

Marcelo Peçanha de Paula, PsyA

# OPOSTOS QUE SE



# TRAEM

SEMELHANTES  
QUE SE  
BUSCAM



Segunda Edição  
Belo Horizonte, 2002



Ficha Catalográfica  
Janete Polk Fraga

Paula, Marcelo Peçanha de, 1967.

Opostos que se atraem; semelhantes que se buscam/  
Marcelo Peçanha de Paula. Belo Horizonte: Edição do  
autor, 1999.

1- Psicologia Evolutiva  
3- Psicoterapia Familiar

2- Psicologia Social  
I- Título

175.721

CDD 155.7

Índices para catálogo sistemático

Psicologia Evolutiva	155.7
Psicologia Social	302
Psicoterapia Familiar	616.891.5

OPOSTOS QUE SE ATRAEM  
semelhantes que se buscam



Marcelo Peçanha de Paula

Copyright © 1999-2002 by Marcelo Peçanha de Paula.  
Edição Especial publicada pelo autor.

Organização do texto original:  
Loiva Reis

Revisão ortográfica:  
José Aparecido Peraçoli Moreno

Proibida a reprodução total ou parcial  
deste livro, por qualquer meio e sistema,  
sem prévio consentimento do autor.

Menteologia®  
Marcelo Peçanha de Paula  
Av. Do Contorno 7069 - 14º andar  
30.110-043 - Belo Horizonte - Minas Gerais  
Telefone (0xx31) 3292-6299  
E-mail: menteologia@hotmail.com  
E-mail: marcelodepaula@neuroacustica.com

Vistite [www.neuroacustica.com](http://www.neuroacustica.com) para outros trabalhos do autor.

*“O homem é uma espécie de interseção  
entre dois mundos: o real e o ideal.  
Pela liberdade humana, os valores do mundo  
ideal podem atuar sobre o mundo real”*

*Nicolai Hart*

Homenagem à minha mãe:  
Diva Peçanha de Paula - perda irre recuperável.

Dedicatória:  
Lena Sangawa e nosso filho Kim,  
meu pai Sylvio de Paula,  
a toda minha família e  
Ângela, amiga de todas as horas.

## **Agradecimentos**

Reconhecimento:

Devo a muitas pessoas, e elas sabem em quê, a minha formação pessoal e profissional, das quais emanam todos os pensamentos que se seguem.

Desejo parabenizá-lo, leitor, pelo fato de ter este exemplar nas mãos e por ter feito o necessário para merecer isto. Espero recompensá-lo com alguns conhecimentos.

Incentivo:

Cada reconhecimento que obtive ao longo destes últimos meses nos diálogos com pacientes, amigos e colegas de profissão me incentivou a chegar onde chegamos. E gostaria que esta obra lhes fosse estímulo suficiente para incentivá-los a também alcançar seus objetivos.



## **Conquista**

### **Gratidão:**

Sou grato a toda a minha equipe e a todos que se juntaram a ela ao longo do trabalho. Deles é o mérito de cinquenta por cento de todo o trabalho final. Sou especialmente grato à Loiva Reis e ao Dr. José A. Peraçoli Moreno, pela empolgação que sempre pude perceber na disposição, atitude e vontade de que os resultados fossem os melhores possíveis.

### **Orgulho:**

Aqui vai o meu auto-reconhecimento nos cinquenta por cento restante deste produto final. Foi devido à minha dedicação, ousadia e determinação. E quero agradecer às minhas inteligências biológica, emocional, cognitiva, sentimental e onírica pelo trabalho integrado e harmonioso que fizeram por mim.

## **Apresentação**

Jamais imaginei a dimensão da humildade necessária para um escritor bem intencionado levar a cabo sua obra. Acredito que a conquista desta humildade seja amiúde uma conquista dia a dia, palavra a palavra, capítulo a capítulo.

A humildade é exigida com maior intensidade e severidade principalmente num país como o Brasil – onde escrever um livro repercute indistintamente em delegação de autoridade. Imagino que por isto me decepciono a cada vez que leio um livro escrito por pessoas leigas no assunto sobre o qual versam. Por outro lado, respeito ainda mais os autores autênticos que, mesmo com o risco de se misturarem aos fanfarrões literários, são humildes o bastante para se submeterem a isso.

Respeito profundamente o meu leitor a ponto de inclusive alertá-lo de que este não é um livro de auto-ajuda, sobretudo nos assuntos de relações psicossociais – assunto este com o qual o leitor irá se familiarizar em breve – mas pretende ser, antes de mais nada, um instrumento de ampla conscientização.

Acredito que a conscientização não é suficiente para a solução dos grandes problemas humanos; no entanto, é sem sombra de dúvida uma condição indispensável ao amadurecimento.

Devo adverti-lo de que os requisitos para o amadurecimento consciente são um dos mais difíceis objetivos a serem alcançados pelo ser humano, pois não basta amadu-

recer. Tem-se que amadurecer para o seu próprio tempo, para sua própria era, acrescentando uma *pitada* de ousadia, pitada essa destinada à evolução do ser.

Sou discípulo inveterado dos grandes mestres com os quais a humanidade foi presenteadada. Todos eles servem para o nosso deleite de aprendizes, deleite este que possivelmente eles mesmos não puderam aproveitar, visto que seus *temperos* eram por demais ardidados para sua época.

É no espírito de homens como Sigmund Freud, Frederick Perls, Gregory Bateson, Milton Erickson, Virginia Satir, Salvador Minuchin, Paul Watzlawick, e mais uma lista extensa de mulheres e homens revolucionários, que me inspiro.

Jamais o valor de uma verbalização será o mesmo depois de Freud. Aliás, a psicologia e as ciências humanas jamais poderão pagar os tributos a que este homem teve e tem direito ao se considerar as fantásticas descobertas que fez sobre si mesmo e sobre o ser humano de um modo geral.

Quem poderia imaginar a dimensão da complexidade escondida por detrás de uma só frase - aparentemente simples e inocente - de Perls: "... eu defino que o processo de maturação é a transferência do apoio ambiental para o auto-apoio ...".

É exatamente por conhecer boa parte dessa complexidade que reitero ao leitor que este livro não é de auto-ajuda, pois acredito que isto é bem diferente de auto-apoio. Nem sempre as pessoas sabem realmente o que é melhor para elas, e muitas vezes não podem nem mesmo ser exigidas quanto a isso.

Encerro esta questão com mais uma frase de Perls: "Existem *muitas* coisas que uma pessoa pode fazer consigo mesma: ela pode fazer sua própria terapia; mas, quando se chega às partes difíceis, especialmente o impasse, a pessoa tem medo, entra num redemoinho, num carrossel, e não quer ultrapassar a dor do impasse."

Talvez você possa utilizar este livro como fonte de ajuda, sim. Pelo menos poderá servir-lhe – se este for o caso – para buscar uma ajuda responsável e íntegra a fim de solucionar impasses e conflitos a que o simples fato de viver em sociedade expõe cada um de nós.

Viver em sociedade é uma arte e uma ciência. Por um lado ela o protege e garante sua integridade, mas por outro ela o limita e o faz submeter-se a exigências muitas vezes incompatíveis e paradoxais.

Se há algo que não se pode esperar das obrigações sociais exigidas de um cidadão, é a coerência. A própria estrutura da sociedade é incoerente. Mas isto não desmerece sua utilidade e sua necessidade absolutas.

Marcelo P. de Paula

Junho de 1999

# Índice

## Parte I

Capítulo 1 - Introdução	14
Capítulo 2 - Mira Psicológica nas Relações Pessoais	16
Capítulo 3 - Mira Psicológica nas Relações Sociais	24

## Parte II

Capítulo 4 - Condições para Convivência em Sociedade	28
Capítulo 5 - Elaboração das Perdas	46
Capítulo 6 - Desintoxicação dos Relacionamentos	54
Capítulo 7 - Elaboração das Conquistas	58
Capítulo 8 - Escolhidos <i>versus</i> Excluídos	66

## Parte III

Capítulo 9 - Endereço Social	72
Capítulo 10 - Os norte-americanos como referência	80
Capítulo 11 - Sociedade <i>versus</i> Marginalidade	90
Capítulo 12 - Punição <i>versus</i> Correção	92

## Parte IV

Capítulo 13 - A Família	108
Capítulo 14 - Conflitos Sociais	120
Capítulo 15 - Escolhas da Vida Adulta do Homem	130
Capítulo 16 - Escolhas da Vida Adulta da Mulher	134
Capítulo 17 - Responsabilidade <i>versus</i> Prazer	142
Capítulo 18 - Realização <i>versus</i> Compensação	152
Capítulo 19 - Ecologia Mental	158

## Capítulo 1

### INTRODUÇÃO

Uma das palavras mais ouvidas quando nos tornamos adultos é “maturidade”. É como se chegássemos a um momento da vida em que já teríamos todas as respostas e estaríamos aptos a exercer nossas habilidades e cumprir nossos deveres. Nos reinos animal e vegetal, amadurecer significa estar pronto para exercer sua função. Mas com o ser humano é diferente. Maturidade não tem relação estrita com idade cronológica. Amadurecer é crescer, é ter consciência de si mesmo e elaborar um relacionamento equilibrado com os outros e consigo mesmo. Infelizmente, esse ideal parece estar cada vez mais distante para a maioria das pessoas. Mas o que impede um indivíduo de amadurecer? A causa mais apontada pela psicologia é a “neurose”.

Alguns autores classificam “neurose” como um distúrbio de desenvolvimento. Antigamente, as neuroses eram tratadas pela medicina, hoje ela está sendo transferida para o campo educacional. A neurose não é um problema no indivíduo; ela é um problema do indivíduo causada pela postura que assume perante os fatores externos, além dos fatores internos. Uma situação que gera um determinado conflito num indivíduo, poderá gerar um conflito diferente em outro indivíduo. Isso vai depender de vários fatores como: educação familiar, seus valores, seu temperamento, sua natureza, seu estilo, etc.

Se já sabemos que os conflitos e as neuroses são os principais fatores que impedem o nosso amadurecimento, o

primeiro passo seria tentar descobrir o que causa esses conflitos. Para isso nós precisamos passar por um processo de auto-conhecimento.

O ser humano é um ser social, não é um organismo isolado. Então para se auto-conhecer, será necessário conhecer e tentar entender o meio em que vive.

Nós vivemos num planeta, a Terra, num continente deste planeta, no nosso caso, a América do Sul, num país, num Estado deste país, numa cidade deste Estado, num determinado bairro e por fim, numa rua deste bairro e mais precisamente numa casa desta rua. Essa é uma visão rápida do seu endereço físico, ou seja, o espaço que você ocupa.

Dentro desse endereço entram vários fatores que influenciam a sua maneira de ser. O idioma que você fala, seus hábitos alimentares, certos costumes, enfim, todo um contexto sócio-cultural. Nesse espaço em que você vive existe uma organização estruturada que se chama sociedade.

A definição mais simples de sociedade é: “uma associação de várias pessoas submetidas a um regulamento comum”. Essa definição nos dá uma idéia de igualdade para todos os indivíduos dessa sociedade, mas na verdade existe apenas a igualdade entre direitos e deveres. Essa sociedade é dividida em classes, conforme a atuação do indivíduo e mesmo do seu poder aquisitivo. Toda sociedade é constituída por regras. São regras morais, éticas, valores, dogmas, etc. Ou seja, tudo aquilo com que o indivíduo deve concordar e que deve respeitar. Respeitar essas regras constitui os seus deveres e respeitando-as, ele adquire direitos. Nós temos um conjunto de direitos e deveres e uma sociedade só será equilibrada na medida em que os indivíduos cumprirem os seus deveres e tiverem os seus direitos respeitados, criando um conceito de civilidade. Essa classe de indivíduos que respeita e concorda com as regras sociais forma a “sociedade”.

## Capítulo 2

### **MIRA PSICOLÓGICA NAS RELAÇÕES PESSOAIS**

Mira psicológica é o nome técnico para um processo psicológico que não tem muita definição, mas explica um fenômeno. Explica como é que uma pessoa escolhe alguém para se relacionar, entre milhares de pessoas. Essa escolha, mesmo que pareça ser efetivada por coincidência ou por acaso, é uma escolha, ainda que não se tenha consciência disso. Os critérios da escolha seguem a própria natureza e o estilo pessoal de cada um.

Essa escolha pode ser no sentido de ir “ao encontro de”, ou seja, de ter a mesma tendência, semelhantes que se buscam. Ou no sentido de ir “de encontro a”, ou seja, o oposto que se atrai. A pessoa pode procurar alguém que tenha as mesmas aspirações, alguém que caminhe lado a lado com ela. Ou alguém que tenha aspirações que vão de encontro e se chocam com as que ela tem.

Essas duas possibilidades estarão determinando os tipos de relacionamento. Para explicar esses dois tipos de relacionamento, vou lançar mão de duas crenças populares ou dois ditados populares, que já caíram no domínio público. Os fenômenos “alma gêmea” e “cara metade”.

Os dois conceitos são antagônicos. Um diz que são semelhantes ou quase iguais que dão certo, que é o caso da alma gêmea. O outro diz que os opostos se atraem e tendem a ficar juntos, que é o conceito de cara metade. Existe um antagonismo nessas duas possibilidades e elas retratam exatamente a forma como uma pessoa, consciente ou



inconscientemente, seleciona o seu par, como um homem escolhe sua mulher ou a mulher escolhe um homem. Às vezes o fenômeno é recíproco, ou seja, a mulher é escolhida pelo homem que ela escolhe, o que reforça ainda mais o processo. Quando isso não acontece, tem que haver a conquista. Um que se interessa pelo outro e tenta conquistá-lo para ter um relacionamento com ele.

Quanto à forma de se relacionar dentro dessas duas modalidades ou possibilidades, diferem muito. Diferem em objetivo, em estrutura e na forma de reagir aos conflitos que são próprios da natureza humana e dessa interação social.

O relacionamento tipo alma gêmea, que caminha ao encontro das mesmas metas e objetivos, forma um contrato de parceria.: “Eu o ajudo e você me ajuda, porque nós temos objetivos em comum. Queremos caminhar juntos, chegar aos mesmos lugares e obter mais ou menos as mesmas coisas”. Segundo a classificação de Bateson\*, esse é um relacionamento de cismogênese simétrica. Mas nesse relacionamento também há conflitos que podem ser periódicos, sazonais ou por outros motivos que podem vir a gerar um algum tipo de desavença. O fato de ser alma gêmea, não impede a existência de diferenças sobre certas coisas, diferenças de opinião, por exemplo. Têm muita semelhança, mas não são iguais. Esse relacionamento terá conflitos simétricos também. Da mesma forma que caminham juntos, vão na mesma direção e ao encontro dos mesmos objetivos, quando eles discutem, também são de igual para igual. Se um grita, o outro grita também. Todo mundo fica sabendo quando esses casais estão em conflito, porque não há nenhuma tentativa de esconder ou camuflar o conflito. Ele é direto e objetivo; os dois estarão cada um defendendo o seu ponto-de-vista, simetricamente nivelados.

Segundo a classificação de Bateson, o relacionamento do tipo cara metade é uma relação complementar. São

dois opostos e a sistemática interna da relação é diferente. Um indivíduo imagina que não tem uma habilidade ou qualidade específica, então vai procurar alguém que tenha, para se completar. Em troca desse complemento, vai estar dando à outra pessoa o que supostamente ela não tem e ele possa dar. Na verdade, o que ocorre, é o relacionamento em que as pessoas não conseguem dar a si mesmos o que conseguem dar aos outros. Eles fazem uma troca. Eu faço por você uma determinada coisa, e isso me dá o direito de exigir que você faça outras por mim.

O problema nesse tipo de relacionamento é que os dois nunca podem estar bem ao mesmo tempo. Se um está bem, pela própria natureza do relacionamento, o outro tem que estar mal, ou por baixo ou numa situação menos privilegiada. Como essa relação é complementar, ou seja, eu tenho o que você não tem, sempre vai existir um acima e outro abaixo. Um privilegiado e um marginalizado. Quem estiver se sentindo melhor, vai ser o que tem mais poder. É um relacionamento mantido pela crítica e pela bajulação. Quem está acima, vai criticar quem está abaixo, para esse permanecer onde está. Mas como a crítica é muito feroz, a pessoa criticada vai ter o seu ego diminuído, e pode começar a criticar o outro. Criticando quem está acima, com o passar do tempo, aquele que estava no poder, com o ego inflado, vai começar a murchar. Proporcionalmente ao que ela murcha, o outro infla. Então há uma troca de posição. Vai sempre oscilar, porque os dois não podem estar bem ao mesmo tempo. Quem está por cima, quer permanecer, e quem está por baixo quer subir, e só pode subir, diminuindo o valor do outro que está acima.

Esses relacionamentos podem durar muito, por causa da dependência. Um não sobrevive sem o outro. O lema é: “nós nos aturamos”. Outro problema nesse tipo de relação é o fato de terem filhos não planejados. Eles vão ter filhos com a função de criar uma responsabilidade e falar

que a separação é inviável por causa dos filhos. Na verdade, os filhos vêm com uma responsabilidade a mais para manter essa relação por mais tempo. Quando os filhos crescem e se tornam independentes, normalmente há a separação. É muito freqüente uma separação depois que os filhos já estão formados e casados.

Nesse momento da relação só sobraram os dois e a intensidade das mágoas está tão grande, que eles não conseguem nem conviver. É comum eles nem se chamarem mais pelo nome. A mulher se refere ao marido como “aquele homem” ou “aquela mulher” ou “o seu pai”. O marido se refere à esposa como “a sua mãe”. Tamanha é a dificuldade do relacionamento, que eles nem citam os nomes um do outro.

Esses relacionamentos podem estar quase sempre em ciclos, mas também existem os que ficam estáticos. Quem fica por cima, está sempre por cima e o outro sempre por baixo, quando o que está por baixo é mais fraco e nunca reage para mudar a posição do jogo. Ele começa a acreditar nas críticas e passa a concordar com o que o outro que está no poder diz a seu respeito. Concordando, perde até a condição de se reestruturar e dizer que ela não é aquilo que o outro está dizendo. Geralmente nesses casos, o que mantém um deles no poder é a capacidade financeira. A tendência de sempre mandar nesses casos, normalmente é do homem. E ele faz questão que a mulher fique em casa, porque se ela trabalhar e ganhar igual a ele ou até mais, ele estará perdendo o poder. O incômodo é a perda do poder financeiro. Quando isso ocorre há muita arrogância de um lado e muita humilhação e passividade do outro. É comum nesse caso, a mulher lançar mão da religião para justificar a sua passividade. A religião diz que ela tem que ser submissa, ela tem que aceitar, porque a aceitação é um ato de humildade.

Uma pessoa arrogante, que critica e humilha as pes-

soas, vai estar sempre com alguém que acha que ele tem que passar por isso, porque faz parte do papel dele. Normalmente isso incorre na mulher que ainda desempenha o papel feminino antigo na relação. A esposa tem que respeitar o marido.

Essa troca é muito desgastante, mas quando percebemos esse ciclo de um acima e um abaixo, vamos ver que eles formam um casal, um sistema de união que produz resultados. O problema é que o custo desses resultados, para as pessoas que integram esse sistema é muito grande. Com o passar do tempo, essas pessoas vão estar se perguntando se vale a pena se submeter a uma relação assim, para obter aqueles resultados.

Mesmo com o passar do tempo e com o amadurecimento, essas oscilações podem diminuir, mas vai sempre ficar a mágoa e o ressentimento dos períodos que esteve abaixo e foi criticado, e essa mágoa impede o equilíbrio do relacionamento.

Haverá quase sempre uma disputa de quem é o melhor. Uma verdadeira disputa de poder. Se um reconhecer que o outro fez uma coisa boa, é como se ele estivesse em desvantagem, estivesse atribuindo poder ao outro. Se o outro faz algo bem feito, ele ainda vai estar colocando defeitos. Se ele estiver muito por baixo, então vai bajular. Esse esquema não é produtivo.

Nesse relacionamento complementar, as pessoas vão sempre achar que estão doando mais do que recebendo. Sempre o outro está sendo injusto, e não faz por ele o bastante. E por isso, criam o ciclo do “eu o critico para baixar a sua bola”, ou “eu o bajulo para inflar o seu ego”. Quando um critica muito, o outro fica muito por baixo, então entra a culpa. Se o outro está angustiado com as críticas, só lhe resta a culpa. Movido por essa culpa, ele vai tentar levantar o outro, não apenas com o elogio, mas com a bajulação. (figura 1)

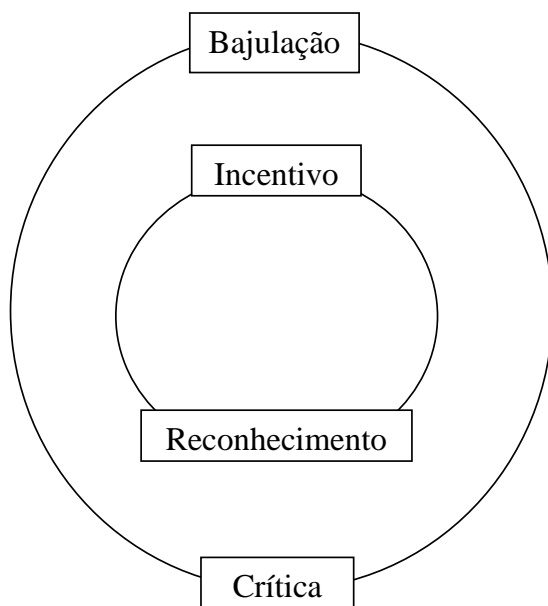


Figura 1

O elogio será insuficiente, porque o outro pode desqualificá-lo, então só resta a bajulação. Assim como a crítica faz a pessoa acreditar numa coisa que ela não é, a bajulação a faz acreditar numa coisa que não é ainda.

A crítica diz respeito a uma falha, a um defeito, enquanto a bajulação diz respeito a uma qualidade de forma ampliada e enganosa. Para ela ser útil, teria que ser desmembrada em duas partes por quem a recebe. Deve-se concordar com uma parte que é a verdadeira, e separar a outra, que é o excesso, mas pode vir a ser. Se alguém lhe diz: “você é o melhor professor desta escola”. Você pode ser um bom professor, mas vir a ser o melhor, você pode fazer isso com o tempo, no futuro. Separar o aspecto verdadeiro, do aspecto projetivo da bajulação, recupera a boa intenção e utilidade como elogio.

Para tornar este relacionamento mais sadio, se faz

necessário mudar o sistema “crítica-bajulação” para o sistema “reconhecimento-incentivo”, essa mudança seria uma das formas de resgatar o respeito mútuo.

Para essa relação passar a ser de parceria, ao invés de ser mantida pelas cobranças recíprocas, tem que haver uma elaboração de perda do casamento. Porque o casamento não foi e não está sendo o que eles pensavam que poderia ser. É um relacionamento com muitas projeções do como gostariam que fosse. Essas pessoas vão sempre estar dizendo: “Ah, se eu soubesse que fulano(a) era assim, eu não teria me casado com ele”. São pessoas que vão estar sempre se queixando muito. Estão sempre comparando o que elas imaginaram que poderia ser, com a realidade do casamento. O respeito mútuo é a condição para transformar essa relação desgastante numa relação saudável.

Na relação tipo alma gêmea, por causa da semelhança, pelo fato de não haver a luta pelo poder, porque existe o reconhecimento e o incentivo, ou seja, o que um produz é refletido no conjunto, então há uma parceria. Esse relacionamento tem mais chance de sucesso. Vai ser mais equilibrado, mais tranquilo, porque existe o respeito e a igualdade de poder. É uma parceria, ninguém está julgando a participação do outro e se sentindo mais importante ou com mais poder que o outro.

O que acontece num relacionamento do tipo alma gêmea, é o encontro dos mesmos objetivos. Elas podem dividir os méritos. Reconhecer o próprio mérito e reconhecer o mérito do outro. Esse reconhecimento, automaticamente, incentiva a pessoa a produzir mais e ser bem-sucedida em prol da parceria.



## Capítulo 3

### **MIRA PSICOLÓGICA NAS RELAÇÕES SOCIAIS**

A mira psicológica nas relações sociais é uma explicação de como as pessoas, baseadas em seus valores pessoais, convicções, na verdade, no que elas acreditam que seja certo e adequado, e também correspondentemente à sua faixa etária, estarão selecionando de uma multidão de pessoas, algumas com quem terão afinidade. Muitas vezes, a pessoa usa essa mira psicológica para em primeiro lugar selecionar um grupo com o qual tenha afinidade. Uma vez selecionado o grupo – já que nós não podemos pressupor coesão completa e absoluta dentro de um grupo social – essa pessoa vai selecionar integrantes desse grupo para manter relações mais próximas.

Dentro dessa mira psicológica, ela vai preferir, sempre selecionando por afinidade ou para excluir da sua convivência, aquilo que não condiz com o que acredita ou o que valoriza. Essa é uma explicação do porquê ao longo da vida, as pessoas vão mudando a natureza, a característica e a forma de se relacionar, por exemplo, com as amigas. É comum uma amizade durar apenas uma faixa etária. Amigos de infância, amigos da adolescência e amigos da fase adulta.

E com a faixa etária também nós temos, ou pelo menos esperamos ter um aumento de maturidade. Essa maturidade também vai estar influenciando diretamente nos componentes da mira psicológica, situando essa pessoa no meio social. A mira psicológica, inclusive apoiada na histó-



ria das experiências de toda a vida da pessoa, estará induzindo ou predispondo até uma escolha profissional, em que atividade profissional ela pretende se formar.

Estará determinando até qual curso superior essa pessoa vai fazer, ou a que grupo de profissionais pretende pertencer. Uma vez que essa mira tenha atuado na profissão, também cabe a ela selecionar em que ambiente de trabalho essa pessoa se colocaria, qual seria a sua preferência.

Pode também produzir fenômenos interessantes. Uma pessoa poderia gostar muito de trabalhar num local harmônico, mas acaba encontrando um lugar muito confuso, talvez na intenção de que ela transforme essa confusão em algo mais harmonizado. São pessoas que vão estar tentando melhorar o seu ambiente de trabalho, e podem até se frustrar com isso, porque não depende única e exclusivamente dela.

