

*Texto extraído dos cursos ministrados aos domingos por Dr. Roberto Assagioli no Instituto di Psicossíntesi, Florença. Tradução Livre: Centro de Psicossíntese de São Paulo, agosto/2017.*

LIÇÃO 03 DE 1968

## **ESTÁGIOS DA VONTADE – Planejamento e Programação**

Dr. Roberto Assagioli

Hoje retomarei falando da vontade, e mais precisamente, do seu Quinto Estágio. Nas aulas anteriores sobre este assunto falei dos estágios do propósito, da deliberação, da decisão e da afirmação; a eles segue o estágio do planejamento e programação, dos quais falarei hoje.

Se observarmos a vida contemporânea podemos constatar uma curiosa contradição: fala-se muito de planejamento e programação e fazem-se muitos planos, econômicos, sociais, técnicos. Mas se, no entanto, examinarmos cada indivíduo veremos que vivem sem um plano bem definido, sem realizar um claro e consciente plano de vida. Como se pode explicar esta diferença, este contraste? Pode-se dizer que os homens práticos, envolvidos na ação externa reconhecem, mesmo sem elaborar uma teoria, a necessidade e a possibilidade de querer, sentem-se seres ativos e operantes sobre a realidade externa, pois nos resultados de suas ações têm a confirmação desta sua eficiência.

Até mesmo os homens práticos propõem-se fins baseados em suas avaliações, mas os “valores” nos quais acreditam tem natureza material, egoísta: satisfação de desejos; aquisição de posses, de dinheiro e coisas; autoafirmação; ambição; domínio; e isto é verdadeiro até para a coletividade dominada por ideologias baseadas em valores materialistas.

No entanto grande parte dos homens modernos, principalmente os jovens, em geral não tem uma “escala de valores” nas quais acreditam e aderem firmemente. Eles duvidam e por isso negam que a vida tenha um significado positivo, construtivo; não reconhecem nela uma finalidade inteligente e benéfica que possam aceitar e em cuja realização possa cooperar.

As concepções da vida mais difundidas têm um caráter determinante; o homem se torna condicionado por fatores hereditários, constitucionais, por influências e pressões

externas pelas quais se sente dominado. Disto surgem dois comportamentos opostos: um é uma concordância passiva, uma adaptação e um conformismo, que, contudo são sentidos como algo não satisfatório que deixa no fundo um descontentamento. O outro é o da rebelião violenta, e desta temos exemplos evidentes e extremos atualmente; mas é uma rebelião destrutiva, na qual falta a necessária contrapartida construtiva de reconstrução. Isto produz um sentido de isolamento, um comportamento antissocial, e subjetivamente um desconforto, uma angustia que pode chegar até ao desespero. Segue-se a busca por evasões no ativismo, na sexualidade, nas excitações de todo tipo, incluindo as drogas.

Tudo isto exclui a vontade ou capacidade de planejar, de programar conscientemente e volitivamente a própria vida. De fato, o estágio da programação pressupõe necessariamente os estágios anteriores; requer o incentivo a alcançar um objetivo, um fim, avaliado positivamente, uma deliberação, seguida da decisão de perseguir aquele fim e a afirmação de querer fazê-lo.

O pressuposto da ação volitiva é o de que a vida tenha um significado positivo, e não somente a vida individual, mas toda a vida. De fato, o homem não está isolado, mas permeado, não só na vida interindividual e social, mas no inteiro fluir e vir a ser da vida universal. Por isso, todo fim, todo objetivo individual, deveria estar em harmonia com o fim universal da vida.

Que existe tal finalidade pode-se demonstrar de varias formas: sobretudo a própria evolução biológica mostra claramente, a quem não seja obcecado por preconceitos materialistas e mecanicistas, uma finalidade inteligente, poder-se-ia dizer um real planejamento, um desenvolvimento ordenado em direção a formas de vida superiores, sempre mais altas e complexas. Podem-se constatar admiráveis e engenhosas coordenações seja em cada organismo vivo, seja nos vários organismos também de reinos diferentes, como por exemplo entre as plantas e os insetos no processo da fecundação das flores. Estas coordenações não podem ser casuais, elas demonstram uma inteligência e uma finalidade da vida.

