

Texto extraído dos cursos ministrados aos domingos por Dr. Roberto Assagioli no Istituto di Psicossintesi, Florença. Tradução Livre: Centro de Psicossíntese de São Paulo, Agosto/2017.

Lição 05.1964

CONFLITOS E CRISES ESPIRITUAIS

Dr. Roberto Assagioli

Ainda que, por vezes, vivenciemos as conexões entre eles, os conflitos e as crises espirituais têm naturezas distintas dos puramente psicológicos e dos morais em sentido estrito. As crises espirituais desenvolvem-se em uma dimensão interna diversa, são produzidas por experiências e conflitos que transcendem o nível e a esfera da existência habitual; consideram as relações do homem com a grande Vida da qual faz parte, com a Realidade essencial – como quer que a conceba ou intua – que está “atrás” ou “acima” da pequena vida pessoal. Em 1921, desenvolvi este tema em um texto intitulado *O Despertar da Alma*, cito a parte inicial que foi incluída no texto posterior *Desenvolvimento Espiritual e Doenças Nervosas* (Istituto di Cultura e Terapia Psichica, Roma, 1933).

Para melhor compreender o significado das singulares experiências interiores, que costuma preceder o despertar da alma, é necessário recordar algumas características psicológicas do assim dito homem *normal*.

Este, mais que viver, pode-se dizer que se deixa viver; ele leva a vida como é, não leva em conta a questão do seu significado, do seu valor, dos seus fins. Se for comum, ocupa-se somente em satisfazer os próprios desejos pessoais: conseguir os vários prazeres dos sentidos, se tornar rico, e satisfazer a própria ambição. Se tiver uma mente mais elevada, subordina as próprias satisfações pessoais ao cumprimento dos vários deveres familiares e civis que lhe foram inculcados, sem se preocupar em saber sob quais bases se fundamentam aqueles deveres, qual seja sua verdadeira hierarquia. Ele também pode declarar-se religioso e acreditar em Deus, mas a sua religião é exterior, convencional; sente-se “bem” quando ao obedecer as prescrições formais da sua igreja e participar dos vários ritos. Em resumo o homem normal acredita implicitamente na realidade absoluta da vida comum, está ligado tenazmente aos bens terrenos, aos quais atribui um valor positivo; considera na prática a vida

comum em si mesma, e também acredita em um paraíso futuro. Esta crença é de todo teórica e acadêmica, como constata-se no fato, muitas vezes confessado com cômica ingenuidade, que deseja partir desta vida o mais tarde possível.

Mas, pode acontecer – e na realidade acontece em alguns casos (por enquanto são relativamente uma pequena minoria) – que este homem normal seja surpreendido e perturbado por uma imprevista mudança em sua vida interior.

Muitas vezes, em seguida a uma série de desilusões; não raro depois de um forte abalo moral, como a perda de uma pessoa querida; mas às vezes sem nenhuma causa aparente, em meio ao pleno bem estar e ajuda da sorte (como acontece, por exemplo, a Leon Tolstoi) – e isto é um dado muito importante – surge uma vaga inquietude, um senso de insatisfação, de falta; mas não a falta de algo concreto, algo vago, fugidio, que não sabe definir.

Pouco a pouco se soma um senso de irrealidade, vaidade da vida comum; todos os interesses pessoais, que antes tanto o invadiam e o preocupavam se “descolorem” por assim dizer, perdendo sua importância e seu valor. Novos interesses se apresentam; a pessoa começa a focar-se ao *sentido da vida*, no porquê de tantas coisas que antes aceitava naturalmente; no porquê do próprio sofrimento e no dos outros; na justificativa de tantas disparidades do destino; na origem da existência humana; no seu fim.

Aqui começam as incompreensões e os erros. Muitos não compreendem o significado destes novos estados de ânimo, os consideram receios, fantasias anormais; sofrendo (uma vez que são muito penosos), combatendo-os de toda forma; temendo “perder a cabeça”, esforçam-se em reconectar-se à realidade comum que ameaça fugir deles; aliás, por vezes, por reações, se lançam com maior veemência, perdidamente, procurando novos empregos, novos estímulos, novas sensações.

Com estes e outros meios eles conseguem às vezes sufocar a inquietude, mas não podem quase nunca destruí-la completamente: ela continua a esconder-se no profundo do seu ser, a minar as bases da sua existência comum e pode, também depois de anos, irromper novamente com mais intensidade. O estado de agitação torna-se sempre mais penoso, o vazio interior mais intolerável; a pessoa se sente anulada: tudo que formava sua vida lhe parece um sonho, enquanto a nova luz ainda não surgiu; aliás, geralmente a pessoa ignora até mesmo sua existência ou não acredita na possibilidade de obtê-la.