A mira psicológica, muitas vezes coloca as pessoas que têm uma natureza de harmonia em situações extremamente difíceis. Pessoas “equilibradas” que estariam procurando e encontrando ambientes totalmente desarmonizados. Ambientes inóspitos dentro da natureza e perfil dessa pessoa. Talvez essa seja uma necessidade dela. É muito boa, muito harmonizada, e precisa encontrar um meio que seja complementar a ela. Um meio que seja o seu oposto, para encontrar o seu equilíbrio verdadeiro. Ou então, ela é desarmonizada, desequilibrada, mas pendendo para um pólo extremo. Há uma tendência dessa pessoa buscar lugares harmonizados, para que esses ambientes possam influenciá-la. A questão é se esses lugares são harmonizados e estruturados o bastante para fazer com que ela mude. Se não for, ela é que mudará todo o ambiente. Não poderia ser realmente equilibrado, porque um ambiente equilibrado não tem como mira psicológica alguém desestruturado.

Mira psicológica é a definição de um fenômeno psíquico, que faz com que as pessoas sejam atraídas ou bus-

quem situações, sendo atraídas para pessoas e ambientes, como verdadeiros imãs humanos. Vão estar buscando ou o que é semelhante, ou o que é oposto. Eu definiria mira psicológica como sendo a soma global da inter-relação da natureza, estilo, perfil, característica, caráter, personalidade, temperamento, valores, convicções e qual a missão que a pessoa considera ter perante a sociedade. Qual a sua visão de mundo. Seria a soma disso tudo.

É muito difícil encontrar a definição de mira psicológica nos livros de psicologia, porque a combinação em porcentagem e em proporção de cada um desses elementos citados é tão infinita que não dá para se criar padrões. É fácil descrever o fenômeno, mas difícil classificá-lo em grupo.



## Capítulo 4

### CONDIÇÕES PARA CONVIVÊNCIA EM SOCIEDADE

Para o indivíduo viver em sociedade, ele tem que ter uma inteligência sentimental. Essa inteligência é a capacidade do indivíduo usar a lógica e a emoção. A emoção é marcada pela situação, o pensamento é a dedução lógica do ocorrido e o sentimento é a conclusão da emoção e do pensamento. A soma da lógica e da emoção é que gera o sentimento. (figura 2)

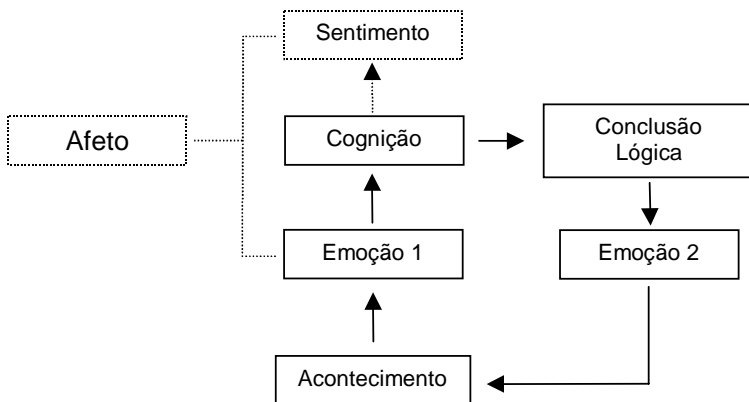


Figura 2

O indivíduo precisa do sentimento para perceber quando erra com os outros e quando os outros erram com ele. Ao longo do desenvolvimento, toda pessoa tem que desenvolver isso. Ela tem que aprender a se culpar, quando faz mal a alguém e a se angustiar quando alguém lhe fizer mal. Se ele não tem essa inteligência sentimental, ele poderá usar a manipulação, fazer-se de prejudicado para obter vantagens ou prejudicar os outros.

A inteligência sentimental é que dá ao indivíduo a percepção de “eu” - no - mundo e o mundo - e - “eu”. Se alguém no mundo, ou o próprio mundo faz alguma coisa contra mim, eu tenho que sentir angústia, mas se faço alguma coisa contra alguém, tenho que sentir culpa.

O sentimento é uma avaliação e a conclusão ampla de algum resultado. Se o indivíduo não desenvolve essa inteligência sentimental de perceber que faz alguma coisa errada de acordo com as regras, ele não terá nenhum referencial e conseqüentemente não terá condições de viver em sociedade. Por exemplo, se alguém toma o seu relógio e faz isso como uma coisa natural, sem sentir nenhuma culpa, não está apto a viver em sociedade, porque não consegue respeitar as regras. Ele não concebe a idéia que alguém também poderia tirar o relógio dele. Se alguém fizer isso, ele vai agredir o outro, porque a lei dele é bem diferente da nossa.

Algumas pessoas constituem instrumentos cognitivos para substituir a forma natural dos sentimentos. Normalmente são pessoas que desejam manter sob controle a abrangência e a repercussão de suas atitudes e decisões. Sobrecarregam o uso do pensamento estendendo o espectro de ação da lógica. Com tendência a fazer escolhas e análises atendendo a certas conveniências.

A condição básica para se viver em sociedade, seria a pessoa conseguir referenciais de suas experiências dentro de um cronograma de tempo, contendo as experiências pe-

las quais ela já passou, está passando e as experiências que irá passar.

Uma pessoa consegue estruturar as suas experiências em relação ao tempo, de acordo com a emoção que agrega a essas experiências. Em relação ao passado, ou seja, experiências de perdas do passado, estão vinculadas à depressão. Em relação ao futuro, experiências que podem vir a acontecer ou não, estão associadas à ansiedade. O presente sempre se apresenta de uma forma avaliativa. Uma avaliação do que foi e uma avaliação do que pode vir a ser. E a emoção que produz essa avaliação, ou é a culpa ou é a angústia. No caso de perdas e prejuízos: a culpa ou a angústia. No caso de ganhos e conquistas: o orgulho ou a gratidão.

Nós temos dois tipos de culpa. A culpa pelo que eu fiz e a culpa pelo que eu não fiz, mas acho que deveria ter feito. Eu fiz e concluo que não deveria ter feito. É a culpa pela ação. Eu não fiz, mas acho que deveria ter feito. É a culpa pela omissão. Quanto à angústia, também temos de duas formas. Uma angústia desafiadora, que vai contra alguém que esteja tomando alguma coisa e vai em defesa do que considera como seu direito, exigindo. É a angústia fortalecida e arrogante. Ou aquela angústia em que o indivíduo se sente vitimado, porque alguém teria lhe tomado alguma coisa. Aquele que se sente sempre como vítima. Essa é a angústia fragilizadora.

A depressão é um processo vinculado às perdas. Perdas essas, que podem estar impedidas de ser elaboradas por uma culpa excessiva ou por uma angústia excessiva. O que impede uma elaboração de perda, é essa desproporção entre o quanto eu me responsabilizo, através do sentimento de culpa, e o quanto eu isento a minha responsabilidade, através da angústia, em relação aos motivos da perda.

Por natureza, a depressão e a ansiedade são opostas. A depressão é referência em relação ao passado, enquanto a

ansiedade é referência em relação ao futuro. Assim como a culpa também é o oposto da angústia. A culpa se responsabiliza em excesso, já a angústia, se isenta de responsabilidade em excesso.

Essas quatro emoções : depressão, ansiedade, culpa e angústia são mesmo a condição básica para se viver em sociedade. Embora elas sejam vinculadas ao tempo, o sentir a emoção é sempre no momento atual, ou seja, no presente. Eu sinto depressão agora, relacionada ao que eu perdi no passado, mesmo que esse passado tenha sido ontem. Eu sinto culpa ou angústia agora, sobre o que eu não me responsabilizo ou estou sendo vítima. A ansiedade também eu sinto agora, sobre o que pode vir, a expectativa sobre o que pode me acontecer. O que vier de bom, gera excitação e o que vier de ruim, gera apreensão.

As emoções não diferenciam uma imaginação, uma fantasia pessoal de uma realidade. Se nós conseguíssemos separar realidade concreta de realidade imaginada ou criada, não sentiríamos ansiedade. Ela está ligada e diz respeito ao que pode ou não vir a se tornar realidade. E ainda assim nós a sentimos, com todo o seu desconforto e é sobre alguma coisa imaginada, que pode ou não se tornar real. Não cabe às emoções separar realidade de fantasia. Separar realidade concreta e objetiva de realidade subjetiva, que são os nossos pensamentos. Esse é o papel do raciocínio lógico.

As emoções se manifestam sempre que consideram que possa haver uma condição natural para se manifestar. O que determina se elas vão se manifestar ou não e com que intensidade, é o quanto os nossos pensamentos concordam com elas ou não. Eu poderia ter medo de atravessar uma rua, mas se a minha lógica diz que se eu atravessar nas condições adequadas, esperando o momento certo, eu não corro risco, então o medo não se justifica.

As emoções surgem simplesmente, mas a cognição, ou a lógica, vai avaliar se é procedente ou não. Concordar

com essa emoção, endossando-a e reforçando-a, ou negá-la e até desqualificá-la, considerando-a incompatível com a situação.

As pessoas que usam muito o raciocínio lógico, vão estar sempre sentindo emoções, mas vão sempre desqualificá-las, porque o excesso do uso do raciocínio lógico, tende a fazê-las concluir que as emoções não são procedentes.

As pessoas confundem muito a função da emoção com o desconforto que ela produz. Esse tipo de postura produz um certo preconceito contra as emoções. São duas coisas absolutamente diferentes.

A capacidade de uma pessoa estruturar as experiências diz respeito ao tempo que isso aconteceu, está acontecendo ou está por acontecer. De acordo com essa experiência de tempo, presente, passado ou futuro, a pessoa seleciona um grupo de emoções que ela pode sentir. Por exemplo, ninguém vai sentir medo do passado. Então o medo é uma emoção que interage entre o presente e o futuro. A insegurança e a incerteza, estão relacionadas com a ansiedade, portanto em relação ao futuro, ao que está por vir. Já a raiva é uma emoção mista, que pode ser projetada, mas diz respeito mais a acontecimentos do passado. A pessoa sente raiva de alguma coisa que aconteceu ou que fizeram com ela.

As emoções são vinculadas a esse referencial de tempo. Existem emoções representantes do próprio referencial, como é o caso da depressão, que representa o passado. O que eu tinha e perdi, logo eu só posso ter perdido no passado. Se eu tiver uma perda eminente, ou seja, uma perda que poderá surgir, a ansiedade é que vai atuar. A depressão só entra em cena, quando a perda é efetivada. Se a perda é de algo que não existia “concretamente”, no lugar da depressão, entra o sentimento de perda.

A depressão tem uma função importantíssima. Ela é



desconfortável, mas se você tentar fugir desse desconforto, se conseguir, também foge e impede a própria utilidade dela ao se manifestar. As emoções são desconfortáveis, na medida em que as pessoas tentam negá-las. Quanto mais eu tento fugir do sentimento que me diz que eu perdi alguma coisa e quanto mais eu tento negar essa perda, mais intensa ela ficará para chamar a minha atenção. Quanto mais eu fujo, mais intensa ela fica. É como se eu estivesse me afastando de uma pessoa, e quanto mais eu me afasto, mais ela tem que gritar para fazer-se ouvida por mim.

Eu não consigo imaginar um mundo sem depressão. O mundo sem a depressão seria o próprio caos. Qual é a função da depressão? É me dizer que perdi alguma coisa importante que eu tinha e não tenho mais. Ela vai ser intensa, na medida em que esse objeto de valor, ou de amor, era importante para mim. Para algo importante, uma depressão intensa. Algo sem importância, praticamente depressão nenhuma. A intensidade da depressão é um parâmetro para determinar o quanto era importante para mim o que eu perdi. O problema é que as pessoas nem sempre estão dispostas a admitir a perda.

Se eu não admito, a depressão tem que ser mais intensa e mais constante. Considero inadmissível um mundo sem depressão, porque se eu perco algo importante e não sofro com a perda, não faz diferença nenhuma perder, então chegamos a uma conclusão simples: se não é importante perder, também não tem importância obter e conquistar.

Se quando eu perco, não me faz diferença, então o que vai me motivar a alcançar? As pessoas geralmente não param para pensar que o valor da conquista é proporcional à intensidade da tristeza da perda. Ou seja, o quanto eu me orgulho e me sinto feliz em alcançar, é na mesma medida em que eu me sentiria triste se perdesse. Nesse aspecto, a depressão tem parâmetros com a ansiedade. A euforia e a excitação de alcançar alguma coisa, produzida pela ansie-

dade, vai me dar um grande reconhecimento por ter conseguido. Que ótimo que eu consegui. Muita alegria por ter conseguido. Então, quando eu perder, muita tristeza por ter perdido. Poderia ser mais óbvio?

A ansiedade muitas vezes é motivada pelas insatisfações. Foi a própria insatisfação que tirou o homem das cavernas. Se ficar naquele lugar horrível, frio e úmido, sem iluminação fosse bom, nós estaríamos lá até hoje. A insatisfação motiva as pessoas à iniciativa. A ansiedade é para isso. Ela mobiliza as pessoas em função de alcançar alguma coisa. Mobilizou o homem das cavernas, em função de encontrar uma moradia melhor. A insatisfação do homem, motivada pela ansiedade é responsável pelos arranha-céus, pela tecnologia, etc. A insatisfação é um ponto positivo para a ansiedade.

Quando as pessoas estão satisfeitas, não procuram mudanças. Tudo aquilo que satisfaz, vai continuar do mesmo jeito. A insatisfação é uma condição para você rever alguma coisa para melhorar. Melhorar o que não satisfaz no todo ou em algum aspecto. Quando você está satisfeito não há mudança. As pessoas acham que melhoram alguma coisa estando satisfeitas. Podem ter a impressão da satisfação por causa do todo, mas naquilo que estão melhorando existe insatisfação. Mesmo num grau pequeno, e direcionado a algum aspecto. Só a insatisfação é capaz de gerar o desconforto necessário para se procurar uma mudança, mesmo que esse desconforto seja mínimo.

De alguma forma, a insatisfação tem um papel muito importante na melhoria e continuidade do desenvolvimento da pessoa. A insatisfação também pode ter níveis. As pessoas podem pensar que quanto mais insatisfeitas estiverem, mais resultados vão obter, mas isso é um erro. Se a insatisfação chegar acima de um certo nível, já começa a ser um instrumento contra o insatisfeito. Ao invés de possibilitar melhora, o desenvolvimento e o aperfeiçoamento de

alguma coisa, ela vai impedir que a pessoa faça, tornando-se mais insatisfeita, porque não está obtendo o resultado como se estivesse fazendo. A ansiedade cresce até um certo nível e se a insatisfação aumentar um pouco mais, no lugar da ansiedade já vem uma angústia predominante.

A ansiedade faz você buscar alguma coisa, mas se você fica insatisfeito demais, vai querer essa mudança muito rapidamente. Quando o tempo não é suficiente para essa mudança ocorrer, então você fica ansioso demais e o processo começa a ficar estressante. Você quer uma mudança, mas no tempo que quer ou que é preciso, não é possível.

Se a insatisfação crescer muito rapidamente, a tendência é de não passar por todos os níveis e queimar etapas. Se o que o insatisfaz está muito longe da sua realidade, a insatisfação pode chegar a um ponto tão alto, sem você nem ao menos tentar, ou planejar alcançar. A sua realidade está tão distante do seu objetivo, que você nem planeja mais.

Se formos quantificar a insatisfação em termos de percentual, e pegarmos de zero a cem por cento de insatisfação, nós podemos dividir em quatro faixas. De acordo com a faixa de porcentagem, estaria predominando algum sentimento ou emoção.

Na primeira faixa, que seria de zero a vinte e cinco por cento, é uma insatisfação sempre benéfica. Pela própria natureza da intensidade baixa, vai ser benéfica, mas vai produzir um resultado a longo prazo. Com a insatisfação baixa, você vai ter mais tempo para planejar. O que você quer melhorar ainda não está te incomodando tanto, então você pode se permitir, o que, aliás, é o mais adequado, planejar como é que você quer produzir uma melhora, para no lugar dessa insatisfação você colocar uma satisfação. No entanto, se a insatisfação está nessa faixa e você não se mobiliza para encontrar um plano ou uma solução, a insatisfação tende a aumentar. Aumentando e passando para a faixa seguinte.

A segunda faixa que seria de vinte e cinco a cinquenta

por cento, já começa a ter uma ansiedade. É uma ansiedade mista, que tenta solucionar o que está gerando a insatisfação, mas na verdade, agora ela tem um período mais curto para conseguir isso. Já começa a ser um incômodo e já está mudando a natureza da ansiedade.

Na terceira faixa, que seria de cinquenta a setenta e cinco por cento, a pessoa já está com pressa. Ela tem coisas a evitar, inclusive evitar perder mais tempo do que já perdeu. A ansiedade já está maior e a pessoa já começa ficar estressada.

Se a pessoa ainda assim não conseguiu trabalhar a questão que está lhe causando insatisfação, com um plano ou uma substituição por outra coisa melhor, ela vai se sentir frustrada. Mas ainda tem um chance de conseguir. Nesse nível, ainda é possível lidar com a ansiedade, embora ela seja frustrante nas metas a atingir. Nesse ponto já começa a surgir uma angústia, como se você tivesse feito a sua parte e as pessoas não tivessem feito a delas. Pode estar culpando a família, o trabalho, o plano de governo, etc., e exigindo deles uma maior “colaboração”.

É comum pessoas reclamarem do salário, mas na verdade, ela é que fez mais dívidas que o seu salário daria para pagar. Não é que ele tem que ganhar mais, tem que gastar menos ou comprometer menos o seu salário.

Nessa faixa, ocorre uma angústia irritadiça. A pessoa desistiu de conseguir com seus próprios méritos, mas não desistiu de obter dos outros.

Na quarta faixa que vai de setenta e cinco a cem por cento, já começa a inverter o processo da angústia, porque agora a pessoa já está fragilizada. Com essa fragilização, já começa a existir um afastamento social. Vai haver uma desistência de solucionar a insatisfação. A angústia já está tão grande, está tão difícil de lidar com ela, que a pessoa já está vencida. Essa insatisfação de quase cem por cento, ou seja, no ponto máximo, produz um estresse com uma caracterís-

tica diferente. É um estresse tendendo a um esgotamento. O maior ponto dessa insatisfação, há uma inversão da insatisfação por uma estafa. Eu diria que se uma pessoa chegar a cem por cento de insatisfação, ela vai ter uma estafa. O esgotamento é inevitável. A quantidade de pensamentos de cobrança que ela faz de si mesma, a atuação mental que tem é muito grande. A decepção é total e letárgica.

Até cinquenta por cento, a pessoa tem uma insatisfação a seu favor. Acima disso, a insatisfação já está contra ela.

As pessoas estão se queixando de depressão, estão se queixando de ansiedade, mas se esquecem que essas emoções estão respondendo à sua forma de agir em relação às circunstâncias e contextos de suas experiências.

As pessoas estão cada vez mais determinadas a alcançar objetivos e desejos em menos tempo. A ansiedade é o referencial sobre como é que a pessoa está em relação ao que ela quer obter. Se a pessoa determinar um prazo curto demais, a sua ansiedade tem obrigação de intensificar para lhe dizer: “olha, ou você muda o prazo, ou faz mais do que está fazendo, caso contrário, não vai alcançar o que se propõe”.

Uma ansiedade confortável é aquela em que a pessoa planeja algo em tempo hábil e faz tudo que é necessário até o momento de alcançar. Trabalha as condições, planeja com bom senso e equilíbrio, verificando a possibilidade e as probabilidades de alcançar o que está desejando. Se isso é feito, a ansiedade não incomoda, ela é útil e benéfica. Essa ansiedade vai dar excitação o suficiente para dizer que vale a pena conquistar o que se quer. A ansiedade de quem planejou com bom senso, se torna uma aliada e uma propulsora.

A ansiedade de quem não planejou é a de quem não sabe definir prioridades. Se não sabe o que quer, não pode alcançar, mas ao mesmo tempo está se pressionando em

produzir conquistas de vulto, significativas, sem determinar o que é. Ou se determina o que é, estipula um prazo inviável.

A culpa e a angústia avaliam quem errou em relação à perda. Se eu tenho um emprego e corro o risco de perdê-lo, a ansiedade vai atuar de maneira intensa, mas se eu perco, entra a depressão me dizendo que perdi. A culpa e a angústia é que vão me fazer avaliar qual foi a minha participação em erro e qual foi a participação das outras pessoas, em relação a essa perda. Se a culpa não está em equilíbrio com a angústia, ou seja, cinquenta por cento de culpa e cinquenta por cento de angústia, então não há elaboração de perda.

Com isso as emoções começam a se combinar. Se eu perco um emprego e me culpo por isso, pelo que eu fiz ou pelo que eu não fiz, pelas minhas ações ou pelas minhas omissões, tenho que associar duas emoções básicas: depressão por ter perdido e culpa por estar me responsabilizando pela perda. Há uma combinação de depressão e culpa. No entanto, se eu perdi o emprego e estou dizendo que perdi por causa da crise econômica que fez o meu patrão ter que dispensar funcionários, ou então porque o meu patrão não tem consideração comigo, então eu sou vítima de alguma coisa. Ou do meu patrão junto com o plano econômico, ou da situação difícil do país. Se eu perdi o emprego, entra a depressão. Estou sendo vítima, porque tiraram de mim o meu emprego, então eu vou ficar deprimido com uma angústia fragilizadora. Ou seja, eu sou a vítima. A própria caracterização da vítima é: “perdi, mas perdi porque me tiraram”. Eu me sinto vítima de alguém que me tirou algo que era importante para mim. Nesse caso, não há elaboração de perda, porque a pessoa apenas se angustiou, ela não se culpou de nada.

A ansiedade também pode existir de duas formas. Uma ansiedade extremamente estressante que é aquela que

tenta evitar que os erros sejam cometidos novamente. É a ansiedade unida a uma culpa. Eu sei que errei uma vez e vou fazer de tudo agora para não errar novamente. Essa ansiedade que tenta evitar que as coisas aconteçam de uma forma inadequada, é estressante, porque o que você tem que evitar que aconteça, cada vez mais aumenta com o passar do tempo. Quanto mais erros você cometeu, mais erros você teria que evitar. Além de ser extremamente estressante, é também antiprodutiva. Ela é a ansiedade para o “não fazer uma coisa”, ao invés de ser “para fazer alguma coisa”, dando origem a pessoas pessimistas e aos sistemas preventivos ineficazes.

Mentalmente o “não” é desprovido de função. Se eu disser para alguém: “não pense num elefante. Não pense que em cima do elefante tem um macaquinho e não pense que ele está abanando um bonezinho vermelho”, essa é uma estratégia puramente lingüística, porque mentalmente ela não funciona. Ao pedir para a pessoa não pensar, com certeza ela pensou e tão nitidamente que é provável que tenha imaginado até um circo para complementar a cena. Se a pessoa caminha com a ansiedade junto com a culpa, quanto mais ela quer evitar alguma coisa, mais risco ela tem de cometer essa mesma coisa. Ela é estressante, porque a pessoa tem que se vigiar a todo momento. Ao invés de determinar o que quer obter, ela determina o que não quer que aconteça até chegar aquele momento. É a ansiedade associada a uma perda ou erro que ela não elaborou adequadamente, ou seja, ela sabe que errou, mas não corrigiu, porque se tivesse corrigido, poderia atuar naturalmente. Como não se corrigiu, tem que se preparar para evitar que isso ocorra novamente.

O outro tipo de ansiedade, é uma ansiedade extremamente benéfica, pois leva a pessoa a buscar alguma coisa. Ela vai no sentido de alcançar algo, de obter um resultado. A ansiedade associada a uma angústia fortalecida é de-

terminada e arrojada por natureza. Para se alcançar alguma coisa, tem que haver determinação. O problema do excesso de angústia nesse caso é o “eu vou e alcanço e passo por cima de tudo e de quem for preciso”. Essa é a ansiedade associada à angústia fortalecida e arrogante. Ela rompe os obstáculos, devido à sua determinação. A ansiedade benéfica é a que busca, determina um resultado e parte em busca dele, mas sempre respeitando os seus limites e o dos outros.

Nós precisamos aprender cada vez mais a lidar com as nossas emoções, aprendemos a cada dia, para nos preparar buscando um futuro melhor. Nós sempre fazemos isso; desde que nascemos somos fruto do que já vivemos até agora e pelo que já vivemos, temos uma idéia do que poderíamos vir a ser.

Isso é feito pelas avaliações que a pessoa faz em relação ao que lhe acontece. A forma com a qual ela lida com as perdas tem um fator importante nesse processo. Na elaboração das perdas, é fundamental o equilíbrio entre a culpa e a angústia.

Culpa e angústia são processos intermediários e mediadores extremamente úteis entre ansiedade e depressão. Entre conquistar uma coisa importante, através da ansiedade e sentir depressão ao perder o que conquistou. Qual a avaliação sobre essa perda? Perdeu por quê? Qual a sua participação nessa perda? A culpa vai dizer à pessoa o que ela fez de errado. O que ela não fez e deveria ter feito, logo a sua omissão. De que forma as suas ações e omissões colaboraram para que ela perdesse. Também tem que se avaliar a participação das pessoas, da vida como um todo e dos fenômenos da natureza. Que parte eles têm também de culpa em relação a essa perda. A angústia vai estar dizendo sobre a parte que a pessoa não tem culpa. Onde não tem culpa, tem angústia.

A culpa estará dizendo quais são as responsabilidades da pessoa, logo não cabe angústia naquela parte. A culpa



e a angústia são emoções que de certa forma indicam o temperamento ou um traço da personalidade do indivíduo. Uns têm tendência a se culpar mais e outros a se angustiar mais. Quando eu me culpo, me responsabilizo pela minha parte e às vezes, até por uma parte que não é minha. A culpa é a emoção mais voltada para as pessoas que se cobram muito. Pessoas que se exigem muito, se exigem de resultados e se exigem de conquistas significativas.