Existem também fatos que mostram visivelmente o planejamento e a elaboração de um projeto dos vários estágios; um destes é o aparecimento temporário em certas crisálidas do desenho, poder-se-ia dizer do modelo, do que será a futura borboleta. Um outro fato significativo é o de que o embrião humano nos nove meses da gestação percorre rapidamente os vários estágios da evolução da vida orgânica (filogênese); por

exemplo, em um certo estágio formam-se momentaneamente conjuntos dos indícios de guerras, similares às dos peixes.

Quanto ao universo, a admirável ordem cósmica que nos permite antever fenômenos astronômicos com milhares de anos de antecipação, é prova de uma organização inteligente que fez Einstein afirmar a existência de um pensamento cósmico.

Por outro lado, seria estranho, aliás, absurdo, que o homem, ou ao menos um certo número de seres humanos, tenham o poder de propor-se fins, e de perseguir-los mediante um oportuno planejamento, enquanto no restante do universo isto não existisse; acreditar nisto constitui uma enorme presunção.

-----  
Após estas premissas e considerações de caráter geral, vamos falar do planejamento que pode e deve ser realizado individual e socialmente.

O tema é vastíssimo e dele devo limitar-me a tratar somente uma parte, mas é aquela que se relaciona diretamente a cada um de nós, e que em certo sentido é condição para todos os outros tipos de planejamento. Trata-se do planejamento e programação da própria vida; sobretudo no sentido psicológico, isto é, no sentido de realizar a própria psicossíntese individual, interpessoal e social; mas também este planejamento deve ser feito segundo as leis gerais e as técnicas adaptadas a cada planejamento; por isso examinemo-las brevemente.

A norma mais importante é formular, de modo claro e definido, o objetivo a alcançar, e em seguida mantê-lo sempre presente e operante durante todos os estágios da realização, que muitas vezes são longos e complexos. Não é fácil, aliás, pode-se dizer que é muito difícil, uma vez que há uma contínua tendência do homem a prestar uma atenção excessiva aos meios que deve empregar para alcançar um objetivo, até o ponto de perdê-lo de vista, de modo que os meios tendem a tornar-se fins em si mesmo.

Em outras palavras, o homem torna-se escravo dos meios que escolheu usar; isto é evidente na relação atual entre homem e máquina, de que tanto se fala e se discute agora. Este problema, ou melhor, esta relação, nos seus termos essenciais pode ser assim formulada: o homem cria, constrói máquinas afim de que aumentem sua potência, sua capacidade de ação para alcançar seus objetivos. Portanto a máquina

tem função e valor puramente instrumentais, relativos aos fins para os quais foi feita; no entanto o homem se deixa muito frequentemente fascinar pelas máquinas, supervalorizando-as, ao invés de possuí-las é possuído por elas. Isto se pode constatar de modo evidente em relação ao automóvel; a função real e precisa do automóvel é a de permitir chegar mais rápida e comodamente ao lugar onde desejamos ir para um dado objetivo. No entanto pouco a pouco, o homem deixa-se dominar, direi sem dúvida hipnotizar, pela ânsia da velocidade em si mesma; por isso as corridas insensatas, sem qualquer objetivo útil, sem uma meta pré-estabelecida, ou se há uma meta, a ânsia de chegar o mais rápido, expondo-se a perigos de modo completamente leviano.

É verdade que existem também outros fatores psicológicos que contribuem para isto: o automóvel dá uma satisfação no sentido de autoafirmação, poder-se-ia dizer em prepotência; dá vazão às tendências reprimidas da vida comum, algo similar ao que acontece – como eu disse em outra ocasião – em relação àquele outro “meio” que é o dinheiro. Ele também tende facilmente a se tornar fim em si mesmo pelo apego ao qual dá lugar; por isso a tendência em acumular dinheiro sem empregá-lo de forma útil, como é demonstrado pelos avaros de todo tempo, e que é feito em grandes proporções na vida moderna.

Por isso, repito, é necessário ter uma vontade vigilante e enérgica para manter os meios “no seu lugar”, para serem sempre padrões, e usar somente o que serve aos objetivos propostos e na medida para o que servem. Isto é uma norma essencial de uma programação adequada.

