

Uma vida simples, com prazeres singelos. Parece atraente? Para alguns, a poesia da vida simples é uma aspiração.

Não são muitos, mas aumenta a cada dia os que buscam um estilo de vida mais despojado.

Enquanto a grande massa se mostra adepta dos benefícios oferecidos pelas cidades, aos poucos o homem se mostra cada vez mais cansado da rotina urbana, enlouquecedora.

Poluição, engarrafamentos, ruídos. A floresta de edifícios a se perder no horizonte, escondendo céu e sol.

Tudo isso contribui para os estresses e angústias do homem contemporâneo.

Quando jovem, é natural que as pessoas desejem os desafios e facilidades das cidades, que oferecem objetos de desejo a cada esquina.

São as maravilhas da tecnologia, os bares da moda, as roupas de grife, os belos escritórios, as carreiras.

Tudo isso exerce tremendo fascínio. Mas, aos poucos, é possível observar que esse modelo está se esvaziando. Um certo cansaço começa a ser notado.

Uma expressão vem ganhando espaço: qualidade de vida. São cada vez mais numerosos os que desejam voltar aos ideais de uma vida simples, uma casa no campo, um contato mais estreito com a natureza.

Querem respirar ar puro, ver um pôr-do-sol dourado, passar noites de tranquilidade em uma rede preguiçosa, manter conversas de fim da tarde.

A sensação que se tem é que a Humanidade, afinal, começa a perceber que a vida é muito mais do que prazeres passageiros.

As razões para o esgotamento do modo de vida urbano são o consumismo desenfreado e a sensação de estar numa corrida permanente.

No trabalho, o desafio é a competitividade, que atropela o ser humano e o consome, transformando-o em peça de uma fria engrenagem.

Na família, a pressão por uma vida melhor, mais confortável, mais luxuosa, mais bem sucedida.

É um processo perverso, que suga as energias, estimula ciúmes e transforma em inimigos os que deveriam trabalhar em harmonia.

E uma pergunta costuma ser feita por quem está nessa roda-viva: Dá para viver com simplicidade nas grandes cidades?

É possível conciliar as exigências de uma carreira, da vida social e da família com uma rotina mais amena?

A resposta é... Sim! É possível conciliar tudo isso. Não é tarefa muito fácil, mas pode ser realizada.

Isso porque a simplicidade não é feita de demonstrações exteriores. Ela é um estado de espírito.

Não precisamos nos vestir de trapos, nem abrir mão de uma vida normal para ser pessoas simples.

A simplicidade está em viver a vida sem exigências descabidas. Quem opta pela simplicidade, descomplica o dia-a-dia.

Muitas vezes nos perdemos em detalhes completamente desnecessários. E, com isso, tornamos insuportável a nossa vida e a dos outros.

Observe com atenção e você perceberá: fazemos exigências demais por causa de coisas mínimas, das quais nem nos lembramos depois de algum tempo.

Por isso, a opção de viver com simplicidade é, antes de tudo, um jeito de agradecer a Deus pelo que recebemos.

**Simplicidade é ter sonhos. Mas, se eles não se realizam por alguma razão, ainda assim a vida não perde a graça. Ou seja, apesar das tempestades, o contentamento permanece inabalável.**

**Quer ser feliz? Seja simples. Experimente o prazer das coisas que estão ao seu redor!**

**Olhe para o céu, veja as nuvens tingidas de ouro no infinito azul.**

**Ouçã o som das risadas espontâneas, sinta o frescor de um copo de água, o sabor de uma fruta, a serenidade de uma noite bem dormida.**

**Veja a beleza de livros e canções. Quem disse que não há prazer nas coisas pequeninas que Deus pôs ao nosso alcance?**

**(Texto da Redação do Momento Espírita [www.momento.com.br](http://www.momento.com.br))**