Já com a angústia, ou seja, os angustiados são pessoas que se isentam de sua responsabilidade, e uma pessoa só pode se isentar de responsabilidade mediante uma justificativa. Quem justifica um acontecimento, não se responsabiliza por ele, e se não se responsabiliza, ela está dizendo que foi vítima. O outro foi o culpado. A justificativa é uma projeção da parte de culpa que ela teria, transferida para outras pessoas.

O angustiado pode culpar a vida, as pessoas que estão à sua volta, o governo, etc. Ele vai sempre projetar nos outros, na sociedade, na vida, etc., e vai estar dizendo que essas coisas estão acontecendo e nessas perdas, ele não teve participação nenhuma e ainda perguntam: “mas não é verdade?”. Ficam tentando conquistar nossa adesão aos seus pensamentos.

O grau de culpa e angústia é determinante na reação que a pessoa vai ter frente à depressão e à ansiedade. Cada um vai comportar-se de forma particular. Na verdade, cada um vai tentar, mas não vai conseguir elaborar as perdas. Ela vai apenas reagir de forma diferente.

Se eu vou me sentir mais angustiado ou mais culpado, é determinado pela minha postura perante as perdas. Se a minha postura é isentar a minha responsabilidade, ou seja, me angustiar com as perdas, essa é uma postura de quem não está assumindo responsabilidades. Eu vou estar dizendo que as coisas me foram tomadas. Como uma pessoa não pode ficar com isso o resto da vida, ela vai tentar fazer com

que esses acontecimentos não se repitam em sua vida. Essa atitude é um cruzamento de depressão, unida à uma angústia com a culpa e ansiedade, compondo uma polaridade. Como ela se isentou da responsabilidade, não aprendeu com o acontecimento. Se não aprendeu, tem que evitar que isso aconteça de novo, para se proteger. Eu programo que vou comprar um carro em quatro meses. Então eu determino que vou guardar uma certa quantia por mês. Passa o primeiro mês e eu não consigo guardar a quantia programada. Passa o segundo mês e de novo, eu não consigo, então agora é a diferença do mês passado e desse mês e estou dizendo que não consegui, justificando no mercado. Se eu não consegui juntar o dinheiro é porque o mercado não está bom. Não consegui por causa da política econômica do governo. Como eu não me responsabilizei, eu não posso saber onde ou no que eu estou falhando para que esses resultados sejam o que eu estou obtendo. Chega o terceiro mês e eu não consigo de novo. Quando vencer o período de quatro meses, eu vou me angustiar e dizer: “olha, eu era capaz de produzir, mas o governo não me deu mercado. Eu podia ter comprado o carro em quatro meses, mas o plano do governo ou a inflação me impediram de conseguir”. A cada mês, uma frustração e no final vem a decepção.

Essa é uma atitude típica do angustiado fragilizado. O angustiado é um indivíduo injusto com os outros e complacente consigo mesmo. Não deixaram ou não deram as condições para ele comprar o carro em quatro meses. Essa pessoa vai ter uma depressão, porque ele perdeu a oportunidade de ter um carro. Ele perdeu, porque os outros não fizeram a parte deles. O governo não fez a parte dele, as pessoas não compraram os serviços dele. Da próxima vez, quando ele se refizer dessa decepção, vai ficar ansioso e culpado, tentando evitar que os planos econômicos dessa vez não o impeçam de conseguir, mas vai cometer os mesmos erros de antes, porque ele não chegou a admiti-los, logo não

pode corrigi-los

Uma pessoa só aprende, quando se responsabiliza ou entende os motivos pelo qual não aconteceu o que desejava. A justificativa é um instrumento que impede as pessoas de aprender e amadurecer.

Na mesma situação, o culpado vai ter uma atitude completamente oposta. Ele vai planejar comprar um carro em quatro meses e vai acontecer a mesma coisa. No primeiro mês ele não consegue, no segundo e no terceiro também não. Vão se passar os quatro meses, ele também vai se decepcionar pela perda, mas sua postura será a de ficar lembrando-se do que poderia ter feito e não fez. Onde falhou? O que poderia ter feito melhor? Como ele está ciente do que poderia ter feito, ou feito melhor, está ciente do que fez de errado. Com a culpa, o indivíduo se torna injusto consigo mesmo, e complacente com os outros. A solução é o equilíbrio da culpa e da angústia.

Mas essa culpa deve ser equilibrada com a angústia, porque em qualquer situação existe responsabilidade de ambos os lados. Se houver esse equilíbrio, ele pode se corrigir e quando se corrige, se motiva e fica excitado com o aprendizado e parte determinado a alcançar. É a angústia fortalecida, na qual o indivíduo fica determinado a buscar o que quer. Esta é a ansiedade que busca, é a insatisfação benéfica.

Os indivíduos que se culpam, são os indivíduos que amadurecem. Quanto mais ele se culpa, mais ele aprende, porque está se responsabilizando, e aprendendo com os próprios erros. Mas essa culpa só é benéfica na proporção certa, porque os culpados têm a tendência de se tornar perfeccionistas, com maturidade e responsabilidades bem acima de suas idades cronológicas.

As pessoas não ficam necessariamente nos extremos de culpa e angústia, ou seja, só se sentem culpados, ou somente angustiados. Há contextos e situações específicas que

a pessoa tende a se culpar mais ou se angustiar mais. Vai depender de quem estiver envolvido. Em relação aos filhos, pode se sentir mais culpado. Em relação ao marido ou à esposa, pode se sentir mais angustiado. Depende da pessoa, da situação e do que está envolvido. Normalmente a pessoa vai ter uma tendência maior a um determinado padrão. Se na maioria das vezes, a pessoa se culpa, ela tem um padrão típico do culpado. Se ela se angustia mais, terá um padrão típico do angustiado, mas devemos tomar cuidado com as generalizações.

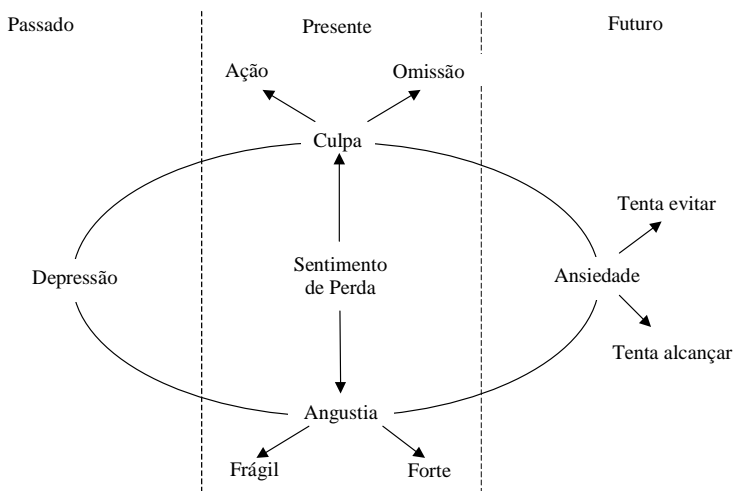


## Capítulo 5

### ELABORAÇÃO DAS PERDAS

A ecologia mental existe para possibilitar certas condições para elaboração das perdas. O respeito pela própria individualidade produz a condição adequada para a elaboração, mas quem releva não se respeita.

Na ecologia mental, o indivíduo respeita a si mesmo e respeita as outras pessoas. Respeita a si mesmo como respeita os outros. Esse respeito pela própria individualidade e pela individualidade alheia, é uma condição fundamental para a elaboração de perdas assim como para um convívio sadio na sociedade. Se eu não me respeito, eu posso me exigir mais do que deveria, e isso me torna um culpado. Se eu me exijo menos do que deveria, então eu me torno um angustiado. (Figura 3)



A forma de ser justo consigo perante uma perda, é assumir metade de responsabilidade e delegar ou atribuir a outra metade às pessoas diretamente ligadas a essa perda. Ou às causas da perda, ou à vida, às fatalidades, acontecimentos fortuitos ou fenômenos naturais, etc. Então, esse respeito que o indivíduo tem por si mesmo, que inspira um respeito pelo outro, pela vida e pelos fenômenos naturais, vai fazer com que ele aprendendo com os seus erros, com a sua parcela de responsabilidade, possa se perdoar.

O que impede a elaboração de uma perda, é a falta de perdão. O auto-perdão só pode existir depois de se aprender com os próprios erros e perdoar as outras pessoas, para que também se possa aprender com os erros delas. O perdão só pode existir quando você aprende tanto com os seus erros, como com os erros das outras pessoas.

Não se aprende nada quando uma pessoa releva os erros dos outros. Releva é enganar a si mesmo. Se alguém lhe faz alguma coisa e você considera que é vítima do que essa pessoa lhe fez e você releva, na verdade, isso é o mesmo que abrir mão, desconsiderar. Mas só vai funcionar até eu precisar cobrar isso de quem me agravou e essa atitude não é uma atribuição de quem se respeita. Quem se respeita, exige. Exige de si mesmo e exige dos outros. Abrir mão de transferir responsabilidades às pessoas, é um prejuízo para você e um prejuízo para quem deveria ser responsabilizado.

Ninguém tem esse direito de releva o erro do outro, porque se você releva o erro, você não perdoa e ele não aprende com o próprio erro. As pessoas têm o direito de se responsabilizar e responsabilizar os outros na mesma proporção. Se não for pelo direito, ela tem o dever de fazer isso. Se não for feito assim, não há elaboração de perda.

A justiça consigo mesmo e com as outras pessoas é a condição mais importante para a elaboração das perdas. Sem ela não existe elaboração. Existe adiamento, existe

substituição da depressão pela ansiedade. É como se dissesse: “não quero admitir que perdi, então vou fazer de conta que não perdi, mas vou tentar alcançar no futuro”.

A elaboração das perdas tem que respeitar uma seqüência ou processo que poderia ser resumido da seguinte maneira:

1 – Admitir a perda, aceitar que perdeu. Se não aceita que perdeu, não pode nem recuperar, porque não se recupera o que ainda é seu, ou que considera como seu. Aceitar é uma atitude de humildade. As pessoas têm essa dificuldade. Ao invés de aceitar e admitir a perda, elas ficam enganando a si mesmas, ficam ansiosas, ao invés de ficarem deprimidas, porque a depressão é desconfortável. Mas se esquecem que esse tipo de ansiedade também é desconfortável.

2 – Respeitar o que sentir quando admitir a perda. Respeitar o luto, porque as pessoas não respeitam o próprio luto. Aceitar que perdeu alguma coisa. Não com uma atitude arrogante como certas pessoas que não admitem que perderam, mas tentam alcançar outra coisa semelhante no futuro. Depois da aceitação, tem que respeitar o que vai sentir, porque com certeza vai sentir uma emoção. Na intensidade da importância que tinha o que foi perdido.

3 – Verificar a sua parcela de culpa e a responsabilidade dos erros em relação à perda. A pessoa tem que se culpar cinquenta por cento, com suas ações ou omissões, e se angustiar cinquenta por cento com os outros, sejam com atitudes das outras pessoas ou acontecimentos ou fenômenos naturais.

4 – Como culpado, aprender com os próprios erros e se perdoar. Como angustiado, aprender com os erros dos outros ou da vida e perdoar.

Depois que admitir, a pessoa tem ainda que verificar se essa perda é real ou imaginária. Muitas pessoas padecem de depressão por perdas imaginárias. Como as nossas



emoções não conseguem diferenciar realidade de imaginação, muitas vezes, as pessoas se imaginam perdendo coisas e entram em depressão.

Essa separação das perdas reais das imaginárias é muito importante. Se é apenas imaginação, descarta, porque é uma perda que não existiu. Mas se é uma perda real como um emprego, dinheiro perdido, um carro roubado, um ente querido ou um relacionamento, são perdas reais. Coisas importantes que você tinha e não tem mais.

Nas perdas reais surge mais uma diferenciação entre elas. São as perdas recuperáveis e as perdas irre recuperáveis. Muita gente tem dificuldade em admitir uma perda, com medo de não ter mais aquilo que perdeu. Mesmo sabendo que não tem mais. Por isso, a primeira condição para reaver uma coisa perdida, ou seja, lidar com uma perda recuperável, é admitir que perdeu. Não há como reaver o que não se admite ter perdido.

Outra classificação das perdas reais, seria a perda irrecuperável. Um exemplo de perda irrecuperável é o falecimento de um ente querido. Só resta admitir que ela é irrecuperável; você querendo ou não, vai ter que admitir mais cedo ou mais tarde. Não há escolha, é uma condição. Nesses casos depois da responsabilização, inclusive o perdão à vida e aos fenômenos da natureza por estarem levando aquele ente querido, normalmente a culpa não é pelo acontecido. Geralmente a pessoa se culpa pelo que ela considera que deveria ter feito e não fez em relação àquela pessoa que partiu. Ou mesmo o que ela considera que fez e não deveria ter feito. Os erros não estão necessariamente ligados ao acontecimento da perda, mas sim à relação da pessoa com a outra que partiu.

Então depois de ter aprendido com os erros, de ter perdoado a si mesmo e aos outros, ela pode abrir mão, para que aquela pessoa possa ir para o lugar bonito no qual ela merece estar. Muitas vezes, as pessoas não elaboram a per-

da de um ente querido, dizendo que essas pessoas as abandonaram. Elas ficam angustiadas, porque a outra foi embora e as deixou, e enquanto não elaborarem essa perda, vão sentir depressão associada a uma angústia fragilizadora.

Já um exemplo de perda recuperável é um emprego. Perdeu aquele emprego, mas pode ter um outro. Talvez aquele emprego, naquela empresa, seja irrecuperável. Mas ter um emprego, é um objetivo totalmente viável e saudável.

Com as perdas recuperáveis, cabe a avaliação da conveniência de recuperar ou não. Às vezes você perdeu uma coisa há muito tempo, está sofrendo com a depressão em relação a essa perda, mas quando a elabora, percebe que não vale mais a pena ter aquilo de volta. Aquilo faz parte de um outro período da sua vida, na qual os seus valores eram outros e agora não tem mais importância como antes. Se não vale a pena recuperar, abra mão, e mude os seus planos para o futuro. Você escolhe recuperar ou não, mas isso só será possível com a elaboração dessa perda, aprendendo e perdendo.

Há casos em que o indivíduo não elabora a perda de um emprego, porque quer comparar o próximo emprego com aquele que perdeu. Ele foi despedido ali, mas quer outro melhor do que tinha, e se insistir nessa postura, não abrir mão, corre o risco de não conseguir nenhum outro. Se surgir um outro, apenas um pouquinho abaixo, não vai aceitar, porque só lhe serve um igualzinho ao anterior, ou melhor, que é para provar que eles é que perderam.

As pessoas, muitas vezes não elaboram uma perda, para manter aquilo que tinham como referencial para o que vai ter. A partir do momento que você elabora, você libera, porque afinal de contas, aquilo não lhe pertence mais.

O que é mais prejudicial na elaboração de uma perda mal feita, e é o que prolonga muitas vezes o desconforto da depressão, é o apego que as pessoas têm. É o apego àquele determinado emprego, naquela empresa e não com o em-

prego em si. Se você se apega a uma perda, não pode elaborá-la. E se você não elabora, a depressão vai permanecer. É obrigação dela, porque essa é a função da depressão. Ninguém gosta de ser incompetente no que tem que ser feito, e com a depressão é a mesma coisa. Ela não admite a incompetência, porque ela é competente no que se propõe, ou seja, avisá-lo que perdeu alguma coisa. Incompetente se sente a pessoa que não está conseguindo lidar com ela. É aquele que está se apegando ao que já perdeu, e está tentando criar um mundo que já não existe. Quer sustentar um mundo inconsistente.

Se é conveniente recuperar, a perda vai deixar de ser uma perda e passará a ser um objetivo. E o espaço temporal onde colocamos os objetivos é no futuro. Nesse caso, a ansiedade vai atuar no sentido de levar a pessoa a buscar e alcançar o que ela está dizendo que vale a pena. Deixou de ser perda e passou a ser um objetivo.

O casamento pode ser um exemplo de perda recuperável. Normalmente as separações conjugais, dizem respeito a mágoas e ressentimentos. Uma vez que a pessoa vai estar também se responsabilizando na elaboração dessa perda, tem que haver o perdão. Sendo perdoada, a outra pessoa pode voltar a ser quem ela gostaria de ter junto de si. A mágoa é que transforma aquela pessoa que você amava, naquela que você passou a odiar. Por isso, é praticamente plausível uma reconciliação, depois da elaboração da perda de forma adequada, quando a separação é baseada em mágoas.

Muitas vezes, há perdas irreais nos relacionamentos como o casamento, porque um dos cônjuges achava que o outro era o que ele pensava que era. Com a convivência, o outro vai se mostrando como realmente é e geralmente a realidade é muito diferente do que o outro imaginou. Isso é uma perda imaginária, porque a pessoa criou uma imagem do que ela gostaria que o outro fosse. Essa diferença entre o

que ela pensou e o que o outro é na realidade, é uma perda, que se não for elaborada, os dois não vão conseguir conviver por muito tempo.

A depressão tem a função de avisar que você perdeu algo importante e essa perda tem que ser elaborada e ela não vai abrir mão disso. Você querendo ou não. Aliás é para o seu próprio bem, que a depressão vai estar lá para lembrá-lo, porque é a função dela. E ela é competente e em seu benefício. Se você não ouvir, a depressão parece estar contra você, mas na verdade não. É você que não está sabendo o que é melhor para você. É melhor para você, elaborar a perda, aprender e perdoar.

Quando a pessoa descobre que perdeu, admitiu, aceitou e respeitou o luto da perda; verificou se é uma perda real ou imaginária e descarta a imaginária; verifica se é recuperável ou irrecuperável; distribui o processo de responsabilização pela perda; se sente culpado cinquenta por cento e vítima cinquenta por cento, ela aprende com os próprios erros, logo ela vai se perdoar. Vai aprender com o erro das pessoas, com a fatalidade ou com a própria vida e vai perdoar. Logo ela já elaborou essa perda.

Porém, se a perda é recuperável e vale a pena, nada impede que a pessoa se disponha a recuperá-la. Elaborar uma perda, nunca impediu, nem vai impedir ninguém de alcançar outra coisa equivalente no futuro. Mas tanto para as perdas recuperáveis como para as irrecuperáveis, o processo de elaboração é o mesmo. Aprendendo e perdando.



## Capítulo 6

### **DESINTOXICAÇÃO DOS RELACIONAMENTOS**

A elaboração das perdas vinculada a relacionamentos de namoro, noivado, casamento, ou seja, relacionamentos afetivos, deve ser feita. Se alguém termina um relacionamento e não se desintoxica do anterior, corre um risco que pode ser de duas formas. O risco de encontrar alguém com os mesmos problemas da pessoa com quem teve o relacionamento anterior, ou inverter o processo, encontrando ou atraindo o oposto da outra pessoa.

A importância de eliminar toda a influência de comparação com a pessoa do relacionamento que terminou é para não sacrificar o próximo relacionamento. Há uma tendência natural de terminar um relacionamento e começar outro em seguida. E há uma tendência natural, embora não adequada, de estar comparando a forma de ser dessa pessoa com aquela que você tinha até há pouco tempo. Eu consideraria muito interessante um tempo, que é o mesmo para a elaboração natural das perdas de um ente querido, que é em torno de seis meses.

As pessoas devem se conscientizar de que o término de um relacionamento importante e especial, tem que seguir a mesma regra. A pessoa está “perdendo” tudo que poderia ter, tudo que planejou ter com essa pessoa. Às vezes é comum as pessoas terminarem um relacionamento e manter no mundo excluído, em paralelo, toda uma vida de como poderia ter sido se tivesse mantido aquele relaciona-

mento. Isso é muito sério, porque ela vai cobrar do relacionamento que está vivendo agora, as coisas que poderia ter tido ou estar tendo com o relacionamento anterior.

Pode acontecer o efeito pêndulo. A pessoa tinha um relacionamento com outra de uma natureza X e agora que terminou, tem uma tendência a achar que X não é o melhor. Então vai encontrar o oposto de X que é Y. Só que nem X, nem Y vai estar equilibrando o processo com ela. Uma pessoa pode ser extremamente algo e depois se tornar extremamente o oposto disso na seqüência dos relacionamentos. Essa é uma pessoa que não se desvincula, não corta as ligações e não elabora as perdas.

As perdas do que se poderia vir a ganhar é uma perda muito interessante, porque é uma perda de algo que a pessoa realmente não chegou a ter. É comum as pessoas não darem a importância devida a isso. Quando alguém se relaciona afetivamente de uma forma compromissada e comprometida com alguém, é mais do que natural fazer projeções do que vai ser esse relacionamento no futuro. Esse futuro já é constituído cognitivamente.

A pessoa idealiza um futuro com esse relacionamento e com o passar do tempo, vai comparando a realidade do relacionamento com o que esperava que fosse. Às vezes, se a diferença for muito a menos do que ela poderia estar tendo com esse mesmo relacionamento, essas frustrações e decepções é que vão incentivá-la a terminar o relacionamento. Só que terminar não é o mesmo que elaborar essas perdas. Elaborar todo esse mundo construído que foi usado como referencial de expectativa, se estava correspondendo ou não o que ela idealizava. O fato de terminar não elimina isso.

A pessoa tem que elaborar a perda daquilo que esperava ter, a perda de como seria o futuro com aquele relacionamento. Perda não é só algo concreto que você tinha e perdeu. A perda de uma coisa objetiva gera depressão, mas

a perda de algo subjetivo, de algo que não necessariamente chegou a existir, gera o sentimento de perda. E é justamente o sentimento de perda que faz as pessoas terminarem ou manterem os relacionamentos. Quando ela compara a realidade do que está vivendo no relacionamento afetivo, comparado com o que está perdendo pelo que poderia ser, se esse sentimento de perda crescer muito, vai fazer com essa pessoa se desencante e se decepcione, terminando com o relacionamento. Termina com o fator referencial objetivo. Termina com o relacionamento objetivo, não necessariamente elaborando aquilo que tinha projetado. Às vezes o que havia projetado é transferido para o próximo relacionamento. São pessoas que vão tender a encontrar outras para se relacionar, que de forma alguma vão conseguir corresponder às suas expectativas, porque elas transcendem o que uma pessoa poderia fornecer. O que uma única pessoa poderia proporcionar. Fica com aquela síndrome do príncipe ou da princesa.

Cada relacionamento novo que a pessoa tem, agrega ideais novos a um futuro relacionamento. Vai chegar o momento que ela vai estar idealizando o homem perfeito, no caso da mulher e uma mulher perfeita, no caso do homem. As frustrações, muitas vezes ocorrem, por excesso de expectativas. Por expectativas que não correspondem com a natureza, com a proposta e com o estilo da própria pessoa que ela escolheu para se relacionar.

A perda do relacionamento é uma coisa. Elaborar as projeções do que você poderia ter, se tivesse mantido esse relacionamento é outra coisa, mas igualmente importante. Eu chamo de desintoxicar-se de um relacionamento terminado o fato de elaborar a perda do que tinha com esse relacionamento e não tem mais, porque ele está terminado, e elaborar as perdas das projeções idealizadas como expectativas para essa relação mútua.

Chamo isso de desintoxicar, porque quando zerar as



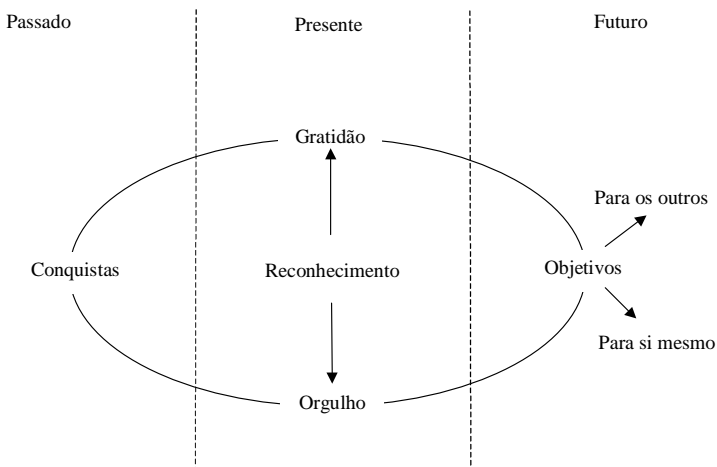
expectativas, quando zerar o que você esperaria ter com essa e com outras pessoas com quem se relacionou, você estará pronto para um novo relacionamento. Para aceitar a pessoa que vier como ela realmente é. Não tentando transformá-la no que você gostaria que ela fosse.

## Capítulo 7

### ELABORAÇÃO DAS CONQUISTAS

A elaboração das conquistas é importante porque quando as pessoas olham para o passado, olham para o que conquistaram, para o que construíram na vida até agora; elas terão uma tendência de estar se identificando de duas maneiras. No que elas se esforçaram mais e foi mais difícil conquistar e no que foram facilitadas pela participação das outras pessoas. A conclusão disso é que, se acharem que tiveram que se esforçar mais para obter essas coisas, tenderiam a ter um certo orgulho por isso. O orgulho de ter feito mais pelas conquistas. Como se tivessem trabalhado mais, e a conquista fosse mais delas do que de qualquer outra pessoa que participou do processo. (figura 4)

Já na gratidão, a pessoa estaria insinuando que na



história das suas conquistas, as outras pessoas tiveram um merecimento maior do que o seu. É como se as outras pessoas tivessem trabalhado mais, contribuído mais para as conquistas que são dela. Quando você é grato, pode ser grato às pessoas, à vida, a Deus, à sorte, etc. O fato é que seja algo externo e você esteja atribuindo a eles o valor das conquistas. Desse ponto de vista, ter conseguido alguma coisa, foi ou uma coincidência ou sorte sua. Mérito você não tem, porque estaria sendo atribuído às outras pessoas ou todos os fenômenos citados acima.

Já no caso do orgulhoso, ele vai estar atribuindo os méritos, numa porcentagem maior, ao esforço que fez. Como se tivesse feito mais, merecesse mais por essas conquistas. Como se as pessoas não tivessem participado o bastante para serem reconhecidas.