Segundo: uma outra lei ou norma necessária é a das possibilidades de execução de um dado programa, em outras palavras da sua praticidade. Um erro frequente é o de fazer planos grandiosos, vastos programas que requereriam capacidades, possibilidades, meios que estamos longe de possuir. Fazer bons programas é algo atraente, agradável, direi fascinante que acredito todos conhecemos. Muitos são os idealistas e sonhadores animados, ou para melhor dizer dominados, por propósitos grandiosos, mas não realizáveis.

Terceiro: outra norma é a de estabelecer cooperações, quando seja possível. Uma razão frequente pela qual tantos planos e programas falham é que muitas pessoas têm um programa que querem realizar por si mesmas, querem elas estar no centro de toda organização; portanto muitas vezes repetem, procuram fazer coisas que outros já

estão fazendo com possibilidades e meios bem maiores. É necessário ao contrario ter sabedoria e humildade em informar-se do que já foi feito, ou está em preparação no mesmo sentido dos nossos projetos, e depois associar-se oportunamente àqueles que fazem, ou se propõem fazer a mesma coisa. Também isto é reconhecido por homens práticos e podemos observar uma crescente tendência a coligar e fundir iniciativas e empreendimentos de caráter afins: industrias, bancos e etc.

Sobre isto recordarei um fato que é interessante psicologicamente sob vários aspectos. Na segunda metade de 1800, quando na América começaram a construir carros-leitos, existiam duas empresas rivais: a Carnegie e a Westinghouse. Elas eram concorrentes e a Carnegie reconheceu que seria muito melhor entrarem em acordo em vez de estarem em oposição, e pede à adversária um encontro; Westinghouse foi bastante firme e desconfiada, mas pouco a pouco levou em consideração a ideia de fundir as duas empresas, mas de repente parou e disse: “Mas qual será o nome desta nova sociedade?” – Carnegie responde: “Naturalmente Westinghouse”; e então Westinghouse disse: “A coisa está feita”. Não acredito que sejam necessários comentários. Carnegie não levou em conta seu amor próprio, de nome, diante da utilidade e do interesse comum da coisa; o outro tinha satisfeito a sua ambição e por isso eles concordaram.

A quarta norma é a de reconhecer, distinguir e articular em justa sucessão os vários estágios do planejamento. Eles podem ser indicados desta forma: primeiro planejamento; segundo programação; terceiro elaboração do projeto; quarto estruturação; quinto modelo; sexto, projeto piloto.

O planejamento indica o estágio mais geral, a formação do plano em suas grandes linhas. A programação representa uma maior precisão e desenvolvimento do plano, principalmente nas suas primeiras fases de realização. Pode-se dizer que a diferença corresponda à que existe no campo militar entre os planos estratégicos e os táticos.

Na programação acontece uma estruturação do plano; agora a palavra “estruturação” é muito usada em muitos campos, é sem dúvida da moda. Ao organizar complexos industriais e comerciais, fala-se de estruturação e de estruturar. Também na literatura desenvolveu-se recentemente uma escola e uma técnica estruturalista. Em psicologia há a escola da configuração ou Gestalt, a qual considera as estruturas psíquicas como “conjuntos” que têm uma realidade superior em relação às partes ou elementos que as

compõem. No ensino elementar há o método global que corresponde a esta concepção psicológica. Há também uma técnica psicoterápica baseada nela.

Não posso aprofundar-me no conjunto destas varias manifestações, nem colocar em evidência as afinidades e as diferenças; de modo geral pode-se dizer que o valor da estruturação é o de reconhecer e utilizar o aspecto sintético da realidade e das varias situações, sejam humanas, existenciais, práticas, objetivas, e, portanto, considerar cada particularidade e cada aspecto parcial em função do conjunto ao qual pertence; neste sentido a psicossíntese pode ser considerada estruturalista.

O aspecto negativo da concepção estruturalista e seus inconvenientes, aliás, perigos, são uma acentuação excessiva ou exclusiva desta, a supervalorização da forma, e em geral do aspecto estático, sem levar em devida conta o dinâmico, que é o mais importante, aliás, essencial. Também aqui há a tendência em fazer de um meio, de um instrumento, a forma, um fim em si mesmo, em dar-lhe um valor independente, caindo assim no formalismo. No entanto a utilidade das estruturas é somente relativa, temporária e funcional; uma forma, uma estrutura é útil, aliás, pode ser necessária em um dado estágio, momento ou período, mas, terminado este estágio, deve ser modificada, adaptada, transformada, segundo as novas condições ou exigências das várias realidades, e até por vezes eliminada ou destruída.

