

Artigo “Extraído dos Anais do Congresso Internacional de Psicossíntese realizado em San Diego - Califórnia - em 1996”.

Tradução Livre: Centro de Psicossíntese de São Paulo, fevereiro/2019.

Os problemas não se resolvem são esquecidos

Diana Withmore e Piero Ferrucci

Diana: Muitas vezes, Assagioli fazia afirmações muito simples – e típicas suas – sobre a humanidade, sobre a vida e sobre a evolução, de uma profundidade e uma potência tais que às vezes nos escapavam. Se agora olharmos mais de perto estas afirmações estilo Zen, descobriremos quanto são profundas, úteis e reveladoras.

Aquilo que uma pessoa sábia diz e continua a repetir, certamente não é por acaso – até um pouco parecidas com as frases da Seleções Readers Digest. As clássicas frases de Assagioli para ele representavam um ponto de chegada, representavam o cume ou se quiserem o que foi garimpado numa vida de trabalho. Agora vamos analisá-las, e revivê-las de novo.

Isto não para celebrar Assagioli. Quando estudava com ele, dizia-me muito claramente: “No seu entusiasmo, não me coloque num pedestal. Por favor, procure não me dar demasiada importância”. Depois continuava dizendo: “olhe, você já sabe tudo. Aquilo que tenho a dizer às pessoas não é nada de particularmente sábio. São coisas que já se sabe, talvez a única coisa que faço seja fazê-las amadurecer dando por assim dizer uma “forcinha” – fazendo-as lembrar-se do que foi esquecido”.

Assagioli criou a Psicossíntese para servir a humanidade, e lhe dedicou ao alívio do sofrimento e a evocação das nossas potencialidades. Certas vezes penso que nós nos esquecemos qual é o verdadeiro objetivo da Psicossíntese. Penso que as vezes esquecemos que o nosso objetivo é servir a humanidade. Assagioli acreditava que a psicologia transpessoal fosse verdadeiramente a psicologia do futuro.

Depois de muitos anos passados no Instituto Esalen estudando e trabalhando com a Gestalt Terapia, eu também cheguei a profunda convicção que a única esperança de cura verdadeira das pessoas estava representada pela inclusão do Transpessoal. Assagioli apresentou a Psicossíntese como uma psicologia inovadora, ousada e

revolucionaria. Naquele tempo, um dos pontos fortes da Psicossíntese consistia no fato que era mais rápida, mais simples e eficaz, operava em tempo curto e suscitava menos dependência nos clientes. Certas vezes me pergunto se pouco a pouco, um pedacinho por vez, nós mesmos não nos assemelhamos aquele sistema ao qual Assagioli se contrapunha.

Certas vezes na Inglaterra nós psicossintetistas parecíamos adolescentes que queriam ser admitidos em uma banda; tendo em vista ser aceitos, e procurávamos a aprovação dos nossos colegas. Agora, penso que seja sem dúvida uma coisa importante a ser feita, que nós nos coloquemos como parte de uma comunidade mais ampla. Porém assim fazendo corremos o risco de perder nossa especificidade, de perder as nossas verdades profundas, de perder a nossa verdadeira identidade, e mais importante de tudo de perder o nosso servir.

Estou recentemente dedicada a escrever um capítulo de um livro intitulado *À procura de um terapeuta*. A seis terapeutas de escolas diferentes, da psicanálise à psicossíntese, foi fornecida a transcrição de uma entrevista de ingresso de um mesmo cliente. Deveríamos escrever um capítulo sobre como cada um de nós trabalharia com aquele cliente. E naturalmente nenhum de nós o havia conhecido antes. Eu decidi escrever um capítulo de pura e simples psicossíntese. Não pretendia embelezá-lo com relações objetivas e todas aquelas belas coisas que aprendi, queria colocar somente a pura psicossíntese.

Com o livro terminado, o cliente potencial leria todos os seis capítulos e escolheria a terapia que gostaria de adotar. Não sabia nada de nós como pessoas, e obviamente não estaria contando esta estória se ele não tivesse escolhido a psicossíntese. Mas o editor do livro era um psicanalista, e polemizou com o cliente acusando-o de ter escolhido a psicossíntese tendo-me idealizado. Eu levei a coisa muito mal, pensei que seria melhor que o livro não visasse ninguém e que o resultado não fosse conhecido.

“Como posso admitir que alguém me idealize, se nem ao menos nos encontramos?”.

Por sorte, Piero me fez notar que desta forma eu estava dando crédito a interpretação psicanalítica da idealização. O ponto não era se esta interpretação fosse justa ou errada – o ponto na realidade era que eu a tinha “tomado como boa”. Depois de tudo, queria dizer que o cliente no mínimo teria podido sentir-se compreendido na sua dor e sofrimento, que penso, foi o que aconteceu.