Neste ponto, costumam apresentar-se, frequentemente, ideias e impulsos de suicídio. Para a pessoa parece que o aniquilamento físico é a única consequência lógica da ruína e da desagregação interior.

Devo apontar que este é somente um esquema genérico de tais experiências e do seu desenvolvimento. Na realidade, existem inúmeras diferenças individuais: alguns não atingem o estágio mais agudo; outros chegam nele rapidamente, sem o gradual caminho apontado; em alguns prevalecem a busca e as dúvidas filosóficas; em outros a crise moral está em destaque.

Atualmente, após quatro décadas, as crises deste tipo não somente tornaram-se individualmente mais numerosas e mais agudas, mas assumiram também um caráter coletivo, tornaram-se típicas de amplos grupos humanos e afligem grande parte dos jovens. Não é difícil distinguir as causas: a segunda guerra mundial, com a enorme soma de sofrimentos que produziu, com destruições e os transtornos que originaram, não somente de caráter material, mas em todos os campos da vida humana, colocou a humanidade diante do aspecto trágico da vida. Isto coloca de forma aguda e atormentadora e, em larga escala, os problemas fundamentais apontados acima, referentes ao significado da vida, as razões e as justificativas do sofrimento próprio e alheio.

As reações mais difundidas foram, e são ainda hoje, as rebeliões, a negação, a angústia e também o desespero. As atitudes e as convicções existencialistas de caráter negativo (existem outras que têm um caráter positivo) levaram a proclamar o absurdo da vida, a negar toda realidade superior transcendente, a uma posição de protesto e desconfiança, que porém é sentida como vã e impotente. Esta foi chamada “frustração existencial”, e foi muito bem descrita por Frankl. Ele - que é atualmente diretor da Clínica Neurológica da Universidade de Viena – teve uma experiência muito grave no campo de concentração durante muitos meses, com sofrimentos intensos, com contínua ameaça de morte. Nestas condições teve um despertar espiritual através do qual sua vida se transformou e que está agora na base da sua doutrina e da sua prática psicoterápica.

Em seu livro *Teoria e Terapia delle Neurosi* (Morcelliana, Brescia, 1962), que recomendo muito aos médicos, ele diz:

“A doença psíquica do homem deve ser provocada, além do sentimento de inferioridade, também pelo sentimento de absurdo, isto é da frustração da sua exigência em dar à vida um significado... Em casos parecidos, nos quais o homem vê falir a sua aspiração em conferir um significado à própria existência, de tal forma a torna-la digna de ser vivida, costumamos falar de frustração existencial... Se procurarmos aprofundar a questão e determinar o fundamento patológico destes distúrbios, veremos como consequência que isso decorre principalmente deste fato: que permanece insaciada, frustrada o que chamamos *vontade de significado*, em contraposição tanto à *vontade do prazer* – isto é ao “princípio do prazer” no sentido psicanalítico – quanto à *vontade de potência* – isto é “autoafirmação” no sentido *individual-psicológico*. (a doutrina de Adler) (pp.168 – 169).

Um dos modos nos quais se manifesta esta crise é a angústia diante à imensidão do cosmos e aos enormes ciclos de tempo revelados pela astronomia. Isto colocou em evidência a reação de algumas pessoas ao “teste cósmico”, do qual falei na 5ª aula do ano passado (pp.6 – 8), que consiste em mostrar imagens do universo em escala sempre mais ampla, até ver a terra na imensidão dos espaços.

Como Frankl fala deste tipo de angústia:

“Recordo-me de um caso no qual resultou que a ansiedade da paciente era de caráter existencial: ‘O infinito – confessou a doente – me oprime; nisso eu me perco, e sinto-me assim inconsistente com se estivesse a ponto de dissolver-me’.....

Acrescentamos aqui uma observação de Scheler: ‘O vazio infinito do espaço e do tempo é o vazio que o homem experimenta no seu coração’. Dado que em última análise, a angústia, se angústia diante do nada, *o infinito vazio do espaço* leva aqui o lugar do nada; mas este vazio do macrocosmo para que seja a simples projeção de um vazio interior, de um esvaziamento existencial, isto é de um vazio do microcosmo, é necessário que ela se apresente como o reflexo da inconsistência do próprio Dasein (ser) (p.170).”