Um exemplo material evidente é o dos andaimes, que são necessários para construir um edifício ou para permitir limpar a fachada, mas que devem ser removidos assim que serviram ao seu propósito. Ao contrario algum tempo atrás um jornal apontava o fato que em Firenze o andaime de uma fachada foi deixado sem uso por cinco anos, e está lá ainda.

Existem sem duvida estruturas relativamente estáveis e permanentes, mas elas também são partes de um todo mais amplo. Disto também pode-se dar um exemplo muito simples: a estrutura óssea, o esqueleto. Ele é uma sustentação necessária, mas não teria sentido, e não seria possível, sem os músculos, a pele, os vários órgãos, coração, cérebro, etc., e os vários fluidos: sangue, linfa, que constituem o organismo vivo. Poder-se-ia observar, com razão, que o organismo vivo no seu conjunto tem ele próprio, uma forma uma estrutura. Mas é diferente dizer que tem uma estrutura ao invés de dizer que é uma estrutura e considerá-lo somente como tal; seria como estudar somente a anatomia sem a fisiologia e a biologia.

No caso do organismo vivo a estrutura se modifica e se transforma continuamente, segundo os vários influxos que afloram e as funções que realiza; a atividade e o treinamento criam novas vias nervosas, desenvolvem novas fibras musculares, etc.

Depois de ter elaborado um programa bem definido e estruturado, pode-se passar ao projeto concreto, com todos os dados práticos que lhe digam respeito. Em seguida depois de o projeto ter sido bem formulado, pode-se passar ao experimento de um projeto piloto. Esta é uma pequena execução que pode ser muito instrutiva, uma vez que a experiência prática muitas vezes dá resultados diferentes dos previstos.

Todos estes estágios indicam uma graduação, mas é necessário tê-los bem presentes à mente; poder-se-ia dizer que é necessário ter uma “visão trifocal”; ou seja, ver e ter presente a meta distante, o objetivo, em seguida ter uma visão dos estágios intermediários que vão do ponto de partida ao ponto de chegada; enfim a percepção imediata do próximo passo a ser dado.

A analogia de uma subida na montanha coloca isto bem em evidência: é preciso ver e escolher antes o cume da montanha ao qual se quer subir; depois a direção a seguir; o caminho pode ser tortuoso, circundando obstáculos, para aproximar-se gradativamente da meta. Depois se começa a caminhar, e deve-se observar bem onde são colocados os pés para não tropeçar.

Esta visão do conjunto, que deve estar articulada aos vários estágios que estão por vir, pode ser aplicada a todo tipo de projeto externo ou interno, com as devidas diferenças. Esta poderia ser chamada de uma consideração “espacial” seja no sentido objetivo ou no sentido simbólico; mas igualmente, se não mais importante, é a consideração temporal, isto é, da duração que deve ter cada estágio. Poder-se-ia chamá-la tempestividade, ou seja, realizar um estágio em tempo oportuno e pelo tempo necessário, sobretudo no momento favorável, ótimo, ou também somente possível, para cada fase; isto poderia ser expresso com esta frase paradoxal: “O impossível de hoje é o possível de amanhã, o possível de hoje é o impossível de amanhã”. Não acredito ser necessário explicar e exemplificar; recordarei somente o provérbio oriental que diz de forma engenhosa a mesma coisa: “Não se pode subir no camelo que não chegou ainda, e tão pouco se ele já passou”.

Outro ponto a ser considerado é a plasticidade do plano, isto é, estar prontos a modificá-lo pouco a pouco quando ocorrerem novos elementos de fato e de juízo. A

vida é plena de imprevistos, e mesmo que se procure prevê-los, irrompe sempre algo inesperado; por isso devemos estar prontos a modificar e adaptar nossos planos em consequência disso.

