**As Estações da Vida**

*por  Mariagrazia G. Sassi (#)*

Gostaria de iniciar este nosso encontro com uma anedota da vida de Roberto Assagioli. Uma anedota que apresenta, ao mesmo tempo, o tema desta noite e o espírito do fundador da Psicossíntese.

Uma pessoa de língua inglesa havia contatado Assagioli para encontrá-lo, e lhe perguntou, entre outras coisas, quantos anos ele tinha. Assagioli lhe respondeu: "O meu corpo tem 85 anos". A pessoa achou que essa resposta fosse devido à dificuldade da língua e, só mais tarde, encontrando-o, é que se deu conta de ele falava um inglês perfeito (alguns de seus livros, entre eles "O Ato da Vontade", foram escritos em inglês e depois traduzidos para o italiano!), e compreendeu que ele realmente queria dizer aquilo que havia dito: "O meu corpo tem 85 anos..."

Com tantos anos de Psicossíntese nos ombros, poderia dizer que nesta resposta existe não só o espírito do fundador, como disse antes, mas toda a psicossíntese. Quem a conhece, de fato, pode encontrar nessa resposta: desidentificação, autodeterminação, isto é, vontade, visão transpessoal, humor e outros.

Psicossíntese é, de fato, um modo de vida simples e inclusivo, como as leis universais nas quais se inspira: foi em cima do conhecimento dessas leis e sobre as mais novas implicações da física teórica, que R. Assagioli foi formulando e completando o modelo psicológico, ao qual deu o nome de psicossíntese.

O nosso assunto e a resposta de Assagioli trazem à tona o grande tema do tempo, um tema que sempre tocou o ser humano. Ninguém permanece indiferente ao tempo: há quem o usa, quem é esmagado por ele, quem o sofre, quem o governa, quem o teme, quem o persegue, quem procura fugir dele, quem o estuda...

O que é o tempo?
Belíssima é a dissertação de Santo Agostinho: "*o que é o tempo? Quem pode explicá-lo de modo fácil e conciso...? Mesmo nos discursos que fazemos com mais familiaridade, é como se conhecêssemos bem o tempo? Se ninguém me pergunta isso, eu o sei; se quero explicá-lo para alguém que me faz a pergunta, eu não sei mais...*"

Estou certa de que para todos que estão aqui, já aconteceu de terem sido capturados, ou mesmo envolvidos por redemoinhos de pensamentos sobre o tempo... O tempo que falta, o tempo que passa - dependendo dos momentos, ou muito rápido ou muito lento - ...

O que é o tempo?
Na minha história, por exemplo, tenho uma experiência muito antiga: aprendi muito cedo a ler as horas no relógio; este permaneceu, durante muito tempo, como um objeto incompreensível na sua função, misterioso com a sua presença, inútil na sua razão de ser, de tão separada que era a minha vivência da sua realidade!

O que queria dizer: "Dentro de dez minutos vamos comer. Lave as mãozinhas!"? Aqueles dez minutos, que pareciam um piscar de olhos para a minha avó, eram uma vida! Naqueles dez minutos, o príncipe podia encontrar a mocinha, ou o dragão comer o príncipe, a sereiazinha podia morrer, ou - porque não? - podiam ser exatamente aqueles minutos nos quais conseguia finalmente se salvar...

Nos dez minutos, o castelo de cartas podia ser animado por um baile fabuloso e eterno que se desenvolvia na minha mente, e a moita de hortênsias ser um bosque encantado, onde encontraria os personagens mais estranhos e inquietantes...

O que quer dizer para uma menina ocidental de cinco anos, ou para um biafrense: "Dentro de dez minutos vamos comer"?

Assim, o tempo sempre me intrigou, e continua a me intrigar quando levanto os olhos para o céu estrelado e vejo tanta beleza, tanta ordem, tanta precisão que permite inimagináveis previsões de eclipses e retornos de cometas...

E eu, quem sou no tempo?
Sou a criança que preferia as fábulas à comida? Sou a adolescente solitária que o professor com um pouco de ironia, um pouco de admiração e, talvez, um pouco de inveja definia a filosofia? Sou a mulher que, completado o seu papel social de mãe, escolheu continuar se perguntando o que é o tempo, dando-se como resposta a contínua busca através do encontro com a consciência humana nas inúmeras facetas com as quais ela se apresenta?

A psicossíntese me diz que tanto a idade civil, como a psíquica, como a do Self não coincidem. Além disso, a minha experiência pessoal e profissional me diz que o plano emotivo, por si, é um caleidoscópio de idades diferentes. Cada frustração recebida, cada desejo não satisfeito, cada impulso reprimido, se casam em nós naquele nível. E representam uma multidão que não é fácil de ser governada, sobretudo, quando por debilidade física ou por situação traumática da vida, eles decidem se fazer presentes, representando as suas instâncias, e pedindo imperativamente para que não sejam descuidados mais uma vez.