Por outro lado, em outras pessoas este senso, esta consciência da imensidão do espaço e da infinitude do tempo suscita uma reação diferente, aliás, oposta. A ela o universo aparece regulado por uma vasta inteligência Cósmica, como disse Einstein, uma vez que os movimentos das estrelas são regulados sem serem previsíveis e tudo acontece com ordem (“cosmos” em grego quer dizer ordem). Isto produz uma

ampliação da consciência, um senso de “participação”. Elas sentem-se parcelas vivas deste universo, elementos mínimos, mas essenciais na totalidade do Ser.

Retornando à angústia do estado existencial, poucos podem suportá-la e por isso procuram esquivar-se, e abrandar a angústia de várias formas: com ativismo externo, com tipos violentos de esporte, com loucas corridas de automóvel, e até com lutas com intenção de fazer triunfar uma ideologia; admiração e imitação de ídolos, como os “astros” e “estrelas” do cinema, os “heróis” do pugilismo e do futebol. Outros procuram esquecimento de si e satisfação em uma sexualidade exasperada, ou mediante o álcool e os entorpecentes.

Mas estes supostos remédios demonstram-se ineficazes antes e depois e o ser humano é obrigado a enfrentar a realidade, procurar compreender o significado e o valor dos aspectos obscuros e aparentemente negativos da vida. Quando esta busca do significado é feita sem preconceitos mentais, sem rebeliões da vontade, sem reações emocionais pessoais chega-se à descoberta e ao reconhecimento dos valores *positivos* que existem na vida, que têm uma realidade não menor, aliás, mais substancial e permanente em relação aos negativos. São os grandes valores universais e eternos: **o Verdadeiro, o Belo, o Bom** e as suas manifestações humanas no amor, na atividade criativa e benéfica, na alegria, e também no sofrimento como meio de crescimento da consciência, aprofundamento e elevação.

Mas, para chegar a isto, é necessária – repito – acima de tudo uma grande abertura; uma humildade não deprimente, mas digna diante do mistério; uma aceitação amável; a disposição em não pretender e exigir da vida e dos outros, e sim dar e dar-se; o reconhecimento da própria essencial liberdade espiritual e a aceitação da consequente responsabilidade. Assim, chega-se a reconhecer que tudo depende da nossa atitude e que isto não só permite reconhecer os significados e os valores, mas sem dúvida poder criá-los e conferi-los. Isto está em nosso poder, depende da nossa livre escolha, da nossa *decisão*, portanto de um ato de vontade.

Esta é a grande meta, a conquista luminosa à qual se pode chegar mediante o despertar e um adequado desenvolvimento espiritual, mas, para consegui-lo é necessário enfrentar e vencer uma série de conflitos interiores, produzidos pela multiplicidade e complexidade da natureza humana.

Tais conflitos foram descritos no acima citado estudo: *Desenvolvimento espiritual e doenças nervosas*. Por hora poderei somente retomar os pontos essenciais.

O mesmo *despertar* pode ser causa de distúrbios e desequilíbrios naqueles em que a mente não está bem consistente, ou nos quais as emoções são exuberantes e não dominadas, ou então o sistema nervoso é muito sensível e delicado, ou ainda quando o afluxo de energia espiritual for arrebatador pela sua erupção e violência.

Quando a mente é muito fraca e despreparada para suportar a luz espiritual, ou então quando há tendência à presunção e ao egocentrismo, o evento interior pode ser mal interpretado. Acontece, por assim dizer, uma “confusão dos planos”: a distinção entre absoluto e relativo, entre espírito e personalidade não é reconhecida, e então a força espiritual pode produzir uma exaltação, um “inflação” do eu pessoal.

“Em outros casos a imprevista iluminação interior produzida pelo despertar da alma determina ao contrário uma exaltação emocional, que se exprime de modo clamoroso e desordenado: com grito, choro, cantos e agitações motoras variadas”.

Aqueles que são do tipo ativo, dinâmico, combativo podem ser impelidos pela excitação do despertar e assumir o papel do profeta ou do reformador, formando movimentos e sendo caracterizados por um excessivo fanatismo e proselitismo.

“Em algumas pessoas, predispostas a isto, o despertar interior é acompanhado por manifestações psíquicas paranormais de vários tipos. Elas têm visões, geralmente de seres elevados ou angelicais, ou então podem ouvir vozes, ou se sentem estimuladas a escrever automaticamente. O valor das mensagens assim recebidas é bastante diferente caso a caso; por isso é necessário que eles sejam sempre examinados e avaliados objetivamente, sem preconceitos, mas também sem deixar que o modo pelo qual foram alcançadas se imponha.” (pp.8 – 10).