Piero: Estas simples frases que Assagioli costumava dizer me recordam uma antiga charge, anterior a chegada à lua. Representava duas crianças que conseguiram chegar primeiro à lua. Mal aterrissaram na lua e diziam: “Conseguimos”. Chegaram ali antes de qualquer outro e com uma astronave construída com todo tipo de cacarecos – como uma roda velha, um tubo de escapamento, um pedaço de uma cafeteira ou caixinhas de conservas vazias e objetos do tipo. Era uma máquina muito estranha, mas eles a construíram e chegaram primeiro. Falando com respeito, Roberto Assagioli me lembrava aquela charge. Trazia um pedacinho daqui um pedacinho de lá e o apresentava como uma afirmação plena de sabedoria, que era de fato; você pode chegar na lua de verdade.

Na época, no início de nosso contato, me parecia que não havia nele profundidade intelectual suficiente. Depois pouco a pouco comecei a me dar conta que Roberto Assagioli pertencia a mais alta e forte tradição intelectual europeia. Não obstante lhe agradava utilizar esse modo elementar, com expressões quotidianas e familiares para as quais não se dava tanto peso, e que ao contrário tinham um efeito profundo, que se encontrava dentro de um microcosmos. Descobri, atrás destas simples expressões, verdades uteis e profundas.

Vou contar um caso, mas eu já temo que algum de vocês dirá: “Oh não. Vai querer contar outra história sobre Roberto”. Se bem que agora há uma tendência a ser audaciosos, aventureiros e ir além Assagioli – de viver não o sonho de Assagioli, mas descobrir qual é o nosso sonho. De fato, eu também, quando comecei a trabalhar com Assagioli, temi andar em círculos a reproduzir a ideia de outro. Agora porém acredito que a comunidade da psicossíntese seja já bastante grande para poder conter ambas as tendências, para ser ousados e voltar-se para o futuro e inventar coisas novas, e também voltar ao passado, aos fundamentos, ao ABC.

Por exemplo, considere o diagrama do ovo. Poderemos escrever uma história, sobre o ovo da Psicossíntese. O ovo com dois Eus. O ovo sem Eu. O ovo com o Eu colocado em toda parte. O ovo que deve ser redondo.

O ovo contendo diversas pequenas salsichas que representam as várias subpersonalidades. O ovo que se tornou redondo, quadrado, e de todas as formas. Alguns destes desenvolvimentos são brilhantes e uteis. Mas porque não voltar também ao original?

“É NECESSARIO UMA DELICADA E FIRME RECUSA”

A primeira expressão que quero abordar refere-se a uma expressão “negativa”. Quando empreendemos a formação em psicossíntese, e em seguida largamos o osso, acaba que nos tornamos mais úteis. Assim aumentam também as solicitações nos nossos confrontos e do nosso trabalho, e nós dizemos sim, porque somos gentis. Fizemos Psicossíntese e colocamos em prática todas as belas qualidades, e então dizemos sim a todos. Então nos sobrecarregamos, e esquecemos como se faz para dizer NÃO. A orientação de Roberto para este caso é muito simples: “Uma negativa gentil e firme. Uma negativa gentil e firme é necessária”. É provável que isto lhe salvará a vida. Parece muito simples. Como todos sabemos, a capacidade de dizer não é a base da capacidade de dizer sim.

Quero começar com aquela que chamarei a expressão mais dura, aquela que pode parecer até mesmo áspera – que Roberto usava como exemplo quando um colaborador ou qualquer outra pessoa o submetia algum tipo de problema. Ele prontamente sorria e dizia: “Está bem, vamos deixá-lo seguir seu triste destino”. Com um sorriso, sim, mas depois deixava aquela pessoa ao seu triste ou feliz destino. A ideia era conseguir dar um corte, por fim a Gestalt, completá-la e seguir em frente.

Quantos de nós terapeutas levamos adiante terapias intermináveis por não estarmos prontos para concluí-las, porque sempre havia alguma outra coisa a ser trabalhada, alguma coisa para dizer, algo que emergia, alguma necessidade do cliente. A capacidade de terminar, de por um fim, de concluir. Ao final de uma sessão Assagioli às vezes dizia: “Fim da transmissão – Isto é tudo – Adeus, tenho outra coisa a fazer”. É a capacidade de focar o essencial.

Há uma estória taoista que me agrada muito, de um homem muito pobre que foi ao mercado procurar riqueza. Queria ser rico, mas era pobre e faminto. Viu um rico mercador que chegava com um monte de ouro. Então tomou a frente, agarrou o ouro e fugiu.

Obviamente o detiveram e o levaram para a prisão. E perguntaram: “Porque fez isso sem cobertura, sem planejamento, sem nenhuma real possibilidade de ser bem-sucedido?”. E ele respondeu: “Eu só vi o ouro”. Naturalmente este é um dos casos no qual o ladrão ou malfeitor é o bom da estória. Ver somente o ouro aqui significa ater-se ao essencial – mesmo que isto possa nos colocar em dificuldades como ocorreu com o ladrão. Mas devemos ter a mesma concentração. Mas às vezes o fato de ver

somente o ouro é bom, ajuda – e esquecer-se ao invés de focar-se no supérfluo, esquecer-se de tudo aquilo que está em suspenso – simplesmente ocupar-se do presente. O que naturalmente nos leva a falar da vontade.