Assim como eu proponho que as pessoas elaborem as perdas, para não sofrerem com a culpa e a angústia, eu também proponho que elaborem as suas conquistas. Pelo menos as mais importantes. De alguma forma, uma conquista não elaborada, não assimilada, pode estar dando a idéia de que a pessoa tenha que estar compensando os outros pela participação que tiveram nas suas conquistas, ou por outro lado, estar se atribuindo todo o mérito, e negligenciando a utilidade e importância da cooperação das pessoas. Essa pessoa pode ficar egoísta ao ponto de achar que ninguém se preocupa com ela, ou seja, ela só conquista por esforço próprio. Ninguém ajuda. Até a própria estrutura da pessoa orgulhosa afasta as outras pessoas.

Não é confortável trabalhar numa equipe, onde existe um orgulhoso, porque você não vai poder ter mérito em sua participação. O orgulhoso vai se atribuir todo o mérito. Vai achar sempre que o que fez é o mais importante. Essa é a importância da elaboração das conquistas.

Para se elaborar uma conquista, assim como elaborar uma perda, você tem que admitir que conquistou. Admi-

tir que essa conquista é real. Uma vez que admita e aceite a sua existência, a partir desse momento, você deve respeitar essa conquista. A primeira condição para a elaboração, é respeitar o que isso trouxe de bom para a sua vida. Se não tivesse trazendo nada de bom, não seria uma conquista, seria uma perda.

Quando você admite e respeita a sua conquista, cabe agora então, se conscientizar que em toda e qualquer conquista, você tem cinquenta por cento de participação ou mérito. Dessa participação você pode se orgulhar, mas não mais que essa proporção. A outra parte, ou seja, cinquenta por cento, é participação das outras pessoas que vão estar esperando a sua gratidão. Do que a conquista lhe diz respeito, você tem cinquenta por cento de mérito, e as pessoas, a vida e os fenômenos naturais têm cinquenta por cento de mérito também.

Quando se admite isso, admite-se que o próprio orgulho não pode ultrapassar cinquenta por cento de mérito, automaticamente a pessoa se respeita e respeita os outros, sendo grato a eles pela outra metade. Você pode elaborar uma conquista, parabenizando. Parabenize-se pelo que conquistou e parabenize as pessoas pela parte do mérito delas. Isso vai fazer você ser plenamente aceito, porque as pessoas gostam de ser reconhecidas e merecem isso.

As conquistas pertencem ao passado. Uma vez que você conquistou, automaticamente se torna algo do passado. Você poderá contar consigo mesmo e com as pessoas, na medida em que você reconhecer os seus esforços e o dos outros. O reconhecimento pertence ao presente. Esse reconhecimento tem que ser na mesma proporção e deve ser elaborado entre duas emoções, que são o orgulho e a gratidão. E devem estar na mesma proporção.

A elaboração das conquistas deve respeitar um processo que poderia ser resumido da seguinte maneira:

- 1 – Admitir que na sua história existem mui-

tas conquistas. Admitir que existem conquistas importantes, por menos que você se lembre delas. Faça uma lista de todas elas.

2 – Respeite as conquistas relacionadas e reconheça seu valor. São conquistas importantes. Tão importantes ao ponto de você se lembrar e colocá-las na sua lista.

3 – Verifique de quem são os méritos. Quanto você considera ser o seu mérito nessas conquistas. Separe cada uma delas e verifique a sua participação. De zero a cem por cento, qual foi o seu mérito? Qual a porcentagem de participação das outras pessoas, da vida e dos fenômenos da natureza?

4 – Caso você considere setenta por cento de mérito seu, verifique em quem você está tirando o mérito dos outros. Ou se atribuir setenta por cento de mérito aos outros, verifique em quem você está tirando dos seus próprios méritos e atribuindo aos outros. Não importa muito de que lado esteja maior, o que importa é que se existe um lado maior, há um impedimento de equilíbrio. Os méritos têm que ser cinquenta por cento para você e cinquenta por cento para os que o ajudaram conquistar: para as pessoas, a vida, os fenômenos da natureza, etc.

5 – Reconhecendo que cinquenta por cento de mérito são seus e cinquenta por cento são dos outros, você está em condição de aprender com os seus méritos. Uma vez que aprenda o que precisou fazer, que qualidades utilizou, quais as habilidades usadas para conseguir esse mérito, isso passa a fazer parte da sua natureza. Só quando você aprende com seus cinquenta por cento de mérito, isso se torna parte da sua experiência. Pode se reconhecer plenamente.

6 – Após reconhecer o próprio mérito, você está em condições de reconhecer o mérito das outras pessoas e da vida em cinquenta por cento e aprender que habilidades e que instrumentos utilizaram para ajudá-lo. Uma

vez que fizer isso, você pode aprender com elas e até fazer o mesmo pelas outras pessoas e por si mesmo, porque isso vai passar a fazer parte da sua natureza. Se for uma conquista que aconteceu há muito tempo e está elaborando agora, procure essas pessoas e mostre a elas a sua gratidão. Não no sentido de compensar, mas no sentido de ser justo.

Se você tende a se reconhecer mais do que aos outros, então você se torna um orgulhoso. Se pelo contrário, tende a reconhecer mais as pessoas do que a si mesmo, então se torna grato. Só que essa gratidão, maior do que deveria ser, ou seja, maior que cinquenta por cento vai trazer problemas, para você e para as pessoas. Para você, porque vai ter um sentimento de que deveria compensar essas pessoas pelo esforço a mais que elas tiveram e para as pessoas, porque dará a elas a ilusão de merecerem uma compensação por tê-lo ajudado tanto.

E para as pessoas, vai dar uma idéia de que elas se esforçaram mais do que você, então elas têm mais mérito. Os outros tendem a concordar com você. Aquele que é muito grato, tem muita gratidão pelas pessoas, tende a fazer com que as pessoas com as quais está sendo grato, se tornem orgulhosas. Assim como você quer compensar, elas vão querer ser compensadas.

Se você é muito grato, ou muito orgulhoso, ou seja, se você ultrapassar cinquenta por cento para um dos lados, isso vai interferir até mesmo no resumo das suas conquistas. Se verificar todas as conquistas da sua vida, e concluir que teve mais méritos ou obteve mais a ajuda dos outros, isso vai determinar qual o perfil dos seus objetivos para o futuro. Uma pessoa orgulhosa, tende a determinar objetivos para si mesmo. Se considerar que faz mais do que os outros, que trabalha mais e o seu trabalho tem mais valor, vai ter objetivos só para si mesmo. Para que você teria objetivos para os outros, se no seu conceito, essas pessoas não o ajudaram em nada?

O orgulhoso acha que se reconhecer o mérito de alguém, vai ter que admitir que estava atribuindo a si mesmo tal reconhecimento. O orgulhoso acha que se reconhecer os outros, ele vale menos, mas na verdade isso é valer o real. O valor adequado.

Já no caso do grato, daquele que tem muita gratidão, como acha que os outros fizeram mais do que ele, isso gerou um débito. Para compensar esse débito, os seus objetivos para o futuro estarão visando os outros. Ou seja, as pessoas que o ajudaram. O grato vai ter objetivos para os outros. Se está querendo compensar os outros, no fundo, o objetivo para os outros é seu próprio objetivo. Ao conquistar esses objetivos, pode haver a inversão da gratidão para o orgulho. Quando ele conquista para os outros, compensa os outros, então o mérito é todo seu por ter conseguido compensar.

Ser orgulhoso possibilita às pessoas ter objetivos para si mesmas; ser grato em excesso, possibilita ter objetivos para os outros. São dois extremos e são típicos das pessoas que não elaboram as conquistas. Eu considero que o ideal seria um novo conceito em objetivos. Seria o objetivo ecológico que propõe o respeito entre as pessoas que estão a sua volta [Capítulo 19, Ecologia Mental]. Desde a sua formação, levaria em conta a participação de quem planeja e de quem vai ajudar de alguma forma, para que esse objetivo se torne real. Se torne mais uma conquista na história dessas pessoas.

Só que é impossível uma pessoa constituir um planejamento com objetivos ecológicos, se a história das suas conquistas estiver desbalanceada. Se na soma das suas conquistas, ela pender para o orgulho ou para a gratidão, essa pessoa perde a condição de elaborar objetivos ecológicos. A formação dos seus objetivos tende a reforçar o problema na história das conquistas anteriores.

Quando você consegue elaborar suas principais conquistas, também vai conseguir ter objetivos ecológicos. Vão

ser ecológicos, porque não vão precisar compensar nada. Nem compensar as pessoas, nem a si mesmo. Uma elaboração bem-sucedida é a condição principal para a elaboração de objetivos ecológicos para facilitar as novas conquistas, que conseqüentemente serão ecológicas.

Um objetivo ecológico só é possível para as pessoas que elaboraram as principais conquistas da sua vida e chegaram à conclusão que merecem cinquenta por cento de reconhecimento e que as outras pessoas e a vida, também merecem cinquenta por cento de reconhecimento.





## Capítulo 8

### ESCOLHIDOS X EXCLUÍDOS

Ao longo da vida, a pessoa é submetida a momentos de escolhas. O que se tem em um momento de escolha, às vezes é a dúvida, quando as escolhas parecem igualmente importantes. O problema começa a surgir quando, mesmo importantes, a priori, elas são excludentes, ou seja, uma vez que a pessoa faça opção por uma, ela tem que excluir a outra. E são muitas as situações em que uma pessoa dentro da sociedade é submetida a momentos de escolhas significativas. (figura 5)

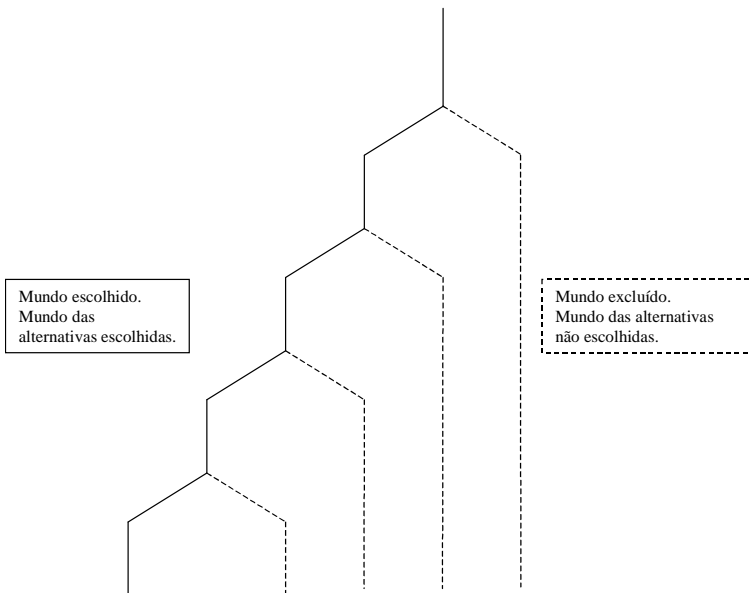


Figura 5

Quando se trata de pessoas competentes, pessoas habilidosas e com grandes capacidades, na maioria das vezes elas trazem um sistema de avaliação como referencial. As pessoas mais competentes têm o hábito de sempre avaliar a sua capacidade e o seu potencial, e isso acaba gerando um certo perfeccionismo. Para manter isso, quando elas são submetidas a esse sistema de escolhas, optam por um dos lados, mas na realidade não excluem a outra alternativa. Na verdade, quando chega um momento de decisão, essa pessoa tem que escolher uma das duas possibilidades, e uma vez que escolha uma, a outra é excluída. Só que essa exclusão não é eliminada. Como ela precisa de um referencial para verificar se a escolha que fez foi melhor ou não, ela tem que manter em paralelo, virtualmente, como é que seria se tivesse escolhido aquilo que excluiu.

Com isso, a pessoa cria um sistema de avaliação comparativa do que escolheu com o que excluiu. Mas como ela pode excluir, se segue em paralelo o desenvolvimento disso ao longo do tempo? Na verdade, ela não excluiu, só optou pelo que escolheu, mas o que ela excluiu continua seguindo mentalmente para ser usado como referência dos resultados da opção que fez.

Essa avaliação é sempre o que escolheu e os resultados que obteve, comparado com o que excluiu e os resultados que poderia obter. Quando a opção escolhida continua ganhando em vantagem com o que foi excluído, a pessoa confirma a sua competência. Quando o que ela escolheu não foi tão bom como ela gostaria ou pensou que viria a ser, pode vir o arrependimento e a autocrítica, e num grau mais elevado, a lamentação, o que poderia influenciar daí para frente as suas escolhas.

O problema é que manter essas exclusões em paralelo, para sempre avaliar a própria performance, é feito com um instrumento mental que não segue a nossa lógica matemática. Imagine uma pessoa que tivesse R\$ 500,00 e saísse

em direção ao shopping. Numa loja essa pessoa veria um aparelho de som que custa R\$ 450,00. Está dentro do seu orçamento, mas ela decide não comprar. Em outra loja, ela vê uma jaqueta de R\$ 400,00, e também está com o preço acessível. Em seguida, ela poderia ver discos no valor de R\$ 150,00, livros que gostaria de ter no valor de R\$ 100,00. Essa pessoa vai olhar vários itens que gostaria de ter ou está precisando, no entanto, ela não compra nada. Vamos imaginar que ao sair do shopping, essa pessoa perdesse o dinheiro, ou seja, perdeu R\$ 500,00. Para o sistema mental que não usa a contabilidade, ela vai pensar que poderia ter comprado o aparelho de som. E realmente poderia, porque o valor dele era inferior à quantia que possuía. Passado mais algum tempo, ela vai lamentar que poderia ter comprado a jaqueta. Em pouco tempo, ela vai lamentar todos os objetos que viu, e não comprou. Tudo isso se torna um conjunto de coisas não compradas, coisas que poderia ter, mas não tem. Só que a soma dos itens que essa pessoa está lamentando não ter comprado, ultrapassa em muito à quantia que ela possuía e perdeu.

Na primeira lamentação que seria a primeira compra que poderia ter feito, tudo bem. Mas na segunda lamentação, que seria a compra da jaqueta, o seu sistema mental deveria dizer: “tudo bem que você poderia ter comprado o aparelho de som, que custava R\$ 450,00, mas a jaqueta não, porque se você comprasse o aparelho de som, teria ultrapassado os limites do seu orçamento. Você pode lamentar aquilo que corresponde ao montante que tinha. Como nós não temos essa contabilidade mental, a pessoa estará sofrendo por todas as coisas que pensa que poderia ter tido e não teve.

Esse mesmo instrumento mental, ou seja, esse mesmo processo de estar pensando no que poderia ter tido, é usado ao longo da vida das pessoas, desde a infância.

Para sobreviver, a criança está aprendendo a se co-

municar com o pai e com a mãe, como eles estão esperando ou como eles se comunicam. E a criança acaba escolhendo de qual dos dois ela gosta mais, ou qual dos dois ela vai agradecer para garantir a sobrevivência.

Na adolescência vêm outras escolhas. Eu escolho seguir como certo o que os meus pais estão dizendo ou escolho o que os meus amigos estão dizendo que é o melhor? Escolho entre agradecer a mim ou agradecer às pessoas? Eu ajudo ou peço ajuda? Ao longo da vida, as pessoas vão fazendo escolhas e obviamente, a cada momento em que elas estão em dúvida ou indecisas, elas terão que escolher uma coisa e excluir a outra. Cada uma das opções excluídas faz parte de um mundo excluído, porém não eliminado.

O mundo excluído é a soma de tudo aquilo que você não escolheu. Já o que foi escolhido é a sua vida em realidade. O que você é hoje, é fruto das suas escolhas, ou fruto do que foi levado a escolher. Quem não escolhe, é levado a. De qualquer forma, há uma escolha, pois a própria omissão é uma escolha. Isso é usado pelas pessoas que tendem a ser perfeccionistas, para comparar onde elas chegaram, e qual é o balanço das escolhas que fizeram ao longo da vida, comparado com tudo que foi excluído.

O problema se torna mais difícil de ser resolvido, porque as escolhas excluídas, ou seja, esse mundo paralelo das exclusões, formam um todo, mas que necessariamente não poderia existir como um todo. Ele segue o mesmo processo do exemplo das compras não realizadas. Muitas opções excluídas se excluem mutuamente. O mundo das opções excluídas não forma uma coerência. Como elas não se tornaram reais, correm o risco de ser idealizadas como poderiam ter sido, como sendo melhores do que as suas opções reais.

É um mundo que não existiu, mas é um mundo cognitivo que serve como referencial para essas pessoas que estão sempre se avaliando. Elas se avaliam pelo que produ-

zem como resultado. Não se avaliam como pessoa, mas sim como resultado do que produzem. Essas pessoas estarão impedidas de elaborar perdas, porque aquilo que foi excluído teria que ser elaborado. Seria necessário abrir mão daquilo. Como elas precisam do excluído para comparar com o que escolheram, para avaliar se elas foram bem-sucedidas ou não na sua escolha, elas não podem elaborar a perda. Só que correm o risco de fazer isso também em coisas impossíveis de reter.

Existem pessoas que concordam com a morte de um ente querido, mas não abrem mão dessas pessoas que foram. Elas são levadas a aceitar, mas ainda analisam como é que seria hoje, se aquela pessoa estivesse aqui. São aquelas pessoas que sempre dizem: “que ótimo estar aqui, mas se o “fulano” estivesse aqui, ele estaria dizendo isso, ou estaria pensando aquilo”. Na verdade, o fulano para ela, está ali. Num mundo paralelo, ela ainda analisa como é que aquela pessoa estaria se comportando se estivesse viva. E se ela consegue fazer essa avaliação, é porque cognitivamente, aquela pessoa ainda está “presente”.

Esse processo de avaliar como estou agora, no que resultou a minha vida, comparado com o “como poderia estar” ou “como poderia ter sido”, é realmente um processo de quem não elabora suas perdas. De quem não assume ou acredita que a opção que fez seja a melhor. Não acredita que fez a melhor escolha. Essas pessoas precisam ter algo como respaldo para mostrar que realmente fizeram a melhor opção, mas até quando poderão suportar isso? Depende de cada um.



## Capítulo 9

### **ENDEREÇO SOCIAL**

Dentro da sociedade existe uma hierarquia, ou seja, classes diferentes. Poderíamos citar três classes na sociedade tomando por base a brasileira: os privilegiados, os intermediários e os marginalizados. (figura 6)

**PRIVILEGIADOS** – nesta classe se incluem os indivíduos de maior poder financeiro, como os grandes empresários, mas também os indivíduos de maior poder intelectual, como os escritores, os artistas, etc.

**INTERMEDIÁRIOS** – é a classe com um poder financeiro médio, como os profissionais liberais, médicos, engenheiros, indivíduos com uma formação intelectual especializada.

**MARGINALIZADOS** – nessa classe se incluem todos os trabalhadores sem maior qualificação ou formação técnica, ou seja, a mão-de-obra menos qualificada.

Acima dessas três classes existe um grupo que não constitui exatamente uma classe. É o grupo Meta-Social. Dentro desse grupo estão as pessoas que constituem valores. Elas têm o poder de determinar o que é certo e o que é errado, o que é melhor e o que é mais adequado. O Estado faz isso com o recurso de lei. A religião faz isso com o recurso de dogmas e os intelectuais com expressão na mídia o fazem através de instrumentos como livros, peças de teatro e a cultura de modo geral.

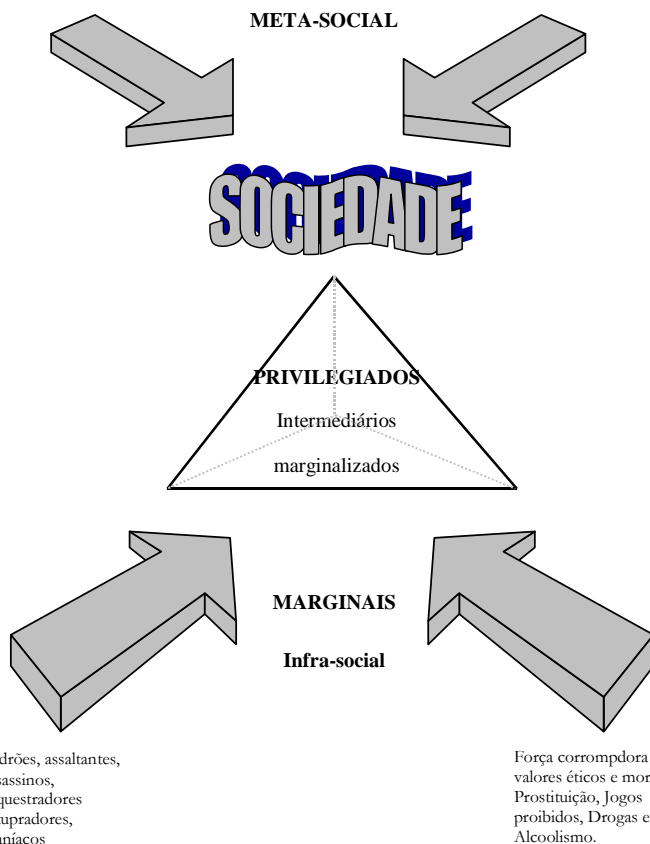
Einstein define o meta-social da seguinte forma: “A



## ESQUEMA SOCIOLÓGICO DAS INTERAÇÕES PSICOSSOCIAIS

Constituição dos valores éticos e da moral.  
Zela pelos direitos alheios.  
O Estado, a cúpula religiosa, os artistas literários e intelectuais.

Força de proteção dos valores, da ética e da moral.  
Polícia civil e militar  
Forças armadas.



cúpula religiosa, o Estado e os cientistas constituem valores para as pessoas seguirem, mas não necessariamente se submetem a eles”. Ele descreve bem essa questão, porque o meta social diz o que as pessoas devem fazer, e o que é melhor para elas fazerem. Eles influenciam, por isso nesse

grupo é que estão as pessoas que constróem os valores.

Nos sistemas, quem constitui os valores, realmente não pode ser submetido diretamente aos valores que constrói. Para ele criar outros valores mais amplos e mais adequados para a sociedade, ele teria que questionar aqueles próprios valores que criou e estava seguindo. Ele esbarraria na própria ética. Por isso, existe essa isenção dos indivíduos do grupo meta-social. Os cientistas praticamente não convivem com a sociedade. Eles não têm o consumismo das pessoas comuns da sociedade. É difícil manter um cientista sob ética, porque ele tem um senso próprio do certo e do errado. Ele cria demandas.

Outro grupo meta-social são as forças de proteção e as forças repressoras, como as Polícias Civil e Militar e as Forças Armadas. A polícia hoje, observa a sociedade de cima. Com o lema de estar protegendo, na verdade ela está vigiando.

A sociedade convive no mesmo espaço físico, por exemplo, a cidade, a polícia vigia todo mundo que está na cidade, porque na verdade, nesse mesmo espaço tem privilegiados, intermediários, marginalizados e marginais. Estão todos no mesmo contexto físico, então a polícia se vê na posição de estar fora da sociedade, ou seja, acima dela. E quando ela está acima, assim como os cientistas, a cúpula do Estado, ela corre o risco de não se submeter às próprias regras que está vigiando, se as pessoas cumprem ou não, porque ela acaba sendo a própria representante dessas regras.

Outro risco que esses indivíduos correm, principalmente no sistema de proteção, como é o caso da polícia, é acabar se associando ao crime, ou seja, se unir à classe da marginalidade. Principalmente aos jogos proibidos, à prostituição e às drogas. Como eles se consideram à parte da sociedade comum, eles não se submetem aos mesmos princípios do cidadão comum.

Quem é meta-social legitimado mesmo é o Estado.

O Presidente da República, os governadores, os prefeitos, etc. Para os indivíduos que exercem cargos de poder, existe a imunidade, ou seja, ele é diferente dos cidadãos comuns, ele está acima deles. Por isso, os senadores e deputados ficam expostos aos mesmos riscos dos policiais. Pelo fato de estarem fora da sociedade, e até por terem essa imunidade, eles podem se envolver com o que também está fora da sociedade, ou seja, a marginalidade e a contravenção.

Em todo o mundo, a classe dos marginalizados acaba sendo a maior em número de indivíduos. Precisamos distinguir esses marginalizados dos marginais. Eles estão à margem, mas ainda assim dentro da sociedade. É a classe de menor poder aquisitivo, mas ainda assim submetidos às regras e leis da sociedade e com os direitos e deveres, condizentes com a sua posição.

A ilusão que a sociedade dos marginalizados tem e que os meios de comunicação criam é que as pessoas de baixa renda, as pessoas carentes podem ter uma oportunidade de enriquecimento, de consumo e de uma série de coisas, inatingíveis apenas através do trabalho. De certa forma, essa ilusão é dada e ao mesmo tempo retirada. Um indivíduo que acorda às quatro horas da manhã, pega dois ônibus para ir trabalhar, trabalha o dia inteiro, pega mais dois ônibus para voltar e chega em casa às dez horas da noite, chega cansado, vai jantar, tomar banho e dormir. Essa é a rotina dele durante toda a semana. Esse cidadão não vai ter tempo de ter ambições, ele não tem tempo nem de planejar a sua vida. Seu planejamento não transcende o final de semana. Ele vai encontrar os amigos no bar da esquina, tomar uma cervejinha, comer um churrasquinho no fundo do quintal, assistir e/ou jogar futebol, etc.

Nisso, a ocupação que a sociedade dá para esse indivíduo e tira dele o tempo de aspirar alguma coisa diferente disso, de certa forma é até benéfica. Porque mesmo que ele tivesse tempo para planejar, a conquista seria quase

inviável, quase impossível.

Nós estamos vivendo um momento em que para se ter uma ascensão econômica na sociedade, sem ter uma origem abastada financeiramente, ou seja, já nasceu numa classe mais privilegiada, é praticamente impossível. Mas agora surgiram os fenômenos de enriquecimento rápido através da música, do teatro ou da televisão e do futebol. São pessoas que saem do nada e de repente estão ganhando milhões de reais e até em dólares. A mídia criou essa ilusão a ponto de um simples concurso para seleção de crianças para um programa de televisão, causar um verdadeiro tumulto com filas quilométricas na porta da emissora.