Outros conflitos ou crises são produzidos pelas reações que *seguem* ao despertar interior:

“Um despertar espiritual harmônico suscita uma sensação de alegria, e uma iluminação da mente que permite perceber o significado e o objetivo da vida, dissipa muitas dúvidas, oferece a solução de muitos problemas e dá um sentido de segurança interior”. Isto é acompanhado por um vívido sentido de unidade, de beleza, de

santidade da vida, e da alma desperta emana uma onda de amor até as outras almas e todas as criaturas.

Este estado jubiloso dura mais ou menos um longo tempo, mas é destinado a cessar. A personalidade comum, com seus elementos inferiores, foi temporariamente dominada e adormecida, mas não morta ou transformada. Por outro lado o afluxo de luz e de amor espiritual é rítmico e cíclico como tudo que advém do universo: ele portanto antes ou depois diminui ou cessa: o fluxo é seguido pelo refluxo.

Esta experiência interior é muito penosa, e em alguns casos produz reações violentas e sérios distúrbios. As tendências inferiores são despertadas e reafirmadas com força renovada; todos os rochedos, detritos, entulhos que foram recobertos pela maré alta, reaparecem novamente. (p.11).”

A estas reações segue um período no qual acontece um processo de *transmutação* da personalidade – e isto produz conflitos e crises. É um processo “longo e complexo”, que é composto de fases de purificação para remover os obstáculos ao afluxo e à ação das forças espirituais; fases de desenvolvimento das faculdades interiores que ficaram latentes ou muito fracas; fases nas quais a personalidade deve permanecer firme e dócil, deixando-se *trabalhar* pelo Espírito e suportando com coragem e paciência os inevitáveis sofrimentos. É um período pleno de mudanças, alternâncias entre luz e sombra, entre alegria e dor.

Trata-se de um período de transição: sair de um velho estágio sem ter alcançado um novo. É uma condição parecida à da lagarta que está sofrendo o processo de transformação que a fará tornar-se uma borboleta: ela deve passar pelo estado de crisálida, que é uma condição de desintegração e impotência.

Mas o homem em geral não é agraciado com o privilégio que tem a lagarta em desenvolver aquela transmutação protegida e recolhida em um casulo. Ele deve principalmente hoje, permanecer no seu lugar na vida e continuar a desempenhar o melhor possível seus deveres familiares, profissionais e sociais, como se nele nada estivesse acontecendo.

Não devemos por certo maravilhar-nos se uma obra assim complexa e cansativa for por vezes causa de distúrbios nervosos e psíquicos, por exemplo, esgotamento nervoso, insônia, depressão, irritabilidade, inquietação. E estes distúrbios, dado o forte

influxo da moral sobre o corpo, podem por sua vez produzir facilmente vários sintomas físicos. (pp.12 – 14)

O tema desta aula me obrigou a falar principalmente das complicações, sofrimentos e conflitos suscitados pelo desenvolvimento espiritual, mas não quero dar a impressão que eles sejam mais graves do que aqueles que trabalhamos e que não tiveram um despertar interno.

É oportuno por isso deixar bem claro os seguintes pontos:

1. Em muitos casos o desenvolvimento espiritual se dá de um modo mais gradual e harmônico do que aquele que foi descrito, de modo que as dificuldades são superadas e os diferentes estágios passados sem reações nervosas e sem distúrbios físicos.
2. Os sofrimentos e os distúrbios físicos daqueles que percorrem a vida espiritual, porquanto possam às vezes ser graves são na realidade somente reações de crescimento e de regeneração interior. Por isso eles desaparecem muitas vezes espontaneamente quando a crise que o havia produzido se resolve, ou cedendo mais facilmente a uma cura adaptada.
3. Os sofrimentos produzidos pelas marés baixas e pelos refluxos da onda espiritual são amplamente compensados não só pelas fases de afluxo e de elevação, mas também pela fé no grande objetivo e na grande meta da aventura interior.

Esta visão de glória constitui uma inspiração potente, um conforto infalível, uma fonte inexaurível de força e coragem. Deveremos portanto reviver tais visões do modo mais vívido e o mais frequentemente possível, e um dos grandes benefícios que podemos proporcionar a quem é atormentado pelas crises e conflitos espirituais é ajudá-los.