“A VONTADE”

Para alguns de nós a vontade é quase um palavrão, ou pelo menos é algo do qual não falamos tanto. Daqui a pouco vos direi porque a vontade é assim. Antes quero dizer isto: em 1973 Roberto me disse: “em 20 anos meu trabalho será conhecido tanto quanto o de Jung e Freud”. Isto ocorreu em 1973. Desta forma eu me coloquei a esperar. Todo primeiro de janeiro de cada ano pensava...1983....1993.... bem, conhecido não é ainda. O que é o sucesso então? Traímos talvez o seu trabalho? Alguma coisa saiu errada? Não foi um bom profeta? Qual é o problema? Enfim, depois de refletir, pensei que no fundo foi um bom profeta.

Basta pensar que agora todos falamos do eu, com o E maiúsculo ou minúsculo que seja. Todos falamos. Descartar um bombom “bacci Perugina” (que tem dentro uma mensagem que fala do eu). Todos conhecem a imaginação. Abram qualquer que seja um jornal e encontrarão um exercício de imaginação. Todos sabem que a imaginação é muitíssimo útil e todos a usam. A multiplicidade – o modelo da alma múltipla – é comumente aceito ainda mais dos modelos bi – ou tri polares da psicanálise. Fez-se filmes a respeito do assunto e até já faz parte da cultura comum.

Outros assuntos da psicossíntese: as qualidades... Todos estão a par das qualidades espirituais, e de como estas são úteis ao sistema imunológico.

Quem é contente e alegre vive mais tempo; são muitas as pesquisas a este propósito. Os temas de fundo da Psicossíntese são, portanto, deixados à descoberto. Todos falamos. Talvez se esqueçam de Assagioli, mas ele existe. E este é o modo mais desinteressado de ter sucesso, quando o seu trabalho é aceito e utilizado por todos.

Quando Assagioli fez aquela afirmação “o meu trabalho será conhecido tanto quanto o de Jung e Freud”, era extremamente concreto. E então o que devemos fazer agora? Talvez a Psicossíntese fez o que devia fazer, realizou sua missão, se tornou parte da cultura comum. E assim é. Façamos então o funeral da Psicossíntese e vamos comer uma pizza, ou fazer qualquer outra coisa. É isto que deveremos fazer? Algumas vezes me vem a tentação de pensar; mas não dura muito. Por duas razões. Uma é que naturalmente a Psicossíntese não se reduz a este ou aquele argumento, a este ou

aquele ponto, mas é ao contrário um sistema coerente, e é o sistema no seu conjunto o elemento fundamental. A ordem, o cosmos, a totalidade da Psicossíntese representa o seu dom maior.

A outra razão é que existe ainda um argumento que não faz parte da nossa cultura, da nossa linguagem cotidiana. E isto é a vontade. E isto vale também para nós da Psicossíntese. Considero que muitos de nós psicossintetistas tenhamos resistência a apropriar-nos da própria vontade e a exercitá-la. Porque a vontade está ligada com o autoritarismo, o esforço e a prepotência.

E então temos medo de entrar, em usá-la em terapia, e a ajudar as pessoas a desenvolvê-la. Também pessoas extremamente preparadas em Psicossíntese, como alguns de nós carregam essa ambivalência oculta. Por esta razão estou contente que o Instituto de Psicossíntese de Firenze tenha anunciado para o ano de 2000 um Congresso sobre o tema da Vontade. Penso que seja uma boa ideia (O Congresso será em Bolonha – um lugar onde se come muito bem).

Diana: Esta noite penso falar do puro e simples Assagioli, porque não sinto ainda ser capaz – eu mesma ou nós como comunidade – de viver nas nossas vidas cotidianas e de tratar-nos e entrar em relação uns com os outros em base aquelas simples verdades de fundo das quais fala Assagioli. Como grupos somos estimulados a nos tornar espiritualmente maduros, ou pelo menos adultos. Alguns de nós tiveram um despertar espiritual provocado por estar com Assagioli. Muitos ao contrário o tiveram em seguida à adesão à Psicossíntese. Muitos depois, ainda, viveram por anos situações de crise e despertar espiritual, depois que chegaram à Psicossíntese, e ali sim se sentiram em casa.

Penso que a Psicossíntese possa representar em um certo sentido um perigo em relação ao despertar espiritual; talvez porque neste campo nos oferece também muito, no sentido que nos dá assim tanto, profundas e autênticas experiências de satisfação. Pelo que me diz respeito, meu despertar espiritual foi um despertar um tanto imaturo. Dado que consegui pensar e a falar em termos espirituais, pensava por isto ser espiritual. O período que seguiu o despertar, no qual integrei aquela experiência, abracei uma espiritualidade mais madura, e vivi tanto quanto dizia um período no qual fui adiante por muitos e muitos anos sem mais ter experiências espirituais ou místicas, sem intuições fulminantes, abraçando a incerteza, vivendo com o meu cinismo e a minha depressão, foi um período duro. Em efeito o despertar foi como um docinho. Até

mesmo a crise que acompanhou o momento do despertar foi para mim moleza em confronto aos anos seguintes.