Também aqui a analogia militar é iluminadora; planos estratégicos e táticos devem ser modificados e adaptados com prontidão segundo os movimentos do inimigo. Isto se vê de modo mais simples e acessível a todos no jogo de xadrez. Um jogador faz um plano para chegar e dar um cheque mate no adversário, e prevê uma série de movimentos, dirigidos a esta finalidade, mas deve levar em conta as reações do outro, que também tem seu plano e procura realizá-lo; assim o primeiro jogador deve adaptar seu plano ofensivo segundo a exigência de defender-se dos movimentos ofensivos do adversário.

Fazer tudo isto requer reflexão, justo senso de proporções e de medidas; pode-se designar com uma simples e grande palavra: sabedoria. Mas requer também atenção contínua, vigilância, paciência, persistência que são dons característicos da vontade. Isto também torna evidente que o planejamento faz parte integrante do ato volitivo, da volição eficaz.

Todas estas normas podem e deverão ser aplicadas na psicossíntese. Pode-se dizer que a psicossíntese individual consiste essencialmente na realização do próprio modelo ideal sobre o qual já falei. Recordarei que o modelo ideal de perfeição, ou melhor, de aperfeiçoamento interno, tem dois estágios:

1. Desenvolvimento equilibrado de todas as funções psíquicas.
2. Sua cooperação harmônica e mutua integração em um “todo”, em uma síntese coerente, dinâmica, criativa.

Para fazê-lo é necessário:

1. Antes de mais nada equalizar a situação de fato atual, realisticamente, objetivamente, sem hipovalorização nem hipervalorização; isto é fazer um “inventário” daquilo que é a nossa realidade psíquica atual. Constatar as deficiências, as desarmonias, os conflitos existentes, mas também reconhecer os dons, as capacidades a utilizar e as potencialidades latentes a se tornar operantes.



2. Consequentes tarefas e plano de ação, discriminando e escolhendo as tarefas necessárias e mais urgentes. São diferentes para cada um e podem ser também opostas. Eis aqui exemplos:

- a) Aqueles que são hiperemotivos ou impulsivos devem desenvolver as funções mentais e dominar, transmutar, utilizar as energias das emoções, dos sentimentos, dos impulsos.
- b) Aqueles que são principalmente sensoriais, práticos, e também os que são acima de tudo mentais, intelectuais, devem liberar as energias emocionais reprimidas, desenvolver e refinar os sentimentos, dar a eles expressão adequada, oportuna, criativa, que os torne capazes de executar estas tarefas e quaisquer outras.

Em seguida todos devem desenvolver e usar a vontade de forma sábia. Em outras palavras pode-se dizer que para realizar o modelo ideal é necessário harmonizar entre si as sete classes de funções psicológicas: sensação, emoção e sentimento, imaginação, desejo e impulso, pensamento, intuição, vontade, e aprender a usá-las de modo alternado ou associado segundo os vários casos.

Poder-se-ia dizer que tudo isto constitui a psicossíntese pessoal. Mas há, além disso, a psicossíntese espiritual, em sentido específico; chamo-a assim uma vez que a pessoal também é “espiritual” com tanto que o objetivo e as intenções são bons.

A psicossíntese espiritual realiza-se principalmente nas seguintes formas:

1. Desenvolvimento e correto uso da intuição,
2. Ampliação e elevação da consciência; experiência e exploração da zona supraconsciente e o uso das suas energias,
3. Tomada de consciência do EU superior, do transpessoal,
4. Realizar sempre mais o aspecto universal do EU, ou melhor a identidade essencial entre o Eu individual e o Eu universal.

Este é o programa geral; mas ele é adaptado por cada um segundo a própria constituição e suas condições específicas. Existem diversas vias para chegar à mesma meta. De modo geral pode-se dizer que existem dois métodos principais:

- 1) O método da ascensão, da subida do centro ou da consciência, o eu ou eu pessoal ao longo do “fio” que o conecta com o Eu espiritual transpessoal (demonstrado no nosso esquema da constituição psíquica do ser humano da estrela no topo do supraconsciente).
- 2) O método receptivo, isto é, o abrir-se à influência das energias que descem do supraconsciente para o consciente.

Estes dois métodos podem ser usados de modo alternado, mas também ser combinados. Pode-se começar com o elevar da consciência ao ponto mais alto que conseguimos alcançar; depois torná-la fixa naquele nível e manter-se em atitude receptiva, colher as inspirações e as energias que descem do supraconsciente.