Essa ilusão está muito grande e a sociedade está alimentando essa ilusão porque essas pessoas compram discos, pagam ingresso em shows. Está criando essa ilusão de que o pobre pode enriquecer e fortalecendo que só por esses meios. Economicamente falando, um empresário não consegue uma ascensão tão rápida a ponto de enriquecer, a menos que seja um empresário desse ramo também. Um empresário tem concorrência de mercado, tem juros altos para enfrentar, tem funcionários a custo alto, por excesso de encargos, etc. A carreira dele é linear, é conquistada passo a passo e o risco dele é cair.

Até pouco tempo atrás, a sociedade era justa nesse aspecto, porque não dava tempo para o indivíduo pensar no que ele poderia ter no futuro, porque ocupava-o com o trabalho. De certa forma essa ilusão não é justa numa sociedade, porque é apenas mais uma fantasia que a mídia está plantando nas classes de baixa renda. Para transformar um indivíduo da classe dos marginalizados em um cidadão da classe privilegiada a proporção é mínima.

A possibilidade desse enriquecimento por outras vias como o estudo, o investimento em trabalho é menos sedutora, porque exige mais sacrifício e também não é garantida. É muito mais difícil. Nessa classe, que é a maior em

número de indivíduos, essa ilusão que está sendo explorada pelos meios de comunicação é um problema social muito sério, porque é um gerador de angústia. Quanto mais ele joga e perde, mais angustiado ele fica. A mídia divulga o que as pessoas podem ou não obter. Ela diz que ele tem esse direito, que ele pode ter tudo isso, só que ela esquece de quantificar qual a chance real que ele tem de obter o que ela está dizendo que ele pode.

A quantificação da chance é a estatística, é a probabilidade. Como as pessoas estão muito envolvidas com “eu posso”, ou “eu mereço”, elas esquecem de verificar qual é a chance real dela vir a ter aquilo. Você pode ter um carro, mas qual a probabilidade de você ter o carro? As pessoas estão usando instrumentos adicionais para aumentar as probabilidades, como financiamentos, consórcios, etc. Mas pagam isso em forma de prejuízo.

A mídia e a sociedade estão dizendo que elas podem, mas não estão dizendo o que elas têm que fazer para poder, para aumentar as probabilidades. Se o indivíduo estudar, construir uma carreira, uma boa formação, ele aumenta as suas probabilidades a longo prazo.

Qualquer pessoa pode se tornar um profissional bem-sucedido, mas a probabilidade dele se tornar ou não vai depender de onde ele está começando e até onde ele tem que chegar. É um processo seletivo. Outra questão explorada pela mídia é o caso das loterias. Quando um prêmio de loteria acumula, a imprensa divulga como se fosse uma grande oportunidade de todos os brasileiros se enriquecerem. Mas a chance real ninguém está dizendo.

Quando as pessoas tomam consciência das probabilidades, elas ficam menos entusiasmadas, por isso, a mídia omite o fator numérico. O indivíduo cria uma expectativa de que, se eu posso, eu vou tentar. Essa expectativa vai ser frustrada, porque na hora da seleção de quem é que vai obter, da probabilidade, ele quase com certeza, vai estar excluído. Ao ser excluído, ele se angustia e essa angústia pode

ser de duas formas. Ou ele fica irritado consigo mesmo por não ter jogado aqueles números da loteria, ou então ele acha que a vida e a sorte não estão do seu lado.

As pessoas estão iludidas com as possibilidades, porque as probabilidades estão literalmente sendo omitidas. Quanto mais existe essa idéia de oportunidade e ela não vem para ele, mais angustiado ele se sente. Se acontece para um e não acontece para 999 mil, serão 999 mil angustiadados para apenas um felizardo.



## Capítulo 10

### **O SISTEMA NORTE-AMERICANO COMO REFERÊNCIA**

O sistema norte-americano passou a ser um sistema de viver, de cultura, de relacionamento entre os cidadãos e os governantes, bastante interessante. Os Estados Unidos da América começaram a ser referência para o mundo inteiro, tanto referência para ser como eles, como também referência para jamais ser como eles. A Europa tem os Estados Unidos como modelo do que eles não querem se parecer. As Américas já têm os Estados Unidos como referência do que eles gostariam de vir a ser.

Quando um país começa a ser referência mundial, tanto para se parecer, quanto para não se parecer com ele, esse país começa a ter um problema existencial. Os americanos só podem ter a si mesmos como referência. Não podem ter um país da Europa como referência, porque com certeza esse país já tem os americanos como referência, possivelmente para não ser como eles. Para querer se parecer com algum sistema, eles teriam que considerar que o deles não é tão bom quanto aquele com o qual eles querem se parecer. Seria a mesma coisa que questionar o próprio sistema, e isso os americanos não podem fazer, porque seria a destruição daqueles que os seguem.

Quando o indivíduo de uma nação só tem a si mesmo como referência, automaticamente ele começa a ter atributos de narcisismo. Porque essa nação tem que se considerar ótima para ter a si mesma como referencial e quem se



considera ótimo, independentemente da opinião de outra pessoa, é um narcisista. Isso está sendo difícil para o povo americano. Uns tendo problemas de arrogância e outros, problemas de uma baixíssima auto-estima. Uns se sobressaindo e outros nem tanto.

Os Estados Unidos têm um sistema de governo que faz com que os cidadãos sintam necessidade de ser fiéis ao país. Eles têm um governo que monta um esquema mirabolante, enorme e grandioso para resgatar um americano em qualquer lugar do planeta. É um povo que põe a cabeça no travesseiro e sabe que se ele estivesse numa guerra e ficasse para trás, seria resgatado, cedo ou tarde. Então é um povo que está disposto à luta, porque sabe que tem muita importância para quem o mandou para lá. Esse patriotismo é porque o sistema de governo americano garante isso ao povo, criando uma lealdade, dando esse sentimento de dever para com o governo.

O fato de ser referência mundial, tornou o presidente dos Estados Unidos quase legitimado como o síndico do planeta e o procurador da Terra para assuntos do espaço sideral. Ou seja, ele está assumindo o papel de síndico da Terra. Está sempre intervindo junto a quem está brigando. Se há dois países vizinhos brigando, o síndico vai lá e intervém da forma que considera mais adequada.

Acredito que por causa da globalização, do dinamismo das informações e vários outros fatores, deva existir em breve, e espero que realmente exista, um sistema novo de governo. Um sistema de gestão que complemente e diminua a sobrecarga da Organização das Nações Unidas. A ONU, vigia os direitos humanos do planeta todo. Estamos precisando de uma organização mundial que vise a gestão do sistema. Que determine critérios de negociações entre os países e uma série de coisas, cuja representatividade poderia se escolher o melhor critério.

Já existem atualmente, alguns sistemas e órgãos, e

diga-se de passagem, bem-sucedidos. São órgãos que defendem os direitos humanos, como as Nações Unidas, os que defendem os direitos da criança, como a UNICEF e a Primeira Embaixada da Criança no Mundo, com sede na República da Macedônia, da qual sou representante, na qualidade de cônsul em Belo Horizonte, Minas Gerais. Os comitês das Nações Unidas no setor da educação que já têm um bom encaminhamento com a UNESCO e a Associação Internacional de Educadores para a Paz Mundial, considerando a educação um elemento básico para a paz no mundo.

São caminhos que já estão sendo trilhados há algum tempo e têm um sucesso já consolidado. Existem as entidades atuando na área econômica como a OPEP, os bancos internacionais como o FMI e o BIRD, que estão sempre promovendo intervenção econômica nos países que estão em dificuldades, cuja economia está instável, através de empréstimos, etc. Existem também as intervenções de força de proteção global, como a OTAN para o Atlântico Norte. Junto a essas forças de proteção global, temos também a força de ajuda e socorro como a Cruz Vermelha, para minimizar os prejuízos dessa intervenção da força de proteção. Na área do meio ambiente, temos o Green Peace, além de outras organizações humanitárias e humanistas e as organizações não governamentais (ONG).

O que nós temos hoje, é a mobilização em vários setores da experiência humana sendo assistidas por intervenções globais. São instituições que não se restringem a um lugar específico e estão atuando de forma global. O risco é que essas instituições ou esses sistemas comecem a interferir uns nos trabalhos dos outros. Que eles comecem a ter dificuldades nos planos diretores com os planejamentos estratégicos, uns esbarrando na função do outro, ao invés de ir ao encontro da mesma causa e solução global.

Como não existe um sistema de gestão que leve todos a um sentido comum, o que essas organizações já exis-

tentes vão fazer, é estar sempre presentes para corrigir. Não existe nenhum planejamento do que deve ser feito. Na verdade, elas estão ficando com o que está errado, com o prejuízo. As intervenções são sempre quando algo está errado. É a política do “vamos evitar que aconteça um desastre ecológico”, “vamos evitar que aconteça a perda dos direitos humanos”, “vamos evitar que haja a perda de dignidade de uma nação”. Não existe nenhum sistema para estar presente, para fazer dar certo, antes de dar errado.

São sistemas complicados, porque a Força de Proteção Global, para manter a paz, tem como instrumento a guerra. É paradoxal, mas a Força de Paz, faz guerra. Se houvesse um sistema de gestão global, isso seria muito mais eficaz. Se conseguíssemos formar um grupo de representantes que idealizassem o que seria bom, ao invés do que não seria, e o que nós não queremos que aconteça, talvez nem continue acontecendo. É uma questão de direção, de gestão.

Se essas entidades existentes não tiverem uma meta-entidade que as façam convergir ao encontro de expectativas e propostas, correm o risco sério de iatrogenia. Tem várias coisas boas, mas nem tudo que é bom, é bom a toda hora. Em algum momento, elas estarão se chocando, estarão cruzando limites e estarão perdendo a noção da área de domínio e atuação.

A iatrogenia seria o risco dessas instituições com idéias boas, mal utilizadas, sem uma direção e uma gestão. Podem trazer problemas e ser questionadas. Temos como exemplo, o caso da OTAN. Ela está fazendo o que o Tratado do Atlântico Norte fez. Ela está cumprindo o Tratado, mas está sendo questionada. Se houvesse um sistema de gestão, não sobrecarregaria tanto a OTAN. Ela está sendo condenada, com a intenção de manter a estrutura respeitada de uma República, intervindo até pelos direitos dessa República.

O sistema de gestão global viria solucionar isso. Considerar a ONU, UNICEF, UNESCO, OTAN, OPEP, os Bancos Internacionais, a Cruz Vermelha e outros, como instrumentos, não como um fim em si. Eles são instrumentos de um sistema que ainda não existe. Não podemos sobrecarregar a ONU com a responsabilidade de estar tomando medidas extremas, que o nosso sistema atual está exigindo. Há de ser feito um sistema de gestão, não um sistema de correção e intervenção.

Eu realmente espero que exista um novo sistema de governo, um meta-sistema que gerencie os sistemas, porque isso já é uma questão de sobrevivência. Se nós tivermos um plano de gestão global, estaremos identificando o que é melhor para o planeta, e o que é melhor para as pessoas que vivem nele. Planejar, ao invés de apenas evitar. O que temos hoje, é um sistema preventivo.

Os sistemas existentes estão apenas apagando incêndios. Não existe uma proposta do que é melhor, existe uma proposta do que não é aceitável, do que não é admissível. Estão dizendo o que não se deve fazer, o que não se deve aceitar e do que não se deve permitir. Mas não há ninguém dizendo o que é melhor. Tem gente dizendo o que se tem que respeitar, mas cada um na sua área.

Não existe uma Constituição Global. Teria de haver princípios e valores que todos os moradores do planeta Terra deveriam concordar. Quem sabe, se todo mundo concordar que a Terra tem que ser preservada para a própria sobrevivência dos habitantes, não precisaria ser evitada a devastação. Quem não aceitasse essa regra, seria punido.

O sistema de prevenção não funciona, porque quem previne é quem não aprendeu com o erro. Não aprendeu e está tentando fazer tudo, para que ele não aconteça de novo. E é só uma questão de tempo, porque se você não aprendeu, vai cometer os mesmos erros. E se cometer os mesmos erros, vai ter os mesmos problemas, e o que é pior, problemas

agravados.

Essas forças de intervenção existentes, são extremamente sérias, idôneas e bem estruturadas, mas sem uma gestão. Cada uma para um setor específico, não enxergando de uma forma global. O que está faltando é um meta-sistema que perceba a necessidade de gerenciar esses sistemas. Uma instituição que programe o que é melhor, como vai ser e o que deve ser respeitado.

Uma proposta de gestão assim, vai encontrar dificuldades, como por exemplo, o nacionalismo, diferenças culturais, apego cultural, etc. O custo maior desse apego é estar desqualificando os outros. Se você tem um apego pela sua cultura, o risco é desqualificar a cultura dos outros. O nacionalista vai estar dizendo que a sua nacionalidade é a melhor, que a sua religião é a única que tem Deus de verdade, etc. Não existe a melhor forma; atualmente existe a menos ruim. A melhor forma, é uma proposta baseada em direitos e valores com que todos concordem. Essa é a melhor opção para a Terra hoje.

Não adianta mais você assistir ao noticiário de televisão falando da Indonésia e fazer de conta que isso não tem nada a ver com você. Antes você pensava na sua cidade, depois passou a pensar no seu Estado. Agora você se preocupa com o seu país e tem que se preocupar com o seu Continente, então preocupe-se com a Terra, porque você faz parte dela.

Nós precisamos de uma Constituição Global, de valores globais. Isso só não combina com nacionalismo e vaidade étnica. Que etnia é mais importante que a Terra? O que tem que ser preservado é o planeta. Não adianta mais pensar só na sua cidade, há que pensar no planeta, porque é a única chance que nós temos de sobrevivência.

Se uma pessoa pensar que a poluição ambiental, a qualidade do ar e a crise lá do outro lado do Continente não têm nada a ver com a sua vida, ela é irresponsável. As pes-

soas se isentam de responsabilidade, dizendo que não fazem a sua parte, com a desculpa de que os outros não estão fazendo a deles. Essa é uma atitude inconseqüente dentro dessa perspectiva global.

Está na hora de surgir um sistema de gestão global, que viabilize o crescimento adequado de uma forma estruturada e com uma economia estruturada. Talvez tenha que se criar um sistema de representatividade que possa facilitar a participação de autoridades de todas as nações. Devido aos problemas de administração de alguns países, que ainda não deram conta nem de uma administração local adequada, talvez isso ainda não seja possível, mas se não começarem a se preparar agora, não vão estar prontos nunca. Está na hora dos políticos, principalmente no Brasil, pensarem numa forma de gestão interna melhor, porque se eles não conseguem administrar nem o próprio país, eles não estão preparados, em hipótese alguma, para ajudar numa gestão global. Pensar nos interesses da nação e do Continente de uma forma mais responsável.

Já houve tentativas que não deram certo, como o caso do Japão tentando ajudar a Ásia, mas isso não quer dizer que todas as tentativas dariam errado. O Japão, talvez tenha tentado criar um sistema global, mas num sistema de domínio e assim, não funciona. A Terra não é o Japão. Não existe mais a necessidade de caracterizar quem é o mais poderoso. Quem é que manda no planeta. Nós precisamos encontrar um sistema que leve todas as nações, todas as organizações que conglomerem nações, num mesmo sentido.

Se existisse um sistema de gestão global, ele poderia admitir até uma oposição, desde que seja uma oposição responsável, que não seja apenas do contra. Ser do contra é uma coisa, mas tem que dar ou apontar uma solução. Propor algo melhor. As pessoas estão sempre dizendo o que não querem, mas não se preocupam com o que é melhor.

Essa política da oposição também tem que ser repensada. Todo país tem uma oposição. Mas nenhuma delas dá uma idéia melhor. Elas mostram as falhas, mas não sugerem a solução. O que não se pode ter, é um sistema de oposição baseada no terrorismo. Isso não é mais para a nossa geração, nem para o nosso milênio.

O terrorismo talvez seja importante, visto que ele é uma oposição. Só que está tentando provar que aqueles a quem ele se opõe, estão errados. O terrorista tenta provar que alguém está errado, mostrando a fragilidade dele. Não seria melhor, ao invés de mostrar a fragilidade do outro, mostrar a própria força? O terrorismo não tem muita função, quando o objetivo dele é apenas mostrar que o outro está errado, ao invés de sugerir como deveria ser. Por isso, há uma diferença entre terrorismo e oposição. A oposição deveria dizer que não concorda com você, e dizer com o que ela concordaria. O terrorismo não concorda com você, mas o desqualifica. Ele o expõe, tentando pôr você frente a uma fragilidade. O terrorismo produz angústia nas pessoas, porque você nunca sabe onde ou quando vai ter um ataque terrorista.

A forma que o terrorismo usa para se opor ao sistema ou a alguém, é questionável, principalmente pelo uso da violência. Quando alguém age assim, perde o seu direito. Toda publicidade em torno do terrorismo é de que ele é uma atrocidade. A idéia deles de fazer uma oposição é boa, mas a forma como o fazem, com certeza é questionável.

Nós precisamos de oposição sim, porque todo sistema que é unânime, corre o risco de cometer erros, de ser ineficiente. Quando todo mundo concorda na mesma coisa, há uma perda, porque alguém poderia discordar e melhorar o sistema. Se você não encontra defeito em alguma coisa, não pode melhorá-la. A oposição tem que existir, mas de uma forma consciente e responsável. Uma oposição que possa ser respeitada, que conquiste o respeito das pessoas.

A única oposição mundial que nós temos é o terrorismo, mas não é uma oposição responsável. Assim como precisamos de uma gestão global, precisamos também de uma oposição global, para contrabalançar o processo.

Nós estamos com uma economia globalizada, mas não temos uma gestão global. Temos uma interferência global, e um interferência de força, para corrigir o que está errado.

Com a globalização e as diferenças sócio-culturais e econômicas dos países, é preciso acontecer em breve a instalação de um sistema de gestão, para que a globalização tenha efeitos positivos para o planeta.





## Capítulo 11

### **SOCIEDADE X MARGINALIDADE**

Na realidade existem duas sociedades. A sociedade estruturada, regida por regras, valores e leis e uma outra sociedade paralela, constituída pelos marginais, os que estão realmente à margem da sociedade, ou seja, fora dela, mas que ao mesmo tempo formam uma outra sociedade.

São duas sociedades que seguem regras diferentes. Essa sociedade que é estruturada, que tem um sistema de governo reconhecido, que tem leis e um conjunto de valores éticos e morais, pode também constituir leis para ajudar as pessoas da sociedade paralela, essa sociedade não convencional, a vir para esta sociedade estruturada. Ao mesmo tempo que se ela não conseguir lidar adequadamente com os seus integrantes, corre o risco deles migrarem para a outra sociedade paralela. (figura 7)

A questão é que uma sociedade vive da outra. Quando a sociedade estruturada em leis e em ética, começa a ser gerida de uma forma não adequada e começa a ter dificuldades, como a nossa atual, com alto índice de desemprego, câmbio instável, risco de inflação alta, deixa de ser tão atracente, porque causa transtorno às pessoas.

Quando uma sociedade fracassa, a outra se fortalece. Se combater a violência e a criminalidade da sociedade paralela, fazendo com que ela perca força, a sociedade estável cresce. Se a administração da sociedade estruturada for ineficaz, a população se tornará angustiada, então a outra sociedade é que se fortalecerá. A possibilidade de resgatar

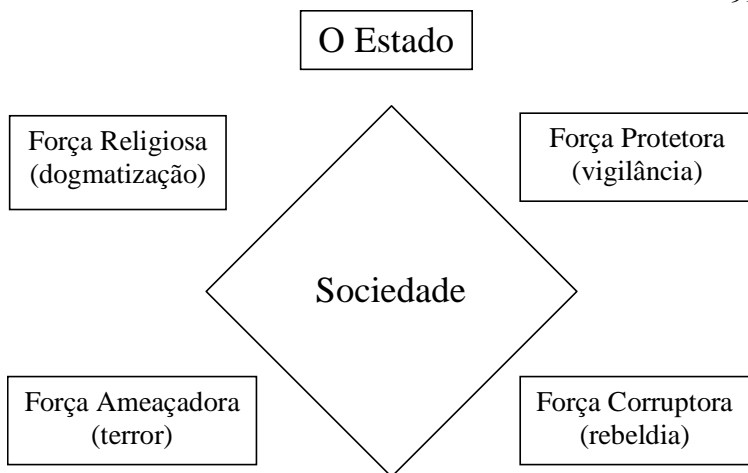


Figura 7

indivíduos da sociedade paralela para a sociedade estruturada só é provável se essa sociedade estiver bem fortalecida e houver realmente probabilidades de crescimento, caso contrário, a probabilidade é maior de haver o processo inverso, ou seja, indivíduos da sociedade estruturada passarem para a sociedade paralela.

## Capítulo 12

### **PUNIÇÃO X CORREÇÃO**

O sistema carcerário atual que nós temos, constitui em punir o indivíduo daquilo que fosse mais importante para ele, para que ele se arrependesse do que fez e não fizesse nunca mais. E o que é mais importante para o indivíduo que vive em sociedade? O convívio com a família, a liberdade de ir e vir, onde e quando quiser.

Liberdade, dentro da nossa sociedade, é um valor muito importante. Ser privado da família com que se tem uma união de amor é muito triste. Triste o bastante para fazer alguém que cometeu um erro, se arrepender e não cometer mais aquele erro. Ele não queria perder aquilo, e a partir do momento que perder, vai sentir falta e então vai se corrigir, para não perder de novo. Só que na maioria das vezes, quem vai para o sistema carcerário, não tinha isso como valor. Um indivíduo que sempre morou na favela, sempre foi para as ruas para conseguir o que comer na rua, esse indivíduo não tem a liberdade como um valor. Ele não tem o afastamento do convívio social da família como valor, porque ele nunca teve isso. Ele sempre foi afastado. Ele não tem laços afetivos, cuja perda iria lhe fazer muita falta a ponto dele se arrepender.

Na marginalidade eles não têm nenhum tipo de irmandade como nós conhecemos. Quando você tira uma pessoa da sua irmandade, você pune, porque está tirando dela uma coisa preciosa. Que coisa preciosa você pode tirar de um marginal? Ele já sabe como é uma cadeia, sabe da

probabilidade de ir para lá e ainda assim ele acha que vale a pena arriscar. Ele vai preso, vai ter onde dormir, vai ter o que comer e vai ter até atendimento médico. Os presidiários têm um atendimento médico, que por mais precário que seja, ainda é melhor do que o atendimento do cidadão comum que depende da previdência social. Esse último tem que dormir em filas para conseguir marcar uma consulta médica, na maioria dos casos para uma semana ou mais de espera. Os presidiários têm um ambulatório e até uma enfermaria no presídio.

Que valor o sistema carcerário está tirando dos presos, que possa fazê-los se arrepender e corrigir? Está tentando punir o indivíduo, achando que está tirando dele um bem precioso, mas não está, porque o que se tira não faz parte dos seus valores. Para se ter um sistema carcerário que funcione para os elementos da sociedade paralela, teríamos que entender o que é mais precioso para esse indivíduo. Já que temos duas sociedades e a sociedade estruturada encarcera os indivíduos que estão na outra, nós teríamos que ter dois sistemas penitenciários. Um para punir os indivíduos da sociedade e outro para punir os marginais. Se eles não compartilham as mesmas leis, os mesmos valores, o sistema de correção também não pode ser o mesmo.

O nosso sistema atual funciona muito bem para o indivíduo que tem um padrão social introjetado. O indivíduo que tem uma moral, uma ética a zelar, se ele cometer um delito, é capaz de se arrepender, porque um cidadão civilizado, com religião, temente a Deus, estruturado, se cometer um delito, não precisa nem ser punido, porque sua consciência já o pune. O trabalho da sociedade é só dar uma punição extra, porque ele mesmo já vai se punir e essa é a pior punição. Mas para um indivíduo que diz que a vida dele não vale nada, se ele morrer, morreu, se não morrer, ele mata, que privação ele vai ter numa penitenciária? Pelo menos na forma que nós temos, o sistema carcerário não é

um sistema de correção.

Já se discutiu muito sobre a pena de morte. Nós pensamos que não é certo matar um indivíduo só porque ele cometeu um delito. Mas na sociedade deles, eles matam. Eles têm a sua pena de morte. A conhecida “queima de arquivo” dos traficantes de drogas é um tipo de pena de morte. Na nossa sociedade com ética e moral, não admitimos isso por compaixão. E é dessa compaixão que eles sobrevivem, porque a nossa própria ética não vai nos permitir criar um sistema correcional para eles nos moldes que os afetaria.

O que poderia corrigir um indivíduo da outra sociedade? Tortura? Espancamento? Trabalho forçado? Tudo o que a nossa sociedade não admite, mas não admite para os indivíduos com valores sociais introjetados. Mas eles não têm os mesmos valores. A tendência que a nossa sociedade tem é de se colocar no lugar do agressor. Colocando-se no lugar dele, ele não vai querer aquilo para si como punição, mas na verdade, ele não estaria no lugar do agressor, porque o seu senso ético e moral não lhe permitiria fazer o que o agressor fez.

Nosso sistema carcerário funciona para o verdadeiro cidadão e talvez seja até excessivo. Para um cidadão honrado, o nosso sistema de correção é até muito rígido, mas para um marginal que não tem os mesmos valores, ele não vale nada. Priva o elemento da liberdade, mas ele foge e comete os delitos de novo. Então ele não foi punido. Não se obtém o resultado que se espera do sistema carcerário. Você só pune o indivíduo, cujos valores ele vai sentir falta.

Existe um grupo de interstício na sociedade que são as pessoas que não introjetaram bem os valores sociais e vivem de conveniência. Elas vão para onde estiver mais atraente. Nessa sociedade paralela, não convencional, também existe hierarquia, porque ela também é estruturada. Dentro de outros parâmetros, com outras leis e outras regras, mas que também faz existir uma pirâmide social. Existe uma

cúpula de alto poder aquisitivo, como os chefões do crime organizado, os traficantes de drogas, os bicheiros, etc. E essa cúpula é a classe que mais tem acesso e até convívio direto com a sociedade estruturada.