“O UNIVERSO ESTÁ EM EVOLUÇÃO E É IMPERFEITO”

O perfeccionismo é uma coisa terrível. A afirmação que Assagioli fazia sempre era: “O universo está em evolução e é imperfeito”. Dizia com frequência: “Lembrem-se que cada um de nós é um microcosmos do macrocosmo. Vivemos em um universo imperfeito. Como podemos esperar sermos perfeitos em um universo imperfeito? Lutar pela perfeição e envergonhar-se de não a alcançar é uma antiga reação vitoriana”. Dizia – tomei conhecimento recentemente de uma afirmação: “Não há nada pior no mundo, que uma reação vitoriana”.

“Lembrem-se que o universo é paciente – não faz pressão – não reprime – não se esforça. Preparem-se para décadas, décadas e décadas”. “Meditem sobre a eternidade”. Não acredito que ele agisse assim somente comigo. Penso que dizia isso também a outros alunos. Éramos impacientes, reprimidos e esforçados. No seu consultório tinha uma fotografia de estrelas e galáxias. Segurava aquela foto, colocava na sua frente e dizia agressivamente, bem, tão agressivamente quanto pode ser um homenzinho de cabelos brancos: “Como se atreve! Como se atreve ser assim tão arrogante procurando a perfeição quando tudo é imperfeito!”. Então sabemos tudo, não? Ensinamos, pontificamos, falamos. Procuramos tornar humanos todos os que encontramos. Laura Huxley me disse a pouco tempo: “Em qualquer um de nós existe ainda, bem lá no fundo, aquele lugarzinho que não quer renunciar a ser perfeito. Que não quer parar de se atormentar para vir a ser uma versão melhorada de si mesmo”. Penso que tinha razão. Para além do despertar espiritual, e das evidentes crises de ambivalência, sofremos muito pelos demônios que nós mesmos construímos. Os ideais do despertar são perigosos – como também a nossa imaturidade espiritual. Especialmente os ideais que são irrompidos por um despertar espiritual, e os rompidos pela Psicossíntese.

“INOCUIDADE”

Vejamos agora uma outra expressão típica de Assagioli, ou muitas vezes uma palavra, “inocuidade”, no sentido de se privar de falar ou fazer, ou até mesmo de pensar mal de alguém. “Sim, sim, sim, naturalmente a inocuidade. Sabemos muito bem. Não existe necessidade de fazer tantas estórias. Somos inócuos, somos boas pessoas”. Há alguns anos estava preparando um curso de formação para professores no meu

centro na Inglaterra e fiz algumas pesquisas sobre ética. Com grande surpresa descobri que entre os valores que sustentavam a ética a inocuidade era considerada a ajuda de maior valor. Fiquei realmente surpresa. Quando nos encontramos diante da escolha entre ajudar ou ser inócuos, talvez o mais importante seja ser inócuos.

O ponto é que talvez os nossos ideais em Psicossíntese não incluam suficientemente aquilo que é o seu oposto.

Tomemos como exemplo a depressão. Penso que a alma se exprime com todas as cores do arco-íris, inclusive os negros, os cinzas, o índigo e as cores escuras. Em uma psicologia tão devotada à luz como a nossa, devemos resistir a tentação de levar em consideração somente as cores brilhantes, os alaranjados, os amarelos e os dourados.

Para alguém espiritualmente atento, a depressão pode parecer um inimigo, pode parecer como uma doença sem possibilidade de cura.

Uma vez tive uma experiência deste tipo com uma cliente que era muito aberta à transcendência. Todas as suas experiências transpessoais eram de natureza transcendente. A desidentificação se tornou fácil para ela, quanto mais o sentido das justas proporções, e a mim parecia plenamente autêntica. Então uma querida amiga sua morreu de câncer, o que obviamente a levou a uma profunda depressão. Notem que na sua depressão, para ela não existia mais nada. Todos os seus grandes modelos e princípios de Psicossíntese eram de todo inúteis; sentia-se esgotada. Não existia entusiasmo, nem energia, nem vida – e ainda quando permanecemos nesta situação por um período de tempo muito longo – gradualmente e pouco a pouco ela começou a manifestar uma valorização pela simplicidade da vida, uma valorização pela beleza das pequenas coisas que descobria a sua volta. Me dei conta que aquilo que aconteceu a ela era que estava incluindo a possibilidade e a capacidade de ver o divino de modo inerente no seu percurso. A sua depressão não era algo da qual deveria libertar-se, era algo que tinha necessidade de abraçar.