Para fazer isto existem vias, ou modalidades, qualitativamente diferentes. Nesta ocasião podemos somente apresentar uma classificação resumida ( e recordamos que todas as classificações são aproximativas e não definitivas): a via heroica; a via ética; a via estética; a via mística; a via científica e cognitiva; a via iluminativa; a via ritualista e cerimonial.

Elas podem ser simbolizadas como as quinas de uma pirâmide e, como estas, enquanto na base estão relativamente distantes umas das outras, subindo convergem e em cima se unificam. Ademais também nos vários níveis elas podem ser associadas e combinadas de vários modos.

Ao realizar este programa psicossintético devemos não somente aplicar as normas gerais do planejamento, mas levar em conta de modo particular as fases de elaboração e de gestação às quais é concedido tempo necessário sem interferir.

Vejamos agora quais são as relações entre este modelo ideal interno e o externo, ou mais precisamente entre o plano de vida interno e o externo.

Este nos leva a considerar a psicossíntese interpessoal e social. A psicossíntese individual não é, e não pode ser fim em si mesma, uma vez que cada um de nós está intimamente conectado na vida com outras pessoas e com grupos. Isto tem relações ativas e receptivas interpessoais e de grupo; é necessário, portanto, que o plano de vida individual seja coordenado, integrado e harmonizado com planos que compreendem também outras pessoas; trata-se de formular e realizar planos e programas específicos para desenvolver as nossas várias partes na vida associada, e para realizar as várias funções que ela requer.

.....

A vida a dois e a vida de uma família como entidade psicológica deve ser conscientemente planejada e organizada. Naturalmente a base é constituída pelo afeto e pela boa vontade; mas estes não bastam; pode-se cometer graves erros com a melhor boa vontade e o maior afeto. O afeto excessivo, principalmente o materno, quando é exclusivo e possessivo, pode ter efeitos muito nocivos. Na família deve-se desenvolver pouco a pouco funções de filho, de filha, de cônjuge, de pai ou de mãe.

Existem as funções no trabalho e nas várias profissões, que incluem muitas vezes relações com superiores, com colaboradores, com dependentes; há as funções que se desenvolvem nas comunidades através do pertencimento a vários grupos e categorias sociais e a participação nas suas atividades específicas: políticas, econômicas, culturais, humanitárias.

Para realizar a psicossíntese interpessoal e social podem ser aplicadas de forma útil várias técnicas da psicossíntese individual. Entre as principais e de uso mais geral recordarei as técnicas para a transformação das energias, a de uso metódico de imagens evocativas, a do treinamento imaginativo.

Inversamente, pode-se utilizar as relações interpessoais e de grupo e as atividades externas, como ocasiões e instrumentos de disciplina e de desenvolvimento interno, psicoespiritual. Dei vários exemplos na Aula sobre Vontade Forte (Curso de 1963), falando dos exercícios da vontade na vida cotidiana.

A psicossíntese social levanta o problema, tão discutido atualmente, das relações entre indivíduo e sociedade. Não posso por certo trata-lo em seus vários aspectos, mas posso dar alguma indicação mostrando a atitude a ser assumida e a direção a ser tomada até sua solução.

Frequentemente aqueles que têm tratado o tema das relações entre indivíduo e sociedade, fizeram-no de modo polemico separativo, opondo indivíduo e sociedade, e considerando-os quase necessariamente em conflito. No entanto, também neste caso, trata-se de polaridade. Os princípios que expus em meu texto sobre O Equilíbrio dos Opostos podem encontrar aqui uma oportuna aplicação. Usando o esquema das formações triangulares, o problema pode ser enquadrado do seguinte modo: na base do triângulo os dois polos opostos - conformismo e rebelião; no meio da linha que os une pode-se falar de uma adaptação elástica, de manobrar de modo a não priorizar a

sociedade e de manter ao mesmo tempo uma certa independência; mas há um ponto superior, equidistante dos dois polos, em um nível mais alto que é a ação na e sobre a sociedade, para transformá-la.