Os bicheiros, que praticam os jogos de azar, que aliás até o próprio governo mantém, são considerados contraventores por não terem a sua modalidade de jogo, no caso o “jogo do bicho”, oficialmente legalizada. Por serem considerados contraventores, eles fazem parte da sociedade paralela, mas patrocinam times de futebol, escolas de samba e instituições filantrópicas. O que separa esses dois mundos são os princípios que eles seguem, ou a lei a que se submetem, mas eles estão no mesmo contexto da sociedade e convivendo no mesmo espaço físico.

Você pode não estar produzindo nada, mas você só será considerado marginal se infringir a lei ou cometer algum delito. Se isso não acontecer você será um cidadão, um membro da sociedade. Nessa convivência dos grupos, para se tornar um marginal, além de cometer o delito, ele tem que ser enquadrado e julgado pelas leis da Constituição. Você pode até ser um privilegiado como, por exemplo, os deputados. Toda hora estão cassando um deputado. Dentro da sociedade, eles têm uma representatividade, têm seus privilégios, têm um poder e até uma imunidade. A imunidade parlamentar, mas até que cometa uma infração grave. Nesse caso, será julgado dentro das normas do grupo a que pertence.

O Exército tem suas próprias normas e que são diferentes das normas da Polícia Civil, etc. Cada grupo Meta-Social julga a si mesmo, a menos que o delito seja muito grave e haja uma pressão, às vezes até da própria população, então poderá ser julgado pela Justiça Comum. Ou seja, dentro das mesmas leis aplicadas ao cidadão comum.

Existem níveis de infração. Existem atenuantes e agravantes, porque os delitos têm peso diferente. Existe uma

classificação legal diferenciada. Até um assassinato, que é um delito de maior peso, pode haver atenuante e agravante. O réu primário, por exemplo. Ele matou, mas é a primeira vez, o crime dele tem um atenuante.

Se o assassino é pego na hora do crime, ele é preso imediatamente, porque foi um flagrante, mas se ele fugiu, e passar quarenta e oito horas do flagrante, só será preso quando for provado que ele cometeu o crime e for condenado. Isso deveria ser o contrário: quem se apresentasse seria julgado em liberdade, porque assumiu o erro. Mas infelizmente, quem foge é que tem mais vantagem, o que gera um problema sério nos casos de acidentes de trânsito com vítima, porque o culpado acaba negando socorro, com medo de ser pego em flagrante, caso a vítima não resista e venha a falecer.

Os assassinatos podem ser classificados em latrocínio, homicídio, homicídio culposo, etc. Um mesmo ato, ou seja, tirar a vida do outro, ainda assim tem peso diferenciado perante a lei. Tirar algo de alguém também pode ser classificado como furto, assalto ou roubo, dependendo das circunstâncias em que ocorrer o delito.

A principal função da lei é manter a sua integridade física. Se você morre, a sociedade tem um prejuízo grande, porque a função máxima dela é proteger a vida dos indivíduos. Se alguém tira essa vida, é um delito gravíssimo, mas quem deve ser punido? Quem tirou a vida, ou quem permitiu que ela fosse tirada? Se essa é a função máxima da sociedade, ou seja, proteger a vida dos seus integrantes, e vem alguém e a tira, é porque aquele indivíduo não estava resguardado o suficiente. Ou então a sociedade não pode assumir essa função de proteção máxima como objetivo ou como publicidade.

A sociedade pretende garantir a sobrevivência de todos os seus integrantes, por isso o governo não se sente culpado quando alguém morre na fila da previdência social.



Ele tem, mas ao mesmo tempo não tem a função de proteger a sua vida. Ele tem a função de punir quem a tirou, mas não se responsabiliza por você ter perdido. Ele garante a punição e tenta garantir a prevenção.

O peso de um delito é proporcional aos seus direitos. Se alguém tira alguma coisa de você financeiramente, o delito dele não é tão grave como se ele tirasse a sua vida. O encargo da proteção que o Estado tem que ter com você também é o inverso. Quando tiram a vida de um contribuinte é uma coisa, quando tiram dez reais desse contribuinte é bem diferente. O último é um delito bem mais leve. Em caso de roubo, a lei também julga a sua atitude. Por exemplo, se você está do lado da sua caixa registradora, chega alguém e leva o seu dinheiro, é um assalto. Mas se você sai da sua loja, deixando-a aberta, a caixa registradora aberta e vai até a esquina, se alguém chegar e levar o dinheiro, é furto. Porque você foi negligente, o delito dele não é tão grande, porque você facilitou. Pela lei, ele roubou, mas você também teve culpa. Isso é uma ironia, porque é como se você tivesse obrigação de se proteger, mas essa não é uma função da sociedade? Se ela cumprisse bem a função dela, não se pensaria em negligência. Se você estivesse devidamente protegido, deixar a sua loja aberta seria natural.

O grande problema é que o tamanho e a organização dessa sociedade paralela está aumentando, e quando a marginalidade aumenta, a responsabilidade da direção da sociedade estruturada diminui. A responsabilidade que ela tinha, mas não consegue dar conta, ela atribui as seus integrantes comuns. É como se ela dissesse: “olha gente, a coisa está difícil, o número de assaltantes e de ladrões está muito grande, nós não estamos dando conta de protegê-los, então tenham seus cuidados”. Numa sociedade em que o sistema de prevenção já não é mais possível, quando a polícia fica prejudicada na sua ação de combate ao crime, só lhe resta punir depois que acontecer. Ainda assim, conforme a

situação nem isso ela vai conseguir. Vai correr atrás, mas poucos serão presos. Mesmo os que forem “punidos” com a prisão, dentro dos moldes correccionais que temos, com um sistema carcerário deficiente, como é o caso, em pouco tempo esses indivíduos estarão de volta às ruas e cometendo os mesmos delitos.

O índice de violência que ocorre nos grandes centros urbanos é um reflexo disso. A polícia não consegue prevenir mais. Ela está passando esta tarefa de prevenção para o cidadão, mas a função de corrigir e punir ainda é por conta da sociedade, ou seja, dos órgãos competentes para isso. Se você como indivíduo corrigir alguém, você passa de vítima para culpado. Você infringiu uma norma da sociedade, porque para ela, apenas os órgãos competentes, como a polícia têm o poder para corrigir e punir. Isso não é função do cidadão comum.

Conforme a sociedade marginal cresce, a direção e proteção da sociedade constituída diminui, porque fica humanamente impossível manter um sistema de policiamento eficiente. Mesmo se chegasse a um ponto em que tivéssemos um soldado para cada bandido, ainda assim não funcionaria, porque o soldado estaria em desvantagem em relação ao bandido. Seria uma luta desigual com vantagens para o bandido, porque o soldado tem regras para seguir e contas a prestar, como por exemplo, o uso indevido da força, abuso de autoridade, negligência, etc. Os marginais estão cada vez mais equipados, tanto em termos de estratégias e técnicas, como de armamento. Nós temos uma sociologia dupla. Uma sociologia regida por princípios morais, constitucionais e legais e a sociologia de uma sociedade regida por regras e leis naturais no sentido da sobrevivência.

Ainda temos o risco dessa sociedade regida por leis perder seus integrantes para a sociedade marginal. Uma evasão social mesmo. Não é tão raro indivíduos da socie-

dade caírem na marginalidade. O índice de desemprego é um fator importante nesse processo de evasão. Se a sociedade assume a atribuição de gerar emprego, e se isso não acontece, automaticamente o indivíduo que perde o emprego, se não tiver uma inteligência sentimental bem alicerçada no ético e moral, começa a achar que tem direitos de posse do que não é seu, porque está sendo prejudicado pela sociedade. Se o governo não lhe dá emprego como promete, ele começa a roubar “justificadamente”; cai na marginalidade e não se sente culpado, sente-se uma vítima da sociedade. É o caso de ladrões que são pegos pela polícia e dizem que roubam para sustentar a família que estava passando fome, etc. A sociedade não cumpriu o que prometeu, então ele perde o compromisso de seguir as normas dessa sociedade. Isso não quer dizer que todo desempregado vai se tornar um marginal. Vai depender da formação moral desse indivíduo.

Existem milhares de desempregados que estão fazendo pequenos trabalhos autônomos, vivendo de subempregos para sobreviver, sem nem pensar em roubar. Como normalmente o índice de desemprego atinge mais a classe dos marginalizados da sociedade, ou seja, a classe de baixa renda, o risco de haver essa evasão social é muito grande, porque são indivíduos que tiveram uma formação e uma educação familiar precária e pouco grau de instrução. Quanto menos privilégios ele teve da sociedade, menos culpa vai sentir se não cumprir os seus deveres para com ela.

Enquanto o governo e o povo mantiverem a idéia de que é função do governo dar escola, dar saúde e dar emprego, o risco dessa sociedade voltar-se contra si mesma é muito grande. Numa sociedade paternalista, os cidadãos se sentem cada vez menos responsáveis por si mesmos. Ele é um necessitado e tem que haver alguém para lhe dar. Se não der, ele é uma vítima e vítimas não crescem. O cidadão tem que cada vez mais responsabilizar-se por seus atos. Quan-

do isso acontecer, o governo vai deixar de ser um pai e vai se tornar um patrão. Quando o governo deixar de ser paternalista, a cúpula administrativa do país passará a ser uma equipe de gerentes e diretores de uma grande empresa e não de uma grande família.

Mas para isso acontecer os cidadãos teriam que mudar os seus conceitos. Quando os indivíduos se sentirem responsáveis por estudar, trabalhar, investir neles mesmos no sentido de qualidade de vida, saúde e estudo, a sociedade vai começar a mudar. A sociedade paternalista só serve para indivíduos com a síndrome do “coitadinho”. Os indivíduos que mal fizeram o segundo grau, não se interessam em aprender nenhuma profissão específica são os que mais reclamam do governo. Eles não têm formação nenhuma, não querem ter, mas querem ter um emprego que lhes dê um padrão de vida igual ou melhor do que o do indivíduo que tem um curso superior. O indivíduo que “chora” muito, geralmente é o que tem menos a oferecer.

Como o governo ainda está se atribuindo essas funções, então por quê ele está privatizando? Está tentando tirar de si essas responsabilidades. Está tentando fazer a própria sociedade ser responsável por si mesma. Uma sociedade só será mais justa, na medida em que seus cidadãos forem mais justos com a sociedade e até mesmo com o governo dessa sociedade.

Um indivíduo que cobra muito e tem pouco a oferecer, não está sendo justo com o governo e nem com a sociedade. Numa sociedade tem que haver um sistema de troca. Tecnicamente é assim, ou seja, um médico, um engenheiro têm um nível de salário diferente de um balconista. Esses indivíduos não querem nem saber o que o médico e o engenheiro fizeram para chegar onde estão, mas eles querem ter os mesmos privilégios. E se sentem vítimas por não terem um salário igual ao do outro. Isso acontece porque não houve um processo de conscientização. Onde poderia haver

essa conscientização? Poderia ser na família, na escola e até nos meios de comunicação, mas isso é um processo longo que infelizmente no Brasil ainda está um pouco distante, mas nunca é tarde para começar. Ainda estamos numa sociedade paternalista e já está provado que ela não funciona, embora o povo ainda insista em mantê-la e culpe o governo por tudo o que acontece. Há uma crise, o governo é o culpado, mas ninguém culpa os empresários incompetentes. Aliás, se existem empresários incompetentes, culpam o governo que não lhes deu treinamento.

O empresariado brasileiro, em grande parte, é um empresariado não profissional. Normalmente o indivíduo constitui uma empresa, começa a ser bem-sucedido na maioria das vezes, porque o brasileiro tem essa criatividade, essa força de trabalho de começar do nada, mas ele não vai para frente. O empresário brasileiro não vai para frente, porque tem a idéia de que vai se enriquecer rapidamente. Ele valoriza muito sua capacidade produtiva e subestima o mercado.

Ele sempre faz planos para a empresa, pela capacidade produtiva que ela tem, não necessariamente pela demanda que o mercado tem sobre o que ele é capaz de produzir. Por isso, seus planejamentos são sempre para mais. Eles sempre estão analisando o caixa que eles poderão ter, quanto eles poderão faturar no mês que vem. O empresário normalmente calcula o que ele é capaz de produzir e o que essa produção pode lhe render. Então assume um compromisso compatível com essa produção, mas se esquece de verificar se o mercado quer comprar o que ele é capaz de produzir e se é nessa proporção.

O profissional liberal também faz compromissos baseado no que é capaz em quantidade de serviços. Essa quantidade de serviço me dá uma quantidade xis em dinheiro, então eu faço um compromisso até xis. Mas ele se esquece de analisar se vai ter clientela, se estão precisando do

serviço dele nessa proporção. Capacidade de produção é uma coisa. Mercado capaz de consumir essa produção é outra absolutamente diferente.

Tanto os empresários, quanto os profissionais liberais não costumam medir a ociosidade que o próprio mercado produz na sua capacidade produtiva. O que se poderia estar ganhando é uma possibilidade, mas o que realmente se ganha é a realidade. Os planejamentos têm que ser feitos para a realidade e não em função das possibilidades.

O empresariado brasileiro tem a tendência de tornar tudo o que faz maior do que é, comparado com o que é real no mercado. Ele não faz estatística. Se fizesse, teria o domínio dos índices de altas e baixas próprios do seu negócio. Ele sabe que o negócio é cíclico, mas sempre calcula com a possibilidade e faz empréstimos acreditando na sua capacidade de produção, mas se esquece que tem que haver quem compre o que ele tem para vender. Vai sempre colocar a culpa nos planos do governo, mas na verdade são os seus planos que são inconsistentes. Os planejamentos de certos empresários brasileiros são totalmente inconsistentes e até mirabolantes.

O brasileiro geralmente faz dívidas baseado na capacidade de oferta, não pela demanda. Fazer cálculos pela capacidade de oferta é fazer cálculo apenas com a possibilidade e fazer cálculos pela demanda de mercado é fazer cálculo pela probabilidade. Para saber da demanda, ele tem que fazer uma estatística e recorrer a pesquisa de mercado. Se ele tem uma estatística, está mais próximo da realidade e a chance de acerto é muito maior. Os que agem assim, são os que sobrevivem com as crises do governo e até ganham com elas, enquanto os outros estão dizendo que são motivo de falências.

Por que alguns empresários crescem e têm mais lucros nas crises, enquanto outros ficam endividados e podem até falir? A diferença é que um trabalha com a proba-

bilidade e está dentro da sua realidade, enquanto o outro pensa só na possibilidade. A maioria dos empresários brasileiros é fantasiosa. Numa situação de otimismo extremo, está sempre superestimando a sua capacidade e subestimando o mercado. O otimista, neste aspecto, só vai alcançar alguma coisa na sorte. É até um ato de coragem, porque isso é arriscar.

O problema não são os planos de governo. Além de não conhecer o próprio negócio e administrá-lo mal, eles fazem uma apropriação indébita. Eles têm a coragem, a caradepau de colocar dois salários mínimos como *pro labore*. Coloca essa quantia para não pagar imposto de renda como pessoa física, mas está de carro zero na garagem, declarando uma renda de dois salários mínimos. Sempre acha que o que entra na empresa é dele, mas não é. O que é dele é o salário que ele declara: *o pro labore*.

No final do ano, num balanço, se deu liquidez, deu lucratividade, ele pode até pegar uma parte do lucro e reinvestir a parte na empresa. Pegar o lucro da empresa é um direito seu, porém, o que mais acontece é o empresário chegar no caixa, pagar as dívidas, os custeios e colocar o que sobra no próprio bolso. A ponto de sacrificar o circulante da empresa, aquele dinheiro disponível para fazer um bom negócio, para comprar uma mercadoria com preço mais acessível, ou seja, a reserva que ele teria até para contornar as crises. Com esse dinheiro ele troca de carro, constrói casas, compra sítio, etc. Essa empresa vai perder capitalização, ela não se desenvolve como deveria, porque o lucro dela não é investido em qualidade e produtividade, mas o dono se enriquece.

Essa mistura entre pessoa física e pessoa jurídica não funciona. Os objetivos sociais da pessoa jurídica, que é a empresa, com certeza não são os mesmos do indivíduo. A lei já ajuda, mas ainda assim o empresariado não dá conta de lidar com isso. Infelizmente os empresários brasileiros

não conseguem separar as coisas. É comum os indivíduos levarem o talão de cheques da empresa para o supermercado, para comprar roupas, etc. Ele não sabe diferenciar que aquilo não é dele.

A empresa é para a sociedade, o que lhe pertence é o lucro do que ele faz. Mas se ele retirar mesmo desse lucro, uma quantia maior do que ele declara como seu salário, acho que é uma apropriação indébita, para não chamar de sonegação. Normalmente esse tipo de empresário desconhece até as instabilidades normais do próprio mercado, porque ele acha que o mercado tem pico de venda sempre. Quando vem uma baixa que é normal, é cíclica, todo negócio tem ciclos de baixa e ciclos de alta, ele vai ao banco e faz um empréstimo. A empresa pode pagar juros altos a bancos, mas não pode recolher dividendos do que produziu, porque esses dividendos ele recolhe para o próprio bolso. A dívida vai crescendo, o pico é depressivo, ele não consegue vender na mesma proporção e fica endividado, mas não é capaz de vender seus bens para pagar as dívidas. Quando ele se conscientiza da gravidade da situação, que vai ter que vender mesmo, os seus bens, em muitos casos, já não pagam nem a metade do que ele deve. Ele ainda argumenta que a casa foi ele que construiu, o sítio era o que ele mais queria na vida. Queria, mas teve na hora errada. Padrão de vida é uma coisa muito séria no Brasil.

O brasileiro, principalmente os empresários, constituem um padrão de vida no limite do que pode ter. No limite para mais. Quando vem a queda, a depressão, a baixa do nicho de mercado em que ele atua, ele não diminui o seu padrão de vida. Ele o mantém, e às vezes até passa a gastar mais do que entra. Aí recorre ao cheque especial, ao cartão de crédito e em seguida perde a condição de pagar suas dívidas em dia. Quem comprou um carro com financiamento indexado em dólar, fez uma dívida que não tinha condições de cumprir. O indivíduo compra um carro popular, sa-



bendo que na melhor das hipóteses vai pagar uma vez e meia o valor do carro, então está adquirindo um bem que não poderia ter naquele momento. Se juntasse o dinheiro, em menos prazo do que dividiu para pagar, compraria o mesmo carro à vista. Por que o governo tem que manter as taxas de juros altas? É porque muitos brasileiros têm um padrão de vida que não condiz com o seu poder aquisitivo.

Na época em que o plano real foi implantado e estabilizou a economia, havia pessoas que estavam devendo cinquenta por cento acima do seu salário em prestações por até doze meses. Mesmo depois da estabilidade, houve um aumento absurdo no consumo de eletrodomésticos, de móveis, etc. Há também o problema de quem só consegue poupar fazendo dívida. E ainda usam chavões como: “quem não deve, não cresce”, “para crescer tem que dever”, etc. Constituem obrigações financeiras para se forçar a “poupar”.

Está surgindo uma modalidade nova de psicanálise que é a psicanálise empresarial. Ela tem um campo muito vasto, porque o que mais vemos nos empresários é uma verdadeira transferência das neuroses pessoais para a empresa. Ele contamina a empresa com as suas neuroses. A empresa é o retrato dele. É uma crise atrás da outra, porque as pessoas têm crises. Se o indivíduo tem uma instabilidade pessoal, a empresa dele também fica instável. Se ele tem um problema conjugal, a empresa dele também tem problemas. A empresa fica sem estruturação nenhuma, sem limites.

Quando uma empresa dá os primeiros sinais de prejuízo, o empresário e a família dele começam a gastar mais. Ele se apodera do lucro da empresa e consegue passar a perna em si mesmo, mas o pior é que normalmente ele vai achar um plano econômico do governo para culpar pela sua falência.

Nós temos um governo e milhões de cidadãos. Nes-

se relacionamento de povo e governo existe um sistema de culpa e angústia. Se o povo está angustiado com um plano do governo, com a flutuação do dólar, com a inflação, ele está se isentando de culpa. Está culpando o governo e não se sente responsável por nada. Quando se isenta de responsabilidade, ele não cresce. O amadurecimento exige responsabilidade.

As pessoas deveriam se sentir pelo menos um pouco culpadas com a oscilação do dólar. Pelo menos se perguntar o que ela poderia ter feito para gerar esse problema. Enquanto isso, elas apenas reclamam. É muito comum nós ouvirmos alguém dizer que faliu naquele plano econômico X. Outro faliu naquele outro plano Y. Um empresário que vai à falência por causa de um plano econômico, vai falir várias vezes, porque não aprende a lição. Quando ele culpa determinado plano está dizendo que foi uma vítima, não foi responsável em nada.

Nós precisamos de uma sociedade estruturada de tal forma, que delegue responsabilidades a cada cidadão, porque um cidadão angustiado vai produzir uma sociedade estagnada, sem desenvolvimento.

Existem dois tipos de angustiado. Aquele que se sente realmente um coitadinho, uma vítima; é o angustiado fragilizado. O governo o está prejudicando e a vida também não ajuda, ele acaba acreditando nisso, e mergulha na autopiedade e no desespero. E tem o angustiado arrogante, aquele que se sente vítima, mas acha que tem que lutar por seus direitos, então ele sai, ameaça, faz passeata, desafia e desacata as autoridades. Essa angústia fortalecida é muito poderosa.

No Brasil ela até já depôs um Presidente da República. É perigoso ter um povo em que os cidadãos estão sempre exigindo coisas, apenas por pagar os impostos. Isso até se justificaria, se eles realmente pagassem e não sonegassem como é o caso. Há mais sonegadores que pagado-

res. Mesmo assim eles se justificam dizendo que sonégam porque os impostos são muitos. Se ele não sente culpa em sonegar, é porque não introjetou o padrão ético e moral adequadamente. Ele está cometendo um delito e mesmo assim reclama do governo pelo excesso de impostos. Na ética e na moral, ele deveria se sentir constrangido em sonegar, se não se sente, é porque ele não introjetou os padrões da sociedade em que vive. Ele só se submete quando lhe é conveniente, para obter os privilégios dessa sociedade. Mas não se submete para proporcionar subsídios para a sociedade poder lhe dar os privilégios.

Toda sociedade só será justa, na medida em que os deveres e direitos estiverem em paralelo. Se você tem mais deveres que direitos, então você está sendo prejudicado, mas se você tem mais direitos que deveres, então você está prejudicando alguém ou a sociedade como um todo.

Essa é uma questão de educação, do que é certo ou errado tem o nascimento no grupo social chamado de “família”.

## Capítulo 13

### A FAMÍLIA

O primeiro grupo social de que o indivíduo participa é a família. Ao nascer, a criança já entra num mundo social já pronto, com a organização econômica, as leis, o sistema político do país, a cultura, a religião, os costumes, o idioma, etc. Essa realidade foi construída por pessoas que antecederam essa criança. Ela vai ser introduzida aos poucos nessa sociedade, mas num primeiro momento, ela vai conviver apenas com a família. É através da família que o indivíduo vai ser preparado, por meio da educação, para participar de outros grupos sociais.

No nosso atual contexto social, em que os pais precisam trabalhar fora, ocorrem dificuldades nas relações e os pais acreditam que precisam compensar o filho pela sua ausência. Infelizmente eles estão compensando da forma menos aconselhável que é dando liberdade sem limites. A falta de limite interno dentro da família, vai produzir indivíduos despreparados para o grupo social externo.

A ética e a moral eram fundamentais na formação da família há duas ou três gerações atrás. Era no seio familiar que o indivíduo se desenvolvia e aprendia o que era certo ou errado. Com a dinâmica e a expansão da sociedade, com os meios de comunicação, com a revolução cultural, começou-se a exigir indivíduos mais flexíveis. O problema é que essa flexibilidade atingiu a ética e a moral e flexibilizou o conteúdo da educação familiar. Não se definiu que tipo de flexibilidade se estava buscando. Que você tenha indivíduos mais flexíveis nas habilidades profissio-

nais, indivíduos mais flexíveis nas atividades domésticas, ótimo. O problema é que se flexibilizaram certos princípios fundamentais e o que estamos vendo é um grande número de indivíduos despreparados e desestruturados para o convívio social.

Ensinar o certo e o errado dentro de um contexto ético e moral, consiste em dar limites. O indivíduo tem que se frustrar, mas também sentir culpa pelo que fizer contra a ética e a moral. A frustração e a decepção fazem parte da nossa vida diária na sociedade; a questão é o que você faz com elas. A frustração é uma palavra com uma conotação negativa, mas no desenvolvimento psicológico, ela tem uma função positiva quando se trata de crescimento e maturidade. Segundo Pearls, “sem a frustração não existe necessidade, não existe razão para mobilizar os próprios recursos, para descobrir a própria capacidade, para fazer alguma coisa”.

Uma criança mimada é uma criança que não foi frustrada o suficiente. Quando se tornar um adulto ela não tentará usar o seu potencial, mas sim controlar e manipular os outros em seu favor. Isso pode dar certo com os pais, dentro da família, mas não funciona nos outros grupos sociais. Se você tem uma frustração ou uma decepção e atribui a responsabilidade dela a alguém, você perdeu a chance de crescer. Ou você se sente um coitado, ou tem uma atitude agressiva com o outro para exigir que ele faça melhor. Que o outro faça melhor o que você não fez por si mesmo. Cobrar do outro o que você deveria ter feito.

Quando o indivíduo se frustra ou se decepciona com os outros ou com a vida, ele se angustia, se sente prejudicado. A pessoa sente que está sendo prejudicada, mas a verdade é que ela rejeita a si mesma. Se ela se angustia, não cresce. Mas quando ela se decepciona e se cobra, sente a sua parcela de culpa naquela situação, então cresce e produz. Se ela se decepciona consigo e se sente vítima com

pena de si mesma, angustia-se de forma fragilizada. Tanto a pessoa angustiada consigo mesma, quanto a pessoa angustiada com os outros, nunca terá um convívio adequado dentro da sociedade.