Aconteceu também um outro caso que quero partilhar com vocês, que ilustra este tema do abraçar a obscuridade e a imperfeição. Há muito tempo tive um cliente que sofria de sadomasoquismo. Ele apresentava seu comportamento sadomasoquista como um problema que queria enfrentar. Naturalmente como boa psicossintetista não podia considerar sua síndrome como problema, não? Ele porém o considerava como tal, e trabalhando com este seu comportamento e estando com ele na sua

obscuridade, e entrando na questão, começamos a explorar o que estava procurando conseguir deste comportamento assim distorcido. Depois de um longo período de trabalho em profundidade ele reconheceu uma necessidade de render-se a um poder maior que ele, e que a sua síndrome S&M era um modo distorcido de satisfação daquela necessidade. Quando ele se deu conta, daquele ponto pode encontrar outros modos de fazê-lo. E a síndrome S&M desapareceu.

“NÃO É NUNCA ou/ou, MAS e/e”

As simples afirmações de Assagioli eram carregadas de profundo significado. Uma delas era: “**não** é nunca ou/ou, mas e/e”. Quantas vezes você já sentiu isso na Psicossíntese? Infinitas. “Não é nunca branco ou preto, mas todas as gradações de cinza, e então existem as cores”. Assagioli muitas vezes dizia isso, especialmente para as pessoas pressionadas e frustradas. E dizia sempre com um ‘sorrisinho’. Também neste caso todos nós aprendemos a lição, e a ensinamos como uma bela descoberta: “nunca é ou/ou, mas e/e, não é branco ou preto...” Temo porém que o terremoto do nosso despertar espiritual nos tenha feito um pouco esquecer esta lição. Na verdade, todos nós temos nossos belos valores, e, portanto, os valores a eles opostos são obviamente errados. É assim que polarizamos.

Vivemos em uma época de distração e queremos que a vida seja um belo espetáculo. Parece que temos necessidade de algo para rechaçar, como as crianças têm necessidade de limites. Os latinos falavam de “Espírito Certo”, a parte de nós que quer compensar e corrigir. Jung a define como a função compensatória. Assim se encontro uma pessoa amável e altruísta, terei vontade de dizer-lhe, seja um pouco mais dura um pouco mais forte, senão as pessoas te pisam e te exploram. Ou se estou com um perfeccionista, direi, relaxe não seja tão rígido! E se me encontrar com uma pessoa desleixada e caótica, lhe direi, organize-se! (deveriam ver o bagageiro do Piero. É ali que mantém o seu arquivo). Trata-se de uma necessidade psicológica continua e inevitável de evocar o oposto. Penso que esta seja nossa salvação, que é saudável porque representa o impulso do organismo em direção a unidade.

Existe algo em nós que quer incluir a dualidade, contudo nós o combatemos e nos dividimos. Esta inclusão universal pode ser confrontada, no entanto nas imagens do EU. De um lado de fato podemos dizer que o Eu é o puro vazio, o nada, o silêncio. Por outro, podemos dizer que o Eu é toda coisa, em toda parte e em todo momento, é cor, é luz, é o espectro inteiro de luz e de energia existentes.

Há na Califórnia atualmente uma forte tendência a substituir a transcendência pela imanência. Pelo que me recordo, Assagioli mantinha as duas, a transcendência e a imanência: para ele eram os dois aspectos de um único todo. Não nos prometia nunca a iluminação. Não nos prometia nunca que viveríamos felizes para sempre. Dizia-nos sempre que poderíamos entender de tudo.

Tivemos dor, doença e sofrimento. Dizia sempre que a autorrealização é um estilo de vida, mas não um estado de consciência. Não penso que com sua afirmação “não é nunca ou/ou, mas e/e” pretendesse fazer um “must” da síntese, pensando resolver assim todos os opostos e viver em uma santa paz. Sua mensagem era muitas vezes que temos necessidade de acolher ambas as polaridades e inclui-las.

Assagioli me ajudou muito, quando trabalhei com ele a questão da crise da dualidade, isto é, o contraste entre o que é e o ideal, que para mim era um tema fundamental. Ele dizia que aquela crise não tinha solução possível, que sempre seriam potencialidades não manifestas.

A única coisa que se pode fazer é encontrar o espaço interno, amplia-lo suficientemente para conseguir conter a dualidade. A dualidade pode ser dolorosa, mas não é patológica.

Torna-se patológica somente quando tentamos por um prazo de validade a ela reprimindo-a ou até eliminá-la radicalmente.

O “não é nunca ou/ou, mas e/e” encontrava sua perfeita aplicação quando meditava com Assagioli, porque quando meditava com ele, o que fazia diariamente com qualquer um que aparecesse, existia sempre um enorme barulho. Fora havia um enorme barulho de tráfego, haviam os cães que viviam na vila e que latiam continuamente, havia os dois empregados favoritos de Assagioli, Carmela e Dante, que circulavam pela casa toda gritando. E havia o cronômetro em forma de ovo que tiquetaviava rumorosamente ao fundo, uma vez que Assagioli andava para muito longe quando meditava, e tinha necessidade de algo que o lembrasse que havia chegado o momento de terminar.

