer um temperamento evolucionar para a saúde, basta saber regularizar a alimentação solida, liquida e aérea; conservar o bom estado dos órgãos eliminatórios e sujeitar o organismo a uma soma determinada de movimento.

O tranquilo necessita de um estimulante e o melhor é o exercício físico; mas, infelizmente, não é capaz de cumprir uma

determinação tomada. No princípio, necessita de um amigo ou de um parente para dar-lhe coragem e estimulá-lo a fazer os exercícios necessários.

O ativo necessita de um descanso e sua ração alimentar deve ser diminuída, mas pouco a pouco. Esta redução dificilmente é tolerada, de modo que a princípio, só deve ser reduzida a ração qualitativa. Em vez de empregar alimentos muito calóricos, usam-se outros menos calóricos, porém na mesma quantidade. Pouco a pouco, será diminuída também a quantidade.

O ativo necessita de intensos exercícios ginásticos feitos com bastante método.

O nervoso necessita de muito descanso mental, mas a mudança de regime alimentar deve ser feita com o maior cuidado. O nervoso tem o organismo cansado; seu fígado e seus rins estão endurecidos e, geralmente, são os intestinos que tem de suprir a insuficiência de ambos.

Seu organismo enfraquecido não é capaz de digerir facilmente grande quantidade de verduras e vegetais, e esta debilidade dos órgãos eliminatórios exige muita prudência na mudança de regime, a fim de evitar graves acidentes digestivos.

Os exercícios devem ser moderados, porém terão um aumento gradativo. O uso da carne não será abolido de momento e a redução da ração alimentar será muito lenta.

O fígado, os rins e os intestinos devem ser muito bem cuidados. Massagens e duchas quentes no ventre serão necessários para facilitar a eliminação.

O voluntario deve ser tratado com mais cuidado ainda do que o nervoso. Seu organismo envelhecido e obstruído exhibe uma

reação mais vagarosa. Come geralmente pouco, de modo que não é necessário reduzir sua alimentação. Bastará passa-la para o sistema vegetariano, com muita lentidão.

O exercício a que deve submeter-se será muito moderado no principio, aumentando progressivamente.

Estas regras de desenvolvimento físico são o apoio necessário para o desenvolvimento psíquico e a aquisição do domínio próprio.

Agindo sobre o moral pelo pensamento, a fim de obter a reação no físico, nós teremos de esperar muito para obter a reforma do organismo, por falta de prática da ação moral; ao passo que a ação sobre o físico nos dará resultados mais rápidos, pela facilidade com que ela pode reagir sobre o moral. Eis porque, na aquisição do domínio próprio, falamos primeiro da ação sobre o físico e da reforma do temperamento.

Diremos agora algumas palavras sobre aqueles que não obtém resultado.

Pessoas há que, lendo esta lição, se porão imediatamente a pratica-la, animadas pelo desejo de obter um resultado rápido, mas dentro de 15 dias, já desanimarão e não farão com regularidade os exercícios convenientes.

Outras acharão que lhes é muito difícil e não quererão ter o trabalho de experimenta-los.

Enfim, uma terceira quantidade pôr-se-á a pratica-los e, apos numerosos períodos de intermitência e desânimo, conseguirá o que deseja.

Alguns, extremamente raros, praticarão, com coragem e energia, sem nenhum desfalecimento, e dentro de seis meses terão modificado completamente o seu temperamento e seu destino.

Somente estas duas ultimas classes terão os melhores resultados.

Falamos da mudança de regime alimentar e demos uma ideia geral do caminho a seguir, deixando a cada um o cuidado de adaptar estas regras às suas necessidades.

Vamos expor as primeiras experiências de movimento e exercícios físicos.

CINCO minutos de ginástica feita de manhã e de noite, de acordo com os exercícios que serão indicados mais adiante, nas próximas lições, serão suficientes para produzir maravilhosos resultados.

30 de junho de 1956 – Prof. Marlanfe.