Essa formação moral sempre coube à família. Atualmente há um jogo nisso, porque a sociedade cresceu. Para a pessoa viver nessa sociedade desenvolvida, ela precisa de capital. Se ela precisa de capital, então precisa de uma renda familiar condizente afim de ter o que a sociedade está dizendo que é preciso ter: qualidade de vida, poder aquisitivo, etc. E se ela concorda, ela quer ter tudo isso e para se ter uma renda familiar alta, todo mundo precisa trabalhar, inclusive a mulher que antes tinha a função de cuidar dos filhos e da casa. Com a saída do casal, essa parte educativa moral e ética da família ficou prejudicada, porque para os pais darem limites nessas circunstâncias é difícil. A criança diz: “você quase não fica comigo, quando fica vem dar bronca”? e com isso os pais se sentem culpados e com culpa, você não exige, porque sente dó e pena. Como você vai chamar a atenção de alguém a quem você sente que está prejudicando? Isso gera culpa e se você acredita nessa culpa, automaticamente torna o outro um angustiado e sua vítima.

Os pais não conseguem dar limites para o próprio filho, porque na hora da repreensão, ele faz chantagem emocional, alegando que eles não estão presentes e então eles recuam. Se recuam, deram razão a ele. Os pais estão dando aos filhos o direito de questioná-los. Nessas circunstâncias, perde-se totalmente a condição de hierarquia. Nesse aspecto, a família ou organização familiar não combina com democracia. Hierarquia é fundamental, principalmente na família, ela está se desestruturando, porque os pais estão democratizando os seus lares. A família está dividindo responsabilidades com todos os membros. Os pais tomam opinião dos filhos sobre o que deve ser feito. Os filhos, por

outro lado, estão incorporando responsabilidades muito cedo e responsabilidades que não eram deles antes. Mas também estão exigindo direitos que não tinham.

Os pais estão se isentando da responsabilidade de determinar como deve ser a família, como é que ela deve funcionar, com a desculpa de estar dando direito de participação aos filhos. Mas na verdade é uma isenção de responsabilidade dos pais. Todo mundo é responsável agora e aí então começam a existir cargos familiares. Uma filha mais velha pode começar a ter funções que eram da mãe. Se ela faz isso, começa a ter direitos que eram da mãe, pertinentes àquela atribuição, e aí começam os conflitos.

Numa casa onde os filhos mais velhos cuidam dos irmãos mais novos, aqueles acabam educando os irmãos e questionando a competência do pai e da mãe em relação aos filhos mais novos. Por que eles podem questionar? Porque eles estão nivelados por cima. Eles estão tendo atividades de pais, e exigindo direitos de pais. Se a filha educa o seu irmão mais novo, ela adquire direito de discipliná-lo conforme os seus instrumentos. Se os pais chegam e a filha ainda continua com essa função, ela questiona a autoridade deles. Ninguém mais pode chamar a atenção do irmãozinho, só ela. Ou então, ele se rebela contra a irmã que está cuidando dele, dizendo: “você não é meu pai, não é minha mãe”. Essa distribuição de funções não é adequada.

Existem certas atribuições que só podem pertencer a certas funções, ou então há uma transferência temporária mediante a ausência, mas apenas temporária. Tem que ficar claro que a filha só vai cuidar do irmãozinho quando a mãe não estiver em casa, mas quando a mãe estiver, ela é quem cuida. Mesmo assim pode haver atritos, pois a mãe cuida de um jeito e a filha de outro, porque a mãe não chama a atenção dele como deveria, compensando a sua ausência e a filha cuida dele como mãe, então a própria mãe desqualifica o que a filha está fazendo. Por isso a hierarquia é funda-

mental para a estruturação da família. É preciso haver níveis mesmo, com filhos no lugar de filhos e pais no lugar de pais. Jamais desqualifique um adulto na presença de crianças ou seus subordinados.

Em famílias mais jovens está acontecendo outro problema em relação à educação. Com os pais trabalhando fora, as crianças estão ficando até doze horas em escolinhas. Está ficando para a escola uma tarefa impossível. Os professores têm que dar limites, mas quando dão esses limites, os pais vão para a escola se queixar deles, mas se eles não derem limites, não conseguem dar aula. Uma condição para fazerem o que os pais não estão fazendo, é educar os alunos e eles têm essa tarefa agora, porque alguém deve fazê-lo, porém não têm autoridade para tal. Nós não temos um nível de educação adequado hoje. Educar não é função da escola. Ela tem a obrigação de continuar o que já foi feito, dar suporte, mas educar é uma tarefa específica a família.

A educação é um verdadeiro instrumento de paz e isso não se consegue na escola. Se assim fosse, não teríamos os casos absurdos de vandalismo dentro das próprias escolas, inclusive estabelecimentos de classe média alta, onde os delinquentes pertencem à classe dos privilegiados.

O indivíduo que tem educação, com certeza a obtém no seio familiar. A escola diz respeito a manter a educação e fornecer o conhecimento. Ela reforça para o indivíduo que é melhor que ele tenha mesmo educação, porque lhe dá uma distinção, comparando com quem não tem. A escola não tem instrumentos para educar ninguém, só tem instrumentos para fornecer conhecimento.

A tarefa da educação tem que surgir agora por algum meio auxiliar à escola, talvez se pudessem incluir disciplinas e atividades que transcendam as disciplinas de formação. Até alguns anos atrás, existiam as matérias de Moral e Cívica e Organização Social e Política Brasileira (OSPB), que eram disciplinas que visavam uma formação



mais ligada à educação, principalmente no que diz respeito aos valores éticos e morais, de cidadania, honra e patriotismo; embora voltados mais para o aspecto político, ainda eram uma opção que auxiliavam na formação dos alunos, mas atualmente as disciplinas visam apenas a formação de conhecimento.

A educação ainda é mais inacessível aos indivíduos das classes privilegiadas. Eles têm instrumentos e acham que não precisam ser educados. A paz no mundo está minada pela falta de educação, pela falta de civilidade. Nós não temos tantas guerras, pelo menos nesta parte do Ocidente, mas temos muitos conflitos internos. O trânsito hoje, por exemplo, é um risco para os indivíduos. Uma simples infração de um motorista pode gerar uma discussão séria e não raro, até a ameaças com arma. Eu acredito que a necessidade que a própria sociedade colocou nos indivíduos como a concorrência, a lei do que chega primeiro, a lei do quem é melhor, isso tudo tirou a educação das pessoas. O que acontece é que o indivíduo tem que ser o melhor e chegar primeiro sempre, o que está do lado dele pode tomar o seu lugar.

Esse estresse está se refletindo no trânsito. Existem pessoas que não suportam ser ultrapassadas. A analogia é que ele está ficando para trás e ele não pode deixar o outro chegar e passar na sua frente, porque ele vai chegar primeiro. Infelizmente a educação está em baixa. O respeito e a cidadania estão em baixa. Para isso há que se tomar providências urgentes, porque a sociedade está perdendo cidadãos. Ela está deixando de ser civilizada.

Os pais estão atribuindo à escola o dever de dar limites aos seus filhos, mas eles mesmos ainda não delegaram essa autoridade à escola. Se ela cobrar demais, eles defendem os filhos, por isso a situação da escola hoje ainda é muito difícil. A escola é que tem que ensinar o que é certo e o que é errado, distinguir o bem do mal, ensinar postura,

ensinar moral, ensinar bons costumes, enfim o que antes era tarefa da família.

Antigamente a escola era apenas para adquirir conhecimento; hoje a função dela é muito ampla. Existiam as escolas do tipo internatos e semi- internatos, dos quais a família esperava uma educação moral e ética, mas o que muitas vezes resultava em repressão moral. Em alguns casos, essas responsabilidades dos pais também foram transferidas para a babá. Assim como as escolas, as babás também são umas sofredoras, pois têm a responsabilidade de dar limites, mas não têm autoridade. E o problema é que ela vai dar limites conforme o padrão social que ela introjetou e que pode ser o padrão social dos marginalizados, porque na realidade ela pertence à classe dos marginalizados. Ela vai preparar um filho para uma família com padrão de outro nível social. Por isso a maioria dos pais está optando pelas escolinhas. É como se eles contratassem uma “babá”, mas uma babá instrutora.

Nessa transferência de papéis, os filhos começam a ter preferências. Primeiro ele chora para não ir à escola, depois ele chora para não sair. A “tia” começa a ser concorrente da mãe. O cuidado de saber lidar com essa situação pelo lado da professora e pelo lado da mãe é importante, porque os desajustes nessas situações podem ser vários e vai depender da atitude dos pais. Como essa criança não será tão apegada à mãe, esta vai sentir ciúmes, porque o filho não vai sentir falta dela. Se ela brigar com a escolinha, ou mudar de escolinha, o filho será prejudicado. Se ela exigir do filho e ele não corresponder, ela vai ter que conquistá-lo, e como ela não tem muito tempo para isso, tenta conquistá-lo com o endosso, mimando-o e enchendo-o de brinquedos. Ele vai se tornar aquele típico filho da amiga que quando vai visitá-lo faz tudo quanto é bagunça, tira tudo do lugar e ela não diz nada, ou no máximo um “filhinho, não faça isso”.

Ela não pode dar limites, porque segundo ela, o filho vai escolher a professora, porque ela o corrige, mas de forma estruturada. Na verdade, a professora não corrige, ela sugere. Ela não põe de castigo, ela chama os coleguinhas para ver o que ele fez de errado e aí ele não vai fazer mais isso.

Nesse sistema de educação em que a mãe está delegando à escola uma tarefa sua, ela teria que se contentar em perder a parte da atenção do filho que ele dá para essa atividade. Essa insegurança é porque ela não confia na competência do filho, e quando ela não confia nessa competência, causa um problema generalizado. Ela desconfia da competência da escola e da própria competência como mãe. Outro problema é que essas mães não conseguem dar limites, porque acham que dar limites é o mesmo que limitar.

Dar limite, é dar amor. É fazer essa criança ou adolescente ter uma noção adequada dos seus próprios direitos, do seu próprio espaço. Só pode respeitar o espaço dos outros na medida em que tem conhecimento do próprio espaço e sente que respeitam o seu espaço também. Se não tem um espaço a defender, não vai saber o quanto custa a alguém perder o seu espaço. Por isso as crianças que não recebem limites, se tornam os “espaçosos”.

O “espaçoso” é aquele que na verdade não tem um espaço próprio, ele não definiu a sua individualidade e não conhece a individualidade do outro, por isso ele infringe constantemente o espaço das pessoas. De quem ele infringe com mais frequência? Dos pais. Ele não recebe os sinais adequados quando está infringindo o espaço dos pais, se tornando o filho “espaçoso” e exigente, cheio de direitos.

Os pais permitem essa invasão, porque se sentem culpados pelo pouco tempo que têm para o filho. Quando chegar na adolescência, quando esse filho começar a sair, o estresse vai ficar mais intenso. A mãe desconfia da competência do filho, porque afinal de contas, ele não teve uma

mãe presente, ela não foi mãe o suficiente, ou não pôde ser mãe dele, então ela o considera despreparado. Nesse momento começa a criar um sistema alternativo de proteção, o que logo se torna uma superproteção.

Todo indivíduo superprotegido se rebela brigando com os pais. Daí vem uma atitude extremamente sadia dos adolescentes. Os pais estão inseguros quanto a eles serem competentes, mas os adolescentes necessariamente não estão duvidando da sua própria competência. Na verdade os pais estão com uma superproteção e eles estão dizendo que ela é desnecessária. Se é desnecessária mesmo ou não é um caso a questionar, mas na verdade é como se eles dissessem: “Peraí, tá certo que vocês não foram bons pais, mas isso não quer dizer que eu não posso ser um bom filho”.

O perigo maior é que uma superproteção na adolescência pode fazer o filho descer de nível, ou seja, sair dessa sociedade e ir para a outra. O caminho mais curto é o das drogas. Um adolescente sem limites, sem a percepção do certo e do errado, pode começar a usar drogas e se precisar de dinheiro e não tiver, pode se tornar um traficante ou até passar a roubar. E ele vai sentir culpa? Ele pode até se sentir culpado, mas mesmo assim vai fazer. Se faz e tem uma justificativa, então não é tão culpado assim.

Por que as mães quase sempre agravam o problema dos dependentes? Porque elas estão sempre querendo compensar os filhos, compensando o próprio sentimento de incompetência como mães. A maior insegurança dos pais quando não há hierarquia, é ficar se perguntando se já aconteceu, se está acontecendo ou quando vai acontecer. Não têm segurança o suficiente para tentar um diálogo com o filho. Porque até num diálogo de pai para filho existe hierarquia. Se o filho disser que está usando drogas e entre eles não tem hierarquia, vai estar apenas comunicando um fato, mas o pai não vai ter autoridade nem para dar sua opinião, muito menos tentar ajudá-lo.

Filhos que não tiveram limites, com certeza vão dar problema na escola, vão ser mais agressivos e vão ter problemas de relacionamento com os amigos. Por isso é muito comum os adolescentes se trancarem no quarto. Na realidade, eles estão dizendo: “Olha, essas quatro paredes aqui são minhas”. Pode colocar o som na maior altura, porque ele está no espaço dele. Se o som está saindo e incomodando os outros, não é culpa dele. Ele está dentro do seu espaço. Quando um adolescente fica irritado, respondendo aos pais com agressividade, na verdade ele está dizendo que ali não tem quem manda, ou quem manda é incoerente, porque numa hora manda, na outra nem liga. Ou às vezes mandam fazer uma coisa e depois mandam fazer o inverso. Assim, “se ninguém manda aqui, então não se metam comigo. Eu não mando em vocês e vocês não mandam em mim”. Isolar-se dentro do quarto, começar a ter atitudes agressivas, brigar na escola, é uma forma de dizer que em casa não tem quem manda, ou tem mais de um mandando e os dois não se entendem. Por isso eles se isolam.

O filho com esses sintomas, está refletindo o problema dos pais. Esses sintomas são típicos do adolescente que cresce numa casa onde não há limites, nem hierarquia. Dar limites, não é limitar, é dar para ele a noção real dos direitos e deveres. Como dar limites foi confundido com repressão, o risco é dar liberdade sem responsabilidade. Essa liberdade está virando libertinagem.

Estamos num mundo moderno e criou-se uma resistência em reprimir. Estamos numa sociedade que exige acima de tudo flexibilidade, o que é ótimo. A questão é saber o que se pode flexibilizar e o que não se pode. Até pouco tempo atrás, quem definia o que era certo na família não era o sistema social, era a religião. Hoje, até a religião é flexível.

Precisamos de uma sociedade mais flexível sim, de pessoas mais flexíveis. Mas flexíveis em quê? Quem vai

ficar responsável pela introjeção do padrão social nas pessoas, dizer o que é certo e o eu é errado? Quem vai se encarregar de ensinar a diferença entre o bem e o mal? No início tem que ser a família, mas no momento ela está muito ocupada com outras atividades e para fazer isso teria que dar limites com hierarquia. Infelizmente na família atual não há mais hierarquia, e conseqüentemente há falta de limites. O ser humano é um ser social, e por isso tem que ser preparado para viver em sociedade.



## Capítulo 14

### CONFLITOS SOCIAIS

Na verdade, o conflito social não é um conflito da sociedade. É um conflito causado pela demanda que a sociedade cria sobre as pessoas, mais precisamente o que a sociedade espera do homem e o que espera da mulher. O que espera da mulher enquanto esposa e o que espera do homem enquanto marido.

O advento do movimento feminista e a emancipação da mulher que passou a ter igualdade social, direito a voto, direito a empregos, direito a ocupar qualquer cargo público e uma série de outras coisas, hoje para a sociedade deixou de ser uma conquista e passou a ser uma obrigação. Tudo o que a mulher lutou para conseguir, hoje ela é quase exigida disso. Primeiro ela lutou para trabalhar fora e os homens pensavam se “deixavam” ou “não”, hoje já é inconcebível numa sociedade moderna, que precisa de uma renda familiar condizente para dar conforto e chances dos filhos estudarem e terem boa saúde é imprescindível que a mulher também contribua para a renda familiar.

Com a mulher e o homem trabalhando, eles têm mais condições de proporcionar uma formação profissional melhor aos filhos. Com isso, também criou-se uma dependência maior dos filhos em relação aos pais. Antigamente o homem começava a trabalhar mais cedo, hoje ele termina a faculdade primeiro, vivendo às custas dos pais, que na maioria das vezes bancam a faculdade. Aumentou o período de dependência dos filhos, o que pode dar a impressão de que



a adolescência esticou, mas a verdade é que o cuidar de si mesmo foi adiado para mais tarde, para depois da faculdade. São comuns os “meninos de 25 anos”, ou mais.

O problema atual é saber como é que fica a organização familiar, quando o homem e a mulher vão trabalhar fora. A problemática toda é que os dois estão fora de casa, mas a sociedade ainda cobra da mulher que ela cuide da casa e eduque os filhos. Mesmo estando produzindo algo para a renda familiar, que aliás nem se admite mais uma dona de casa em tempo integral, porque a sociedade cobra que a mulher tem que trabalhar, como se os afazeres de casa não fossem uma produção.

O único país do mundo que já reconhece o trabalho doméstico como sendo um trabalho digno, inclusive de aposentadoria, é a Inglaterra. Talvez seja o primeiro país do mundo a valorizar a atuação da mulher em casa, para não incorrer no risco e prejuízo social a longo prazo, no fator educacional da família. Freud já havia previsto isso, como mostra um comentário seu a respeito da emancipação feminina, defendida por John Stuart Mill incluído em sua biografia escrita por Peter Gay em *Freud. Uma vida para nosso tempo*, editado pela Companhia das Letras.

**‘De fato, Freud não deixou dúvidas a Martha Bernays, então sua noiva, de que pretendia ser o chefe do lar. Comentando com ela, em novembro de 1883, um ensaio sobre a emancipação das mulheres, que havia traduzido durante seu período de serviço militar, ele elogiou John Stuart Mill pela sua capacidade de ultrapassar os “preconceitos correntes”, mas imediatamente caiu em seus próprios preconceitos correntes. Mill, lamentou ele, carecia de “senso para o absurdo”. O absurdo que Mill havia defendido era o de que as mulheres podem ganhar tanto quanto os homens. Isso, julgava Freud, deixava de lado as realidades domésticas: manter a casa**

**em ordem, supervisionar e educar os filhos constituem uma ocupação em tempo integral que praticamente impede um emprego da mulher fora de casa. Como outros burgueses convencionais de sua época, Freud dava grande importância à diferença entre os sexos, “a coisa mais significativa, quanto a eles”. As mulheres, ao contrário do que afirmava o ensaio de Mill, não são oprimidas como se fossem escravas negras: “Qualquer moça, mesmo sem direito de voto nem competência jurídica, cuja mão um homem beija e por cujo amor ele tudo ousa, tê-lo-ia corrigido”. Mandar as mulheres para a luta pela existência era uma idéia “abortada”; pensar em Martha Bernays, sua “meiga e querida garota”, como uma concorrente parecia a Freud uma pura estupidez. Ele admitia que era possível chegar um dia em que um sistema educacional diferente contribuiria para a existência de novas relações entre homens e mulheres, e que a lei e os costumes concederiam às mulheres direitos então recusados. Mas a emancipação total significaria o fim de um ideal admirável. Afinal, concluía ele, a “natureza” destinou a mulher, “através da beleza, do encanto e da doçura, a algo mais”. Ninguém poderia imaginar, a partir desse manifesto impecavelmente conservador, que Freud estava em vias de elaborar as teorias mais subversivas, perturbadoras e pouco convencionais sobre a natureza e o comportamento humanos’.**

O que acontece é que a mulher está sendo cobrada por dois papéis que já não são tão compatíveis. Se ela está trabalhando, não pode estar em casa, mas a sociedade cobra que ela esteja, para educar os filhos, para cuidar da casa, etc. Mesmo que ela tenha uma empregada doméstica, ela tem a função de gerenciar e supervisionar o trabalho.

O conflito interno é gerado porque a mulher concorda com essa cobrança da sociedade. Ela se sente culpada,

por isso concorda. Ela se sente na obrigação de virar duas. Essa é uma forma para ela dizer que se constitui em duas. Ela realmente tem duas funções e como toda mulher quer ser bem-sucedida nas duas, e sabe que é capaz, começa haver o conflito de uma função com a outra. Esse conflito pode gerar vários problemas psicossomáticos, incluindo a TPM, tensão pré-menstrual, assunto muito bem estudado por um amigo meu, o psicólogo Maurício de Souza Lima, diretor da Sociedade de Terapia Breve, de cuja equipe clínica fiz parte durante alguns anos.

Só que esses problemas não existem só para as mulheres que já estão desempenhando os dois papéis. Ele existe também para as mulheres que escolheram um dos dois papéis e abandonaram o outro. Se a mulher escolhe trabalhar, construir uma profissão, construir a sua independência econômica e financeira, ela escolhe o lado profissional, então não se casa, ou quando se casa, não se envolve como mãe, nos moldes da mulher que escolheu ser apenas esposa e mãe. Ela vai ser uma mãe prática. Quando estiver com trinta a trinta e cinco anos de idade, vai ter que se conscientizar que um lado foi abandonado, que daqui a pouco vem o climatério e não vai poder mais ter filhos, que é um papel unicamente da mulher, que é conceber uma vida. Como é uma coisa do instinto, ela vai entrar em conflito.

Ela escolheu um lado, quase sempre é bem-sucedida nesse lado, mas em determinado momento vai se perguntar se valeu a pena. Quase sempre nesse momento, ela não tem um relacionamento estável, porque não podia se apaixonar, porque senão se casaria e isso não estava em seus planos. Mas agora o prazo dela para ter um filho é curto, então começam os conflitos que decorrem disso.

Há outra mulher que escolheu ser dona de casa, que às vezes até estudou, mas quis ser apenas uma mãe de família. Não é tão comum hoje em dia, mas até algum tempo atrás, existiam mulheres que queriam mesmo era casar e ter

filhos e ficar em casa. Essa mulher pode a qualquer momento se perguntar se valeu a pena se submeter ao marido. Ela se submeteu a uma dependência econômica enorme, e o marido não a deixa gastar dinheiro à vontade, mesmo quando ele tem. Geralmente elas têm amigas com poder aquisitivo próprio, então vão começar a pensar em querer trabalhar, o que pode gerar muitas instabilidades no casamento.

De qualquer forma, essa mulher que escolheu casar e ter filhos e depois resolve ter o seu próprio negócio ou exercer uma profissão, não está sob pressão como a outra que escolheu o lado profissional. Para uma empresa ou uma profissão, ela tem mais chance e não é tão pressionada pelo tempo, embora se passar muito tempo, conseguir um emprego sem experiência nenhuma já começa a ficar mais difícil, a menos que ela tenha uma formação de nível superior e esteja bem atualizada, o que é perfeitamente possível. Mesmo com essas limitações, ela está menos pressionada pelo tempo do que a outra, para desempenhar o outro papel.

Atualmente nós temos três casos típicos de situações em que se encontram as mulheres. A mulher que escolheu o lado profissional, a mulher que escolheu o lado doméstico, de mãe e esposa e a mulher que na medida do possível tenta conciliar as duas coisas. Que tipos de conflito interno isso pode causar para o homem? A mulher que escolheu ter filhos e ficar em casa, com certeza vai encontrar um homem que está mantendo os padrões de educação antigo de que mulher tem mesmo é que ficar em casa. Ela vai atrair um homem que tenha esse perfil para reforçar a própria escolha.

A mulher que escolhe só trabalhar, possivelmente também vai encontrar homens que não estão querendo um relacionamento sério. Para manter a compatibilidade, porque ela quer um relacionamento superficial e vai encontrar homens que querem a mesma coisa.

Já a mulher que tenta conciliar as duas coisas, essa

corre o risco de encontrar qualquer um desses homens. Ela pode encontrar um homem que acha que mulher tem que ficar em casa, mas “permite” que ela trabalhe. Mediante argumentos e convencimento, ele a “deixa” trabalhar. Esse relacionamento é o mais complicado e pode trazer problemas depois. Mas essa mulher também pode se casar com um homem moderno e pode ainda se casar com um homem passivo. Com esse último, ele pode ficar em casa cuidando dos filhos, porque há essa possibilidade de inversão. A mulher vai trabalhar, vai produzir e o homem fica em casa. Ele não vai deixar de trabalhar, mas vai trabalhar menos, ganhar menos e cuidar mais dos filhos. Essa inversão acontece, não com tanta frequência, mas acontece.

Para o homem que tem uma esposa que trabalha fora, que mantém as atribuições de esposa e de mulher, que em casa faz comida quando chega do trabalho, arruma a casa no final de semana, esse homem fica numa situação delicada. Para ele ser moderno e ser adequado em parceria com essa mulher que está mantendo esses dois papéis, ele teria que dividir com ela também as atribuições de casa. Um homem que trabalha fora como a mulher trabalha, tem que produzir igual a mulher também em casa. Ele pode fazer comida, lavar pratos, etc. De forma que entenda que a mulher está dividindo com ele o que seria a função do homem, ou seja, produção econômica, nada mais justo que ajudá-la também no padrão definido para a mulher nas tarefas domésticas. Para ele fazer isso há um desconforto, porque nem todo homem está disposto a isso, devido a vários fatores, principalmente pela educação que recebeu.

Para assumir essa parceria, ele teria que assinar dois atestados de incompetência. Isso é uma condição. Claro que o homem que está disposto a isso, nem vai pensar que isso é como um atestado, simplesmente vai ser natural para ele fazer essa parceria. Mas para o homem que não faz, ele esbarra em duas condições. Primeiro, ele tem que admitir que

não é bom o bastante, ou não encontrou uma profissão adequada que dê um padrão de conforto para a família só com a renda dele. É isso que o seu pai e a sua mãe reforçaram, que era dele a obrigação de suprir a família, economicamente falando.