Assagioli era surdo, e este cronômetro em forma de ovo para ele ressoava com um som muito leve. Mas para vocês era ao contrário como ouvir de repente um gongo a poucos passos. Porém Assagioli amava seu cronômetro em forma de ovo. Chamava-o de a espiritualização da matéria.

Piero: “TEMPO SE PODE SEMPRE ENCONTRAR”

Houve uma ocasião quando trabalhava com Assagioli, na qual alguns estudantes o procuravam para uma terapia. Então ele os indicava para mim para uma série de sessões, e por fim, voltavam para ele.

Certa vez chegou um estudante trazendo sua autobiografia, e a deu a Roberto, era uma autobiografia de 500 páginas escritas a mão. Eu disse que era ofensivo, e que não tinha nenhuma intenção de lê-la.

Que esta era uma forma de resistência, um equivalente agressivo, e que não o faria. Então Assagioli disse: “Está bem, agora dê a mim. Eu a lerei, encontrarei tempo de fazê-lo. Aquela para mim foi uma grande lição de humildade. A partir de então passei a ler todas as autobiografias, mesmo se tivessem 1.000 páginas. “Tempo se pode sempre encontrar”. Isto era o que Assagioli dizia sempre. Num certo sentido é um pouco o contrário do qual falei antes. Antes se falou do não perder tempo, o tempo é precioso, e temos muito pouco dele. Temos um monte de trabalho a fazer, não nos delonguemos, não desperdicemos nossa energia em coisas inúteis.

Isto é um complemento: “Tempo se pode sempre encontrar”. Por mais que você esteja sobrecarregado, sempre pode encontrar tempo para estar com seu filho, tempo para se cuidar, tempo para cuidar de qualquer um que seja menos afortunado que você, tempo para fazer aquilo que pra você for realmente importante. “Não tive tempo”, não é uma desculpa válida. O que me faz entender que o tempo não é uma entidade geométrica que possa ser subdividida em fragmentos e porções, mas alguma coisa que frequentemente se faz com a mente e da qual se pode tomar um fragmento e expandi-lo, e que num só segundo possa suceder uma infinidade de coisas desde que haja bastante tempo. Do meu ponto de vista deve ser feito com a arte de prestar a atenção, para onde estamos direcionando nossa atenção nosso interesse nossa energia e todo o nosso ser.

“CALMA, CALMA, TEMOS TODA A ETERNIDADE”

Quando alguém tinha pressa, Roberto muitas vezes dizia: “Calma, calma, temos a eternidade”. Se nos limitamos a dizer “calma, calma” a alguém que tem pressa, esta pessoa terá ainda mais. Mas se dizemos “Calma, calma, temos a eternidade”, a sua resposta será talvez diferente.

“TEMPO SE PODE SEMPRE ENCONTRAR”

É como se fosse um interruptor que é acionado, e alguma coisa se abraça, e nos damos conta que na realidade temos todo o tempo do mundo, e não existe nenhuma pressa de ir a parte alguma. Estamos mesmo aqui, sempre estivemos aqui. O que significa toda pressa? Quando Ramana Maharshi, um sábio indú, estava morrendo, ouvi seus devotos chorando desesperados e disse: “Onde pensam que vão?” Não há lugar algum a ir, se não permanecer no aqui e agora, no eterno presente.

Isto tem muito haver com o para onde dirigimos a nossa atenção. Nos sintonizamos com o onde, e como o fazemos. Assagioli fez experimentos com os lírios nos anos ‘40 e 50’. Pegava um ramo de lírios – não sei porque lírios, talvez porque fossem o símbolo de Firenze – mas em seguida dava muita atenção a só um deles, e não aos outros.

Naturalmente aquele que recebia atenção, crescia mais rapidamente que os outros – e isto acontecia nos anos ‘40’. Tudo isto a propósito da arte de dar atenção e encontrar tempo, de encontrar a devoção. Mas também cuidado com a maneira de fazê-lo, o quanto estamos abertos, e o quanto estamos presentes.

Talvez conheçam a estória de H.G. Wells na qual o menino corre até uma porta na parede, e a abre. Para além da porta encontra um lugar celestial pleno das coisas mais belas deste mundo, e ele fica paralisado. Depois fecha a porta e volta para casa. Em seguida volta a procurá-la, mas não a encontra mais. Conhece muito bem o caminho, mas a porta não existe mais. Por fim a encontra, mas é o seu primeiro dia de aula, e não quer chegar atrasado, e diz a si mesmo: “Está bem, ficarei atento, e quando voltar da escola abrirei a porta”. Mas quando volta a porta não está mais lá. E assim por toda a vida.

Continua a procurar a porta, e esta não está mais lá; e quando está, ele tem pressa. Na sua vida acontecem coisas muito importantes, se torna um grande empreendedor,

se torna Primeiro Ministro, anda sempre por toda parte, há sempre um compromisso urgente: e é agora que encontra a porta, mas está muito ocupado para abri-la.