Que idade eu posso dizer, racionalmente, de ter naquele dia?

Para que a vida seja um percurso de contínuo enriquecimento é indispensável que todas as nossas partes queiram fazer este percurso. E mesmo que, à primeira vista, isto pareça óbvio, na realidade, não é tanto assim: o bebê abandonado, o menino amedrontado, o adolescente amuado, o rapaz traído, o jovem frustrado, todos pedem compensações pelos seus sofrimentos. Eles não podem se permitir fazer a viagem livre da vida, se ele nunca se movem, o fazem apenas para buscar compensações, e não para encontrar a vida, onde acreditam que foram suficientemente feridos, para que não sejam rejeitados.

Mas não foi a Vida que os feriu, foram as pessoas, as circunstâncias, e não a Vida. Há uma falsidade a desmascarar nesse dinamismo porque o bem estar está ligado à verdade, e não à falsidade.

Quero fazer uma analogia com isso.
Se alguém devesse pegar um trem dentro de dez minutos (fazer referência à hora em que estou realmente falando) e me perguntasse: "Por favor, que horas são?", e eu respondesse: "São 9 horas", a pessoa perderia o trem, quer eu estivesse mentindo deliberadamente, ou tivesse o relógio parado, e estivesse de boa fé!

As premissas da falsidade têm pouca importância. De qualquer forma, ela gerará danos.

É uma falsidade atribuir a causa à Vida, e também é uma falsidade dar crédito de realidade a esse menino amedrontado, a esse adolescente amuado, a esse jovem frustrado. Não existem só esses. Há também as crianças mimadas, um jovem que enaltece a si mesmo, um adulto nostálgico. Eles estão dentro de nós, uma absurda inverdade que nos faz perder o trem da Vida.

Nós não somos apenas aquilo!

É verdade, porém, que o mal estar deles sim, se transmite dentro de nós.

Para essas partes é dada a possibilidade de crescer e, apenas nós, podemos fazer isso, encontrando-as, encorajando-as, consolando-as, apoiando-as, em outras palavras: amando-as, tomando-as amorosamente pela mão, ou pelo braço, de acordo com a idade em que pararam o fluxo da Vida, e acompanhando-as até os nossos dias.

Isso não é fácil, se nós mesmos temos julgamentos e preconceitos sobre a idade, e o mundo à nossa volta não nos ajuda nisso.

Em relação à idade (e infelizmente não apenas para ela!), a sociedade impõe modelos, mas uma visão da vida como uma parábola ascendente na primeira parte (onde se dá sentido e valor), e descendente na segunda (que se torna, assim, privada de sentido), é novamente uma falsidade, uma falsa filosofia. Se uma parte não tem sentido, tudo perde o sentido, e não apenas ela!

O broto e a flor têm sentido porque existe o fruto, e este tem sentido porque existe a semente, a qual traz sentido ao broto e à flor que virão.

O sentido está **diante** de nós, e joga luz sobre tudo aquilo que precedeu.

A sociedade imprime modelos, mas a consciência viva não se deixa programar pelo externo.

A psicossíntese nos diz que somos uma centelha da eternidade que escolheu entrar no tempo por um objetivo.

É no desenvolvimento da nossa vida que esse objetivo se torna mais claro. Qual o sentido em se apegar, ou lamentar o passado? Nada é mais estéril e mesquinho do que o apego e o remorso que investem as nossas energias vitais onde não pode haver fruto. E a repetição compulsiva é um apego a comportamentos que geralmente são muito nocivos.

Todos no mundo ocidental pensam em garantir a tranqüilidade econômica. Quem pensaria em buscar liras (moeda fora de circulação) com toda ambição, ou investir nas ações de uma indústria que não existe mais?

Se alguém fosse induzido a isso, denunciaria por golpe, ou os parentes o internariam por trapaça...

Nós também, sugestionados pelo externo, tentamos este tipo de investimento para o bem mais precioso que temos: a energia da Vida. É essa atitude que mais produz sofrimento estéril e permanente. O maior atentado à Vida não é feito por vírus, ou por guerrilheiros, é feito pelo apego nostálgico àquilo que foi, e a busca ambiciosa por algo, onde esse algo não está.

É diferente o discurso para quem, reconhecendo o valor de cada idade, está em condições de conservar o tesouro das qualidades transpessoais descobertas, experimentadas, e desenvolvidas em idades específicas, e em condições de transformá-las em dotes perenes dentro de si. O que é bem diferente de permanecer fixado em tempos anteriores!

No primeiro caso, chega-se à sabedoria, que é um cesto cheio de frutos maduros colhidos em cada idade. No segundo, se é estéril e, infelizmente, freqüentemente ridículo também.