Este método pode ser bem aplicado no problema atual da escola; nem rebelião cega e destrutiva, nem obstinação em manter estruturas antiquadas que não respondem mais à realidade presente; o que se pode e dever-se-ia fazer, é não se limitar a polemicas e críticas destrutivas ou a recusa de qualquer tipo de autoridade, mas se propor a fazer o que há de melhor, ou seja comissões de estudo propondo novas estruturas, novos métodos, adaptados aos tempos e à mentalidade dos jovens. É o princípio e o método fundamental da psicossíntese: encontrar o ponto superior de integração, de harmonização e de utilização das energias contrastantes.

De modo geral poder-se-ia dizer, que a liberdade a qual o indivíduo pode ou pelo menos conscientemente aspira, é principalmente uma liberdade psicológica e espiritual, e esta depende em grande parte dele mesmo, e os grupos e a sociedade podem obstaculizá-la em vários modos com suas pressões, mas não impedi-la. Podemos ser internamente livres ou aceitando desenvolver as próprias funções, desempenhar os próprios papéis na família e na sociedade de acordo com o que a situação requeira.

Também aqui as técnicas da psicossíntese podem resultar em grande ajuda: principalmente na desidentificação e no “desempenho”. Poder-se-ia dizer que a fórmula sintética para resolver este problema foi dada, com Sua grande sabedoria por Cristo: “Dá a Cesar o que é de Cesar e a Deus o que é de Deus”. Isto pode ser traduzido em termos modernos e psicológicos: conceder à sociedade o que é necessário e oportuno, aliás, agir na sociedade como força construtiva para melhorá-la, mas ao mesmo tempo manter a própria integridade e independência, cultivar o próprio “jardim” interno. Não se trata, portanto, de aceitar passivamente os condicionamentos sociais, mas em defender-se sem rebelião violenta, e procurar modificá-los o quanto for possível.

Restam sempre os “espaços internos”, e os “espaços temporais”, isto é, das horas livres, nas quais se pode viver a própria vida individual; esta principalmente no sentido psico-espiritual, não pede longos períodos de tempo e condições especiais; trata-se da “dimensão da intensidade”. Meia hora vivida em alto nível e intensamente pode dar cor, significado e justificativa a todo um dia.

Há enfim um tipo maior e mais amplo de planejamento: o de inserir o planejamento individual no Plano Universal, no Plano Cósmico, o qual mencionei a princípio (mais amplamente na Aula sobre a Vontade Boa de 1963). Se não podemos conhecer aquele Plano no seu grandioso mistério, podemos contudo saber algo, vislumbrar as grandes linhas e principalmente a direção evolutiva – e é isto que conta. Não é necessário ver o ponto de chegada, mas basta colocar-se na justa corrente, no justo caminho; também aqui, é necessário sabedoria para inserir harmonicamente o plano individual no universal, é preciso vontade para manter nas mãos o leme e prosseguir sem desvios até a grande Meta.

#### ESQUEMA DO PLANO E DOS PROGRAMAS PARA A REALIZAÇÃO DESTE ESTÁGIO DA AÇÃO VOLITIVA

Eles se relacionam:

- A. – A ação interna:
  - 1. Psicossíntese individual
  - 2. Psicossíntese interpessoal
  - 3. Psicossíntese de grupo e social
  
- B. A ação externa (individual e em colaboração)
  - 1. Na família
  - 2. No trabalho
  - 3. Nas atividades sociais e humanitárias
  
- C. Relações e ligações entre elas
  - I. PLANO GERAL
    - 1. Para o futuro (sem limites de tempo)
    - 2. Para os próximos anos

II. PROGRAMAS para o próximo ano (se feitos em dezembro) e para o ano em curso

### III. PROJETOS PARTICULARES

1. Sua projeção e estruturação específica
2. Instrumentos e meios
  - a) Sua escolha
  - b) Sua bagagem e disponibilidade
  - c) Aprendizagem de seu uso
  - d) Sua regulação
3. Tentativas e experimentos
4. Realização articulada no tempo

IV. MODIFICAÇÕES sucessivas com base na experiência e ADEQUAÇÕES em conformidade com as mudanças:

1. Das condições internas (crises, desenvolvimentos, aspirações)
2. Das circunstâncias externas (obstáculos e oportunidades) individuais e gerais