“A VIDA É MÁGICA”

Outra expressão típica de Assagioli é muito ligada a esta. Não sei bem como traduzi-la, em italiano é “A vida é mágica”. Em inglês soa menos bem: “Life is magic”: Mas em italiano, talvez por causa da cadência, assemelha-se um pouco a um verso de poesia. “A vida é mágica” tem de novo a ver com esta dimensão insondável, do aqui e agora na vida humana: que em qualquer coisa que esteja acontecendo, os cães latem, as pessoas que fazem barulho em outros aposentos, qualquer que seja a interrupção que possa surgir naquilo que estamos fazendo, o Eu está ali, o Espírito está bem ali, e nós facilmente podemos esquecê-lo.

“A vida é mágica”. Enquanto trabalhava com Assagioli, num dado momento tive que fazer o serviço militar, e esta frase, encontrar a magia também no quartel, me foi de grande ajuda. Foi ainda mais útil que: “A vida é uma escola”, e nós podemos aprender em cada situação. Isto já é muito, mas “A vida é mágica” é um passo além. Quer dizer que não é somente aprender, mas também divertir-se, e também surpreender-se e maravilhar-se, e também admirar-se e abrir-se, e ainda há a eternidade.

DIANA: “OS PROBLEMAS NÃO SE RESOLVEM, MAS SÃO ESQUECIDOS”

Esta frase de Assagioli me perturbou, e até me deprimiu um pouco por anos e anos. Como me disse um colega enquanto nos preparávamos para esta conversa, “Mas então porque fazemos terapia e formamos pessoas, se os problemas não podem ser resolvidos? Não se pode escolher um tema um pouco mais estimulante para falar?”, e devo dizer que para mim também a reação é a mesma, “Os problemas não se resolvem, são esquecidos”.

A questão é que se com os clientes, nos dedicamos a fazê-los resolver seus problemas, e procuramos justamente resolver o problema ao invés de ajudá-los a esquecê-lo, se o fazemos, então atuamos em um contexto no qual há uma condição pré-definida a ser alcançada.

Uma condição na qual estaremos saudáveis, integrados, curados, na qual viveremos sempre felizes. É o nosso ego que quer resolver o problema. Para o EU o problema não existe.

O que verdadeiramente conquistei e me fez apaixonar pela Psicossíntese rapidamente foi mesmo esta ideia que ela não tenha uma tabela com normas pendurada na parede que te diz como deveria ser uma pessoa sã e em bom funcionamento, o que me parecia um elemento de libertação.

Particularmente vinda de uma formação em Gestalt, que na teoria não tem nenhum “Você deve”! Funcionava assim: você deve ser aberto e honesto, e pode até um certo grau exprimir a sua raiva, decidido e íntegro com teus pais e todos aqueles que tinham expectativas em relação a você. A Psicossíntese ao contrário diz: Não se trata tanto de como deve ser, mas você tem a escolha de ser aberto e honesto ou não; tem a escolha de afirmar e exprimir a tua raiva ou não; o que é mais importante, fazer ou ser?

A frase de Assagioli “os problemas não se resolvem, mas são esquecidos” refere-se a um estado de consciência que tem a função de unir. Está falando daquela certeza profunda do Universo do qual falaram os místicos e os santos de todas as épocas, está falando de uma condição além da dualidade, para onde o sublime é imanente e é parte de tudo o que existe.

Não sei como é para vocês, mas eu estive em terapia por cerca de 27 anos e posso dizer com a máxima sinceridade que muitos dos problemas de fundo que tive quando a iniciei, os tenho ainda. Não “resolvi os problemas”, mas me relaciono com eles de modo mais leve. Não sou mais dominada e posso seguir em frente. Então posso fazer aquilo que quero, apesar dos problemas. Portanto, para mim “Os problemas não se resolvem, mas são esquecidos” significa me tirar da cama e me por a caminhar.

Porque não curamos? Porque a terapia não melhora as pessoas? Talvez nos mantenhamos doentes por conta de uma identificação com a subpersonalidade do “ferido”, ou nos identificamos em quem se cura das suas feridas, e temos necessidade de definirmo-nos como pessoa ferida que procura curar-se. Ou podemos usar as nossas feridas para jogos de ambas as partes e usar as feridas do passado para controlar o presente. Podemos fazer sim que o nosso ser ferido determine como agimos no presente. Por exemplo, se eu tivesse um problema com a intimidade, e se apresentasse a ocasião de ter relações íntimas com alguém, todas as minhas feridas

anteriores com a intimidade me confirmariam o dever exercitar o meu controle sobre o parceiro.

Se em certo ponto não nos esquecemos do problema, se em certo ponto não paramos de procurar de tentar resolvê-lo, permanecemos atados, assim como nas terapias intermináveis. Todos sabemos que esquecer-se do problema significa ir a um lugar no qual existe paz e unidade, gratidão e bem-estar.