Mas, vamos dar um passo para trás.

A psicossíntese nasceu do pressuposto da física teórica de que tudo aquilo que podemos perceber, das galáxias aos micróbios, é energia que tomou forma em um fluxo contínuo que vai de um ponto de máxima potencialidade-mínima manifestação (a energia) a um nível de máxima manifestação-mínima potencialidade (a forma). A forma humana traz em si vários níveis de energia e, justamente porque é uma forma altamente potencial, inicialmente também é muito caótica.

Se pudéssemos olhar figurativamente a psique de um recém-nascido, talvez fosse como olhar dentro da boca de um vulcão: um impulso vital magmático que inclui tudo.

Os vários níveis são ajustados em tempos diferentes.

O primeiro é o físico que começou a tomar forma no útero materno, e continua a completar a organização sensorial e fisiológica por muito tempo depois do nascimento. Nos primeiros três meses de vida, o recém-nascido não tem consciência dos limites do seu corpo físico, o próprio espaço não é unitário como o do adulto. Os limites relativos aos vários sentidos são espaços diferentes: um espaço visual, um espaço auditivo, um espaço tátil etc.

É no tempo que a criança toma posse coordenada do seu corpo, e é só nesse momento que pode começar a finalizar os seus movimentos corporais: é atraído pelas coisas coloridas, por exemplo, mas aprende a distinguir entre uma bolinha e uma chama.

Para alcançar um objeto elevado, compreende que deve se levantar na ponta dos pezinhos; para alcançar um que está sob um móvel, agachar-se e engatinhar.

Para o nível emotivo ocorre algo muito parecido: um indiferenciado estado de ativação neonatal evolui para uma primeira distinção grosseira entre emoções agradáveis e emoções desagradáveis; e, paralelamente, na capacidade de procurá-las ou evitá-las, que com o tempo se articula na imensa quantidade de nuances emotivas que todos conhecemos.

E a energia mental também se estrutura em graus na capacidade de pensar, imaginar, coordenar logicamente.

Portanto, o processo de crescimento e evolução é: contatar, ajustar, e aprender a finalizar aquela energia, antes magmática, que temos como dote natural.

Dissemos que se pudéssemos olhar figurativamente a psique de um recém-nascido, seria como olhar dentro da boca de um vulcão. Se pudéssemos ver a psique de um adulto, teríamos um cenário um pouco diferente, mas não menos caótico. Os vários níveis de energia são configurados em comportamentos, sentimentos e categorias, e a psique é como um palco obstruído pelos objetos mais impensados, e lotado de personagens diferentes. Se o processo de evolução é contatar, configurar e finalizar a energia, a capacidade de derreter as formas, e de tornar os personagens obsoletos, deve fazer parte indispensável deste processo, a fim de sempre se tenha energia livre para novos investimentos.

A energia é fluida, plástica, necessita circular.

A medicina sabe, há muito tempo, que o estado de sanidade é dado por um equilíbrio dinâmico de eventos, que, no caso de pararem, geram primeiro a doença, e depois a morte: o bloqueio da circulação sangüínea gera gangrena; o bloqueio da respiração gera sufocamento; o bloqueio da função hepática interrompe o fluxo nutritivo; e todos esses bloqueios são incompatíveis com o bem estar.

Se isto é verdadeiro para aspectos parciais da manifestação, porque isso não deveria ser verdadeiro para a totalidade da vida?

Para esta noite, podemos colocar como hipótese, que o bem estar existencial, isto é, uma vida serena e construtiva, seja resultado de deixarmos a energia fluir, em nós, através da idade com capacidade de ajustá-la e finalizá-la?

Quando demos o "passo para trás" sobre a origem psicoenergética da psicossíntese, falávamos do tesouro inestimável das qualidades transpessoais específicas de cada idade, quando podem se tornar dotes perenes.

Vejamos juntos quais são as características das várias idades, a fim de reconhecermos as qualidades transpessoais.

A infância é descoberta, é maravilha, é imaginação, e até mesmo magia, pois o mundo físico da criança não é tão rígido e fechado em esquemas definidos.

A juventude é ardente, agitada, tempo de repentinas e drásticas transformações.

A maturidade é forte, capaz, segura.

Elas, porém, só deixam remorso se a intensidade que as caracteriza se apaga. Mas este apagamento está relacionado a sofrer os eventos e os automatismos da fisiologia.

A Vida não é isso!

A Vida é, e permanece energia, dinamismo, fogo em cada idade, e é o Eu, intermediário do seu poder interior de harmonizar e gerir o impulso vital, a vestal deste fogo. Dar a preferência para uma única idade significa não estar sintonizado com a harmonia da Vida.