E ainda mais, pensem numa criança que cresce com problemas que na realidade não existem, e em um certo momento se dá conta disso. Meu filho Jason, por exemplo, quando era pequeno por um certo período estava convencido que existiam viúvas negras que queriam mordê-lo. Assim à noite deveríamos enrolar seus pés cuidadosamente com algo sob o lençol, de forma que as viúvas negras não pudessem alcançá-lo. Passados seis meses, o problema desapareceu, e se deu conta que não existia nenhuma ameaça por parte das aranhas venenosas.

Também para nós a coisa funciona mais ou menos da mesma forma. Podemos fazer a mesma coisa. Em um certo ponto podemos nos tornar adultos e nos dar conta que o problema não era realmente aquele.

Assagioli quando trabalhou comigo fez exatamente isto, porque naqueles 27 anos trabalhei principalmente a relação com minha mãe.

Dei a Assagioli minha anamnese, cujo resultado era que eu tinha trabalhado sobre o problema com minha mãe por anos, anos e anos. Limitou-se a pegar aquele texto no qual havia transcrito a história da minha vida, em seguida o deixou de lado e disse: “Você tem mesmo sorte! Tem sorte!”. E eu fiquei irritada. “Sua mãe lhe deu a melhor preparação que poderia haver para que você fizesse hoje o trabalho que está fazendo”. Naquele mesmo segundo esqueci o problema. Foi isso que ele fez por mim. Naturalmente, não fui capaz de permanecer naquele estado por um longo tempo, mas de qualquer forma fez uma bela diferença.

Depois de muitos anos de prática como terapeuta, é assim que me encontro em relação a questão de resolver ou esquecer os problemas. Me encontro a colocar em dúvida a terapia, e não estou mesmo segura desta função. Coloco em dúvida as terapias intermináveis.

Certas vezes, parece-me quase uma obsessão querer resolver as dificuldades e os problemas principais da nossa vida. Em um certo sentido, vivemos uma mentalidade

da terra prometida pela qual se trabalhamos bastante sobre nós podemos chegar ao ponto no qual Deus nos revelará porque não tivemos uma infância perfeita. O ponto que Assagioli sublinhava sempre com simplicidade era: “esqueçam-se dos seus problemas. Deem-se conta que nos seus problemas há também o seu EU”.

PIERO: “FAÇAMOS TODOS O MESMO TRABALHO”

Os momentos de crise nos tomam. Não sei se acontece também a vocês, mas especialmente como trabalhador de Psicossíntese me surge às vezes a vir dúvidas, e então me coloco a pensar que talvez todo trabalho que fiz não tenha produzido efeitos, vejo um futuro negro. As minhas dúvidas sempre aumentam, e espero que a um certo ponto esvançam. Agora, penso que estes momentos aparecem a todos nós, penso que fazem parte das vicissitudes do nosso caminho. Devemos contar com eles, e pensar que se ainda se apresentam, e a maior razão para que isso aconteça é porque o nosso trabalho é como se fosse o nosso jardimzinho, obra nossa e de ninguém mais. No qual despejamos todo o nosso ego e a nossa ambição. Haverá um momento no qual isto parecerá grandioso, exuberante e estupendo, e depois de repente aparecerá, ao contrário, vazio. Ao passo que, se o virmos, no entanto, como algo que realizamos junto a outros, assumirá um aspecto muito diferente.

Lembro-me de quando as pessoas procuravam por Assagioli. Às vezes, eu estava presente. Ou eu tinha um encontro com alunos pouco depois que eles tinham se encontrado com ele. De qualquer coisa que se fizesse na vida, Assagioli muitas vezes, se não sempre, dizia: “Sabe que eu faço as mesmas coisas que você? Nós fazemos o mesmo trabalho”. Então essa pessoa ficava muito contente: “Assagioli me disse que faço o mesmo trabalho que ele!”. Dizia isso a muitas pessoas, e tenho certeza que era sincero. Mas somente muito tempo depois me dei conta do significado mais profundo daquela frase. Que fazendo todos o mesmo trabalho, que todos trabalhamos juntos, que o seu trabalho e o meu trabalho, que o seu sucesso é o meu sucesso, e que o seu insucesso é o meu insucesso.

Que todos nós compartilhamos o mesmo espaço. Que não existe um trabalho meu que é diferente, melhor ou pior que o seu.

Quando convivia com Assagioli, eu tinha muitas dúvidas de carácter intelectuais. Porque a Psicossíntese para mim não tinha sentido, e eu protestava e não me agradava isso ou aquilo. Eu queria garantias, deem-me garantias. Teria gostado de

ser como um encanador, que faz seu trabalho e depois ao final pode ver rapidamente os resultados.

Não posso nem ao menos ter certeza de estar crescendo ou que algo esteja acontecendo. Em um momento me sinto seguro, e no seguinte não. Num certo momento cheguei a compreender que a incerteza faz parte do nosso caminho, e isto aconteceu quando uma vez Assagioli me olhou, sorriu e me disse:

“você está pronto para fazer uma aposta?”

Penso que por enquanto podemos deixar pra lá o seu triste ou feliz destino. Mas lembrem-se de ficar tranquilos, porque temos a eternidade. Estamos fazendo todos o mesmo trabalho.