As estações são fases de ciclos que sempre se sucedem, sem jamais se repetirem, em todos os níveis da Vida que conseguimos compreender: dos astronômicos (que podemos observar se nos damos o tempo de contemplar o céu noturno); dos planetários (que podemos falar se pensamos nas eras, nas glaciações); dos da humanidade (se pensamos nos trogloditas, nos povos antigos dos quais conhecemos a história), em nós mesmos se observamos a nossa vida sem julgamentos, dos dias, das noites ...

Estamos no infinito, mas estamos fechados na jaula que construímos, absolutizando o que é relativo, e essa jaula só tem uma porta de saída: o nosso próprio coração que é um pedaço do infinito e, escutá-lo em silêncio, nos liga com o "input", dos quais os ciclos e as estações, como qualquer outra coisa, são o efeito.

Na natureza, quando uma forma se dissolve, desprende a energia da qual era formada, e essa, liberada, retorna ao estado potencial. E, assim, se torna disponível para outra forma. Também vemos isso do micro ao macrocosmo. Os exemplos mais evidentes são os fertilizantes biológicos, extraídos da maceração das folhas caídas. Mas o nível mais interessante para se refletir analogicamente é o do átomo, cujo fenômeno, se controlado, é utilizável para fins pré-escolhidos e benéficos, Senão é uma bomba, cujo poder de destruição é conhecido por todos.

As estações são tempos através dos quais a energia pode ser espalhada em novas formas, e isso de modo harmônico ou não. De fato, para as qualidades que salientamos para as várias idades, podemos sustentar também o oposto: depende de nós se a passagem é construtiva ou desintegradora.

Dissemos que o mundo físico da criança não é tão rígido e fechado em esquemas definidos como o do adulto. Exatamente por isso, a infância pode ser um tempo de grande insegurança e de vivências de abandono: "*Mamãe está no trabalho e depois volta*" para a criança tem muito pouco significado: a criança percebe isso que existe, não aquilo que existirá. E o que existe naquele momento é a ausência, e não o retorno. Demandará tempo antes que a criança perceba que haverá o retorno. Mas nesse tempo, quais angústias a atravessam? Quantos fantasmas fixarão residência dentro dela?

A juventude é ardente, agitada, tempo de repentinas e drásticas transformações, e exatamente por isso, também inquietante. É como navegar nas corredeiras em uma canoa: emocionante, estimulante, mas arriscado! E o sentir, despertado em todos os níveis, também pode ser muito ferido pela grosseria e pela superficialidade, e pode se tornar causa de solidões muito sofridas.

A maturidade é forte, capaz, segura, mas se não se sustentar no prazer de viver e de experimentar, também pode ser muito onerosa, e transformar-se em cansaço, desilusões, amarguras, que são um fardo terrivelmente nocivo para a passagem à velhice. E somente se as premissas não forem estas, ela pode ser luz, compreensão, sabedoria.

* A passagem de um tempo para outro da vida implica sempre em duas fases: uma de coragem para encontrar o novo, de abertura para acolhê-lo, e de liberação da velha imagem de si para identificar-se com a nova;
* Uma de calma para equilibrar e harmonizar os novos elementos, de lucidez para se reorganizar, de limpeza em relação aos restos da forma anterior.

Isso traz uma integração cada vez maior e um estado de **abundância**. *Vida mais abundante* é uma expressão de R. Assagioli.

Nada é mais desconcertante e desorientador para os jovens, do que ver quem envelhece se tornar cada vez mais estranho para si mesmo (e mortificante para si mesmo que escorregar nisso). E nada é mais atraente para a vida, mesmo para os jovens, do que um velho que não viveu em vão. A história nos mostra que ele é um farol, uma esperança, uma promessa: ter resistido e vencido o redemoinho do habitual e gasto, permite oferecer aos outros aquilo que se conquistou... ***E também aquilo que não se teve***, afirma R.Assagioli.

A Vida que está em nós não tem idade, e foi descoberta a riqueza de se aliar a ela para fazer com que Ela sempre vença em nós, enquanto Ela não escolherá transmigrar.

"***Do eterno, fora do passado, no presente, para o futuro."***

***"From the eternal, out of the past, in the present, for the future".***

*(#)****Mariagrazia G. Sassi****, Ph.D., é psicoterapeuta, professora e supervisora; diretora do Centro de Psicossíntese de Bologna (Itália), vice-presidente da “EFP – European Federation for Psychosynthesis”, membro da “SIPT – Società Italiana di Psicosintesi Terapeutica”, psicóloga e supervisora dos Programas de Pós-Graduação em Terapia Musical da Bristol University (U.K.), campus de Bologna.
A palestra acima foi traduzida pela Dra. Andrée Samuel, presidente do Centro de Psicossíntese de São Paulo.*