Para concordar que a mulher trabalhe a fim de completar a renda familiar, ele tem que considerar que a sua não é suficiente. Logo ele não é competente o bastante. Este é o primeiro atestado: “Atesto para os devidos fins, que não sou competente o bastante para fazer aquilo para o qual fui constituído como homem, de suprir sozinho a minha família economicamente”. O homem que supera essa barreira, deixa a mulher trabalhar, mas chega em casa, quer comida pronta, o jornal na mão, reclama se a mulher não fez a feira, reclama da comida, etc.

Mas tem o homem que dá um passo a mais. É aquele que além de trabalhar com a mulher em conjunto no mercado, também trabalha com ela em casa. Aí vem a descoberta da segunda incompetência masculina. Ele não tem as habilidades para isso, não brincou de casinha, não brincou de boneca, porque teve uma educação em que menino não pode brincar de boneca, enquanto a menina é “treinada” desde pequena. Então o homem começa a admitir que não está preparado nas habilidades domésticas para ajudar a mulher em casa. Esse é o segundo atestado de incompetência. Esse homem, participando mais em casa, deveria participar mais da educação dos filhos também. Estar envolvido em levar e buscar na escola, em ajudar nos deveres de casa, etc.

Outro conflito que surge quando acontecem essas distribuições, é quando o homem tem um poder econômico maior na renda familiar, porque ele acaba tendo uma hierarquia maior do que a mulher dentro da família. Isso cria um problema sério na educação dos filhos e geralmente é reforçado pelas mulheres. É comum a filha perguntar para a

mãe se pode sair no fim de semana e a mãe responder: “Pede para o seu pai”. Ou seja, não peça para mim, peça para o seu pai, porque ele é que manda nisso. Começa a ter uma especialização de poder que acaba recaindo num poder maior sobre alguém. Na família moderna, o poder dos pais tem que ser equânime. O pai e a mãe têm que ter o mesmo poder no sentido de definir e respeitar o poder um do outro. Ou seja, se o pai disser que não pode, a mãe tem que concordar que não pode, mesmo que depois, sozinhos eles discutam sobre isso.

A concordância de um adulto com uma hierarquia superior, uma vez que ele já decidiu, tem que ser reforçada, mesmo que não concorde. Para manter a hierarquia e harmonia no sentido de que nós queremos o melhor para os nossos filhos. O “como” vamos obter o melhor, nós vamos negociar. A distribuição de poder é extremamente inviável numa família. As situações em que a mãe diz: “pede para o seu pai”. Ou ele: “pede para sua mãe, se ela deixar, pode”, não deve existir. Isso começa a girar contra os próprios pais, a partir do momento em que os filhos começam a saber quem é mais maleável, quem é mais flexível, e passam a pedir o que é mais conveniente para um e o que mais conveniente para o outro. Se é dinheiro, eu peço para o papai, se é para sair, eu peço para a mamãe. Isso é consequência do conflito do homem e da mulher.

Neste momento atual, a família que tem filhos, inclusive adolescentes, são pais jovens. São mulheres da geração pós-revolução feminista e homens aparentemente educados de forma mais maleável, porém ainda tiveram uma educação machista. O conflito deles é escolher em qual padrão vão atuar. Porque eles têm dois padrões. Um antigo, no qual eles foram educados e o novo que eles de certa forma estão tentando incorporar. O conflito existe, porque são dois padrões incompatíveis, formam um paradoxo, mas coexistem.

A dificuldade maior vem de algo que eu tenho observado no estudo das gerações anteriores, e que agora forma o cume desse problema. Os primogênitos de todas as famílias são mais cobrados, são eminentemente culpados em relação aos pais. São mais responsáveis, são mais cobradores de si mesmos. Estão sempre querendo corresponder às exigências e expectativas dos pais. Os filhos mais culpados, mais envolvidos têm uma característica oposta à dos filhos mais novos dessa família.

Os filhos caçulas são extremamente poupados, são “espaçosos” e angustiados. Exigem mais do que merecem, mais do que podem ter e são mais abonados. Se um filho se sente culpado, ele vai agradecer eternamente aos pais. Vão estar agradecidos aos pais até por existirem. Com certeza são os filhos que vão cuidar dos pais no futuro. Já os filhos angustiados vão dizer: “Eu não pedi para nascer. Agora que me puseram aqui, vão ter que me dar do bom e do melhor”.

As famílias que tanto esses primogênitos como esses caçulinhas vão constituir serão famílias com características e estruturas completamente diferentes. O filho que foi privado de lazer, que foi muito cobrado, será um pai que vai proporcionar aos filhos tudo que ele não pôde ter, pela situação difícil de seus pais. Os netos vão ser angustiados, porque os pais vão estar poupando os filhos do que eles não foram poupados. Vão gratificar os filhos do que não foram gratificados, ou seja, vão criar filhos angustiados. Já os angustiados, quando se casarem vão criar os filhos culpados. Vão exigir dos filhos e cobrar mais. Uma cobrança tão grande, que os filhos vão se sentir um estorvo para esses pais. Vão ser filhos culpados.

Tem uma variação em certos casos, em que o homem pode ser angustiado e a mulher culpada, porque há uma tendência de que eles se unam. Os casais que vão ter mais problemas são aqueles, cujos maridos são culpados e cujas esposas também são. Os filhos desse casal vão ser



extremamente angustiados. É comum vermos pais maravilhosos, mães maravilhosas, com filhos drogados e filhos delinqüentes. Porque haja angústia para agüentar pais que se sentem ambos culpados. Haja “espaçoso” para estar sob a influência de pessoas tão inseguras, poupadoras e compensadoras.

## Capítulo 15

### **AS ESCOLHAS DA VIDA ADULTA DO HOMEM**

O homem, a partir de uma certa idade, principalmente depois da formação profissional, também é submetido a uma avaliação. Se ele vai investir econômica e financeiramente no patrimônio que pode gerar com seu trabalho, ou seja, se o enfoque dele vai ser profissional. Se focar a vida profissional como sendo o mais importante, como sendo o valor máximo no seu desenvolvimento dentro da sociedade, há uma tendência desse homem não se envolver muito nos relacionamentos pessoais. Que tenha relacionamentos muito superficiais com tendência até de não se casar, ou se casar, vai ser apenas o “homem” da casa. Ele não vai ser o “pai” dos filhos, não vai ser o “esposo”, a não ser no aspecto de ser o homem, o provedor. (figura 8)

O homem que seguir priorizando o lado profissional, vai seguir o padrão antigo da sociedade, com a função de prover a família economicamente falando. Sua participação em casa se restringe ao aspecto de ser apenas o “homem” da mulher, e por isso, ele teria um conflito em casa. Optar entre ser o “homem” ou ser o “pai”.

Se optar em ser mais “pai”, tenderá a ser menos “homem” para a esposa. Se tentar ser mais o “homem” da esposa, tenderá a ser menos “pai” para os filhos. Esse é o conflito do homem dentro da sua vida pessoal, se ele consegue ou não conciliar o lado “homem”, a sexualidade, a vaidade e a sedução, com o lado “pai”, que é dar carinho, participar e dar atenção aos filhos.

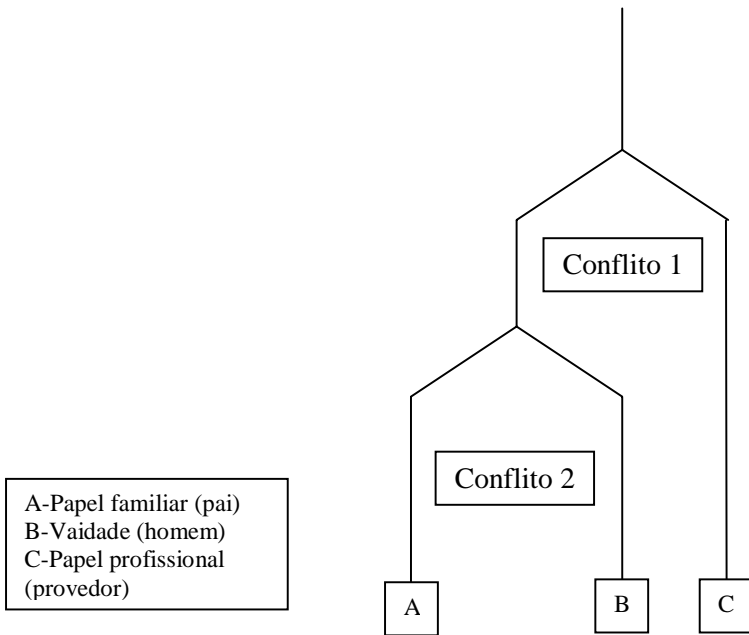


Figura 8

O que importa, é que se ele for mais pai do que os filhos têm como demanda, se for o “paizão”, com certeza ele vai estar invadindo o espaço da esposa, que é mãe desses mesmos filhos. Não existe um “paizão” e uma “mãezona”. Existe um “paizão” que está entrando no espaço da mãe. Nesses casos é importante ressaltar a ocorrência do ciúme em alguns casos. Por exemplo, quando o homem se torna, na vida pessoal, mais “marido” e essa mulher tende a ser mais “mãe”, a postura dele é de ser ciumento em relação aos filhos. É como se, como “mãezona”, a mulher estivesse tirando dele a oportunidade de ter uma esposa, de continuar tendo uma mulher.

Quando o homem não consegue lidar com esse conflito pessoal entre ser homem e ser pai, pode estar interpretando que a chegada dos filhos representa uma perda de uma

fração de atuação da mulher. Quanto mais filhos tiver, menos mulher ele vai ter, comparado com a necessidade do esforço de mãe. Quanto mais “mãe”, menos “esposa”.

Há casos que o homem segue mais pela vida pessoal, mais pelo relacionamento, pelos filhos, ou seja, pela família. Neste caso, ele trabalha bem menos do que poderia e produz menos. Às vezes, esses homens vão se casar com mulheres que produzem mais. Eles investem menos no lado profissional, menos no poder aquisitivo que poderia gerar para a família, com tendência a procurar uma mulher que faça isso por ele, ou pela família. Existe essa inversão de papéis em vários casos, em que a mulher vai trabalhar e os homens tendem a ficar mais em casa cuidando dos filhos.

Se um homem tem mais necessidade de ser paternal, de ser cuidador, então vai encontrar com certeza, uma mulher que tem a predisposição oposta, uma mulher extremamente prática, voltada ao trabalho e às finanças e ele complementa o trabalho.

Dentro desse conceito das escolhas da vida adulta do homem, as principais são essas. Se vai conseguir optar por conciliar a vida profissional e a vida pessoal. Ou vai tender a escolher mais um lado do que o outro, desbalanceadamente. Uma vez que ele escolha uma das alternativas, dentro do campo da vida pessoal, ainda vai estar submetido a mais duas escolhas.

Se não souber conciliar as duas opções de uma forma equilibrada, vai ter os problemas correspondentes ao lado que escolher. Se escolher ser mais marido do que pai, por exemplo, vai ter os problemas relacionados a isso. O seu problema vai estar diretamente ligado ao problema da esposa. Muitas vezes, ligado diretamente de uma forma oposta. Se ele escolhe um lado, tenderia a encontrar alguém que escolhe o oposto disso.



## Capítulo 16

### ESCOLHAS DA VIDA ADULTA DA MULHER

Já nas escolhas da vida adulta da mulher, nós temos situações um pouco mais sérias, porque a mulher está começando agora, há apenas umas três gerações, a atuar em um novo perfil. Essa questão da mulher profissional, da mulher que trabalha, da mulher executiva e empresária, é uma questão nova para a sociedade. E nisso, as mulheres ainda estão numa situação muito difícil na vida adulta, em escolher o que elas tenderiam a seguir num padrão novo, tentando conciliar a vida pessoal e a vida profissional, ou tentando priorizar um desses dois aspectos. Tentando priorizar a vida profissional e menos a vida pessoal. Ou mais a vida pessoal e menos a vida profissional. (figura 9)

A TPM é um sintoma da dificuldade em lidar com esses dois padrões. Vida pessoal e vida profissional. Mas

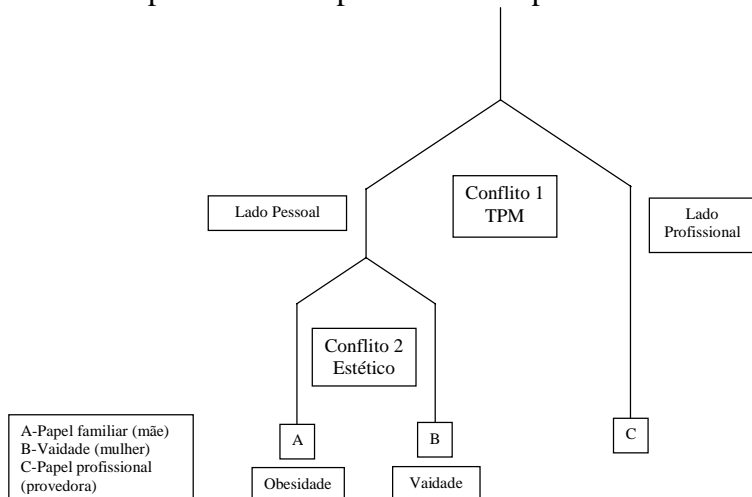


Figura 9

ainda assim, na vida pessoal da mulher, existem outros conflitos. Entre eles, o que eu considero mais importante é o conflito maternal com o conflito feminino, no sentido da sensualidade, da vaidade e a sexualidade. Essa oposição entre um papel e o outro, é muito difícil para as mulheres lidarem.

Se ela vai optar pela vida pessoal, casar e ter filhos, essa escolha vai determinar como serão seus procedimentos como mãe e como mulher. Se escolhe o lado maternal, ou seja, escolhe ser uma “mãe”, doadora, cuidadora, automaticamente está excluindo, na mesma proporção, o seu lado feminino. Nesse caso, essa mulher teria uma certa dificuldade em manter relações sexuais com o marido depois de uma certa idade. Quanto mais “mães” elas se sentem e são requisitadas, menos interesse sexual pelo marido vão ter.

Dentro dessa configuração de ser “mãe”, a sexualidade passa a ser algo que não tem muita importância. Esse é um referencial. Se uma mulher casada, que tem filhos e está dizendo que sexo para ela não é tão importante, você já identifica o conflito que essa mulher tem com o marido. Ela é muito “mãe” e ele é muito mais “homem”, que pai. Pelo fato dela ser muito “mãe”, já tira dele a oportunidade de ser pai, na mesma proporção. No que ela é mãe, em maior proporção do que se esperaria, é justamente neste ponto que ela está entrando no espaço de pai. E uma vez que ele não tem oportunidade de entrar como pai, vai se inclinar mais para o lado “homem”.

Se a mulher estiver dizendo que sexo para ela é algo sem importância, esse pode ser o momento de conflito desse casal. O marido pode até justificar uma situação assim para ter um relacionamento extra-conjugal, visto que ele não quer romper o grupo social da família. Essa mulher já predispõe e assume uma culpa de não estar dando isso ao marido, já que ela não tem mais vontade e endossa nele o

comportamento de ter um relacionamento fora de casa. Uma amante para esse intuito sexual.

Essa é uma questão difícil para a mulher e ela vai ter problemas conforme a sua escolha. Um problema que ocorre quando a mulher escolhe apenas o lado maternal, pode ser uma tendência à obesidade. Vai ter por esse afastamento do seu lado feminino, sensual, a compulsão alimentar. Ter um problema de regressão oral, como diria um bom psicanalista. A compulsão alimentar vai gerar a obesidade.

Essa obesidade pode ser interpretada de várias formas, inclusive a de afastar o desejo sexual do marido ou como uma defesa ao assédio. São mulheres que têm um certo receio de se mostrar “mulheres”. Querem apenas ser “mãe” e sublimar o lado feminino, o lado mulher. Como são muito assediadas quando estão magrinhas, bonitas e sensuais, não querem correr o risco do assédio, e escondem-se na obesidade. Embora isso não funcione muito, porque uma pessoa obesa, geralmente tem os traços do rosto muito bonitos e ainda assim acabam despertando um certo interesse.

Essa mulher obesa, mãe, pode também estar possivelmente questionando a competência da sua mãe, que pode ter sido uma mãe prática. Ser como ela seria, se escolhesse o lado da sensualidade, o seu lado feminino e vaidoso. É muito comum você ver mulheres obesas, que são filhas de mães extremamente vaidosas. Mulheres de 65 a 70 anos, preocupadas com a beleza, bem magrinhas e dizendo: “filha, você não pode ser assim. Olha quantos anos eu tenho e quantos anos você tem”. A obesidade não é o problema em si, é apenas um sintoma que vai estar dizendo muito sobre o meio onde essa mulher vive e onde viveu.

A obesidade da mulher que optou pelo lado “mãe”, em primeiro lugar, vai estar dizendo que ela questiona a competência da sua mãe, mesmo que a princípio ela não concorde com isso. Em segundo lugar, está dizendo que



essa mulher está se escondendo, eliminando todo fator estético da forma física, para inibir a vontade sexual do marido, porque ela não dá importância ao sexo, enquanto mãe.

É importante observar que essas pessoas se envolvem em vários regimes e dietas e não conseguem emagrecer. Existe já uma força, porque a obesidade não é dela, é do meio dela. O problema se instalou nela, mas é um problema sistêmico. Ela está dando vários recados com o fato de estar obesa. Vai estar também desqualificando a competência das pessoas que vão estar se envolvendo para ajudá-la a emagrecer. A cada vez que essas pessoas se mobilizam para ajudá-la, ela vai frustrar essas pessoas, “dizendo” que não são competentes o bastante para ajudá-la. Esse processo tem várias questões políticas.

O outro problema dessa mulher é que se emagrecer, vai ficar sensual, bonita e isso vai colocar o marido inseguro. O marido pode estar insistindo que ela emagreça e fique mais sensual, para voltar a ter desejos por ela. Só que ela não fica bonita só para ele. Fica bonita para todo mundo que a vê, e aí entra o ciúme do marido.

Se por um lado nós temos a obesidade na mulher que escolhe apenas o lado maternal, por outro nós temos a obsessão pela forma, pela beleza, na mulher que escolhe o lado feminino e sensual. O risco dessa outra mulher é de se tornar obsessiva pela forma e pela estética. O seu poder será avaliado pelo que consegue se expressar fisicamente de beleza estética. A outra avalia o seu poder como “mãe”, como cuidadora dos filhos.

Essa combinação é muito difícil, porque esse lado feminino fica como ponto central. De um lado você tem o lado profissional, no outro extremo temos o lado maternal e entre esses dois pólos existe o lado feminino. Essa opção pelo lado feminino pode se associar ao lado profissional, opondo-se ao maternal. Por exemplo, as mulheres profissionais, executivas extremamente vaidosas, bem vestidas,

muito elegantes opondo-se completamente ao lado maternal. Essa associação de papéis, de escolhas, às vezes agravam os problemas. O ideal seria tentar equilibrar essas três opções, o que é extremamente difícil.

Uma mulher que é vaidosa, sedutora e assim mesmo quer se casar, pode estar fazendo do casamento, uma escolha de ambição. A mulher vaidosa, com obsessão pela estética, geralmente é muito ambiciosa. Como é muito dada às relações sociais, a ambição dela é o status, o bem-estar no sentido de conforto, de coisas mais requintadas, etc. Se ela tem esse padrão, com certeza, vai escolher como vai obter isso. Se escolher obter com o esforço próprio, vai associar essa ambição ao lado profissional, desenvolver-se na carreira, constituir patrimônio, ganhar dinheiro e geralmente são bem-sucedidas nisso. Se não optar pelo lado profissional, pode escolher esse lado feminino, vaidoso, buscando obter tudo o que ambiciona através do casamento. Em se tratando de mulheres que têm como ponto focal a feminilidade, a vaidade e a sensualidade, estarão escolhendo os maridos de acordo com o que eles podem proporcionar como padrão de vida. O que ela vai fazer com essa sua sensualidade é que vai definir o seu futuro.

As duas escolhas seriam, buscar o que ambiciona com esforço próprio, dedicando-se à profissão e à carreira, ou buscar isso com um bom casamento e tendo que ser maternal. Normalmente são mães muito práticas, que acabam forçando-se a serem mães, apenas porque ser mãe é uma conseqüência da escolha que fez por ambição de ter conforto, não se preocupar com dinheiro, etc. Vai ter como “prejuízo” o encargo de ser mãe.

São mulheres que quase se forçam a ser mães, mas não têm nenhuma paciência com os filhos, porque essas mulheres não têm a “índole” de mãe. Ser mãe, para elas é um acidente de percurso. É o prejuízo por terem escolhido uma forma de obter o que ambicionavam, através do casa-

mento.

A palavra chave da mulher atual é o equilíbrio. Nenhuma das formas que eu tenho observado clinicamente, que exclui um lado ou mais de um, são funcionais atualmente. Todas trazem mais prejuízo que benefícios. O ideal para a mulher de hoje, é aprender a desenvolver mecanismos cognitivos e emocionais, incluindo também o lado sentimental e biológico, para conciliar esses três papéis.

Qualquer exclusão de um papel vai sobrecarregar o outro. A mulher tem que saber que hoje, já não é uma escolha dela trabalhar ou não. Trabalhar para a mulher já é uma exigência da sociedade. A participação no lar exige uma ajuda na complementação da renda familiar.

A vocação natural da mulher é ser mãe. Ela está incluindo agora, a “aspiração” de ser uma profissional. Existe uma grande diferença entre vocação e aspiração. O homem não tem vocação para ter filhos. Não existe a inversão de papéis, do homem ter filhos, porque é anti-natural. A mulher é a única que pode conceber filhos. Essa é a vocação natural dela. A mulher pode até não escolher isso, mas é a única que pode. Se você pensar em vocação, a da mulher é ter filhos e a do homem é trabalhar e produzir. É claro que além dessa vocação, a mulher pode aspirar uma carreira profissional, ser uma mulher bonita e sensual. Já o homem tem a vocação natural de trabalhar e produzir, mas pode aspirar ser um homem sedutor e ser um bom pai.

Entendendo que a vocação do homem é uma e da mulher é outra, absolutamente diferentes, fica mais fácil entender que se uma mulher está escolhendo apenas o lado profissional, ela abriu mão da sua vocação natural e está canalizando tudo para a sua aspiração. Mais cedo ou mais tarde, ela vai se questionar porque não desempenhou a sua vocação de mulher, que é ser mãe.

Já o homem, tem a vocação do trabalho, mas pode estar agregando a aspiração de ser recíproco com a mulher

que está trabalhando também. A palavra-chave para os casais hoje é reciprocidade. Esta é a condição para o equilíbrio entre essas três opções que existem para cada um deles. A mulher vai ser recíproca com o homem, e principalmente o homem vai ser recíproco com a mulher, se eles começarem a compartilhar igualmente o que antes homem e mulher produziam por vocação e por exclusão. Antes, só o homem trabalhava e só a mulher concebia filhos e cuidava deles. Hoje, nós temos que mudar as bases dos relacionamentos, para termos uma parceria mais cooperativa.

As parcerias hoje, têm que ser de igual competência em tudo, para haver a reciprocidade. Não é mais por especialização, é por generalização. O homem tem que seguir a vocação profissional e ser um provedor e ao mesmo tempo desenvolver aspiração pessoal de ser vaidoso e ao mesmo tempo ser um pai participante na educação dos filhos. E a mulher tem que aprender a desempenhar a sua vocação de mãe, e ao mesmo tempo se dedicar às suas aspirações de trabalhar, de ser uma mulher vaidosa e sedutora. Conciliar esses padrões, atualmente, é uma condição para a reciprocidade entre homem e mulher num relacionamento em nossa sociedade.



## Capítulo 17

### **RESPONSABILIDADE X PRAZER**

Atualmente as pessoas estão se cobrando muito. Na verdade é difícil saber se elas se cobram ou se concordam com a cobrança que o sistema social, em especial o sistema capitalista, produz. A responsabilidade é o quanto o indivíduo está comprometido em fazer alguma coisa que ele considera seu dever. A responsabilidade é algo difícil, duro, de cobrança, que no máximo pode gerar satisfação. Sentir-se satisfeito de ter atendido uma ordem, de ter cumprido seu dever, o que não é muito vantajoso e não gera prazer nenhum. Um trabalho bem feito, bem desenvolvido, gera muita satisfação, mas prazer é algo absolutamente diferente.

Essa questão da responsabilidade, em que o indivíduo está se cobrando muito, com isso alguns acontecimentos que poderiam ser naturais na vida dessa pessoa, passam a ser um motivo de peso. O trabalho e a família vão ser um peso, e um dever para essas pessoas. Elas dizem: “eu tenho que ir”, “eu preciso trabalhar”, “filho é uma responsabilidade para o resto da vida”, “eu sou responsável pela manutenção da minha família”. Esse excesso de responsabilidade que a pessoa se impõe, começa a ficar muito pesado. Essa pessoa que está se cobrando de cumprir isso, com certeza gostaria de ter pelo menos a compreensão daqueles para com os quais está se responsabilizando. Então quando essa pessoa chega em casa, gostaria que a família, de certa forma, fizesse tudo para ela entender que vale a pena estar

se responsabilizando por eles. Mas não encontra isso, porque as pessoas estarão considerando isso como algo natural. É natural que alguém trabalhe, é natural que alguém sustente a sua família, é natural que os pais sustentem os filhos, etc. Mas quem sustenta se exige mais, também sente que precisaria ter uma compensação disso. Na verdade para esse indivíduo é mais difícil ser um profissional, ser um empresário, porque ele é mais exigido como marido e como pai.

Na verdade, muitas vezes é uma auto-exigência, e não necessariamente uma exigência externa. Enquanto se exigir mais, cada vez que fizer isso, vai ficar mais pesado para ele ser um profissional, mais pesado ser pai, mais pesado ser marido e então vai começar a sentir necessidade de ter prazer. Quanto mais responsável é a pessoa, mais prazer precisa ter para compensar essa responsabilidade. Como tudo que ela considera como responsabilidade gera apenas satisfação, os prazeres terão características irresponsáveis.

Essa é uma das explicações das situações de conflito das relações entre marido e esposa, em que o homem ou a mulher, às vezes ambos, recorrem a relacionamentos extra-conjugais. O casamento é uma responsabilidade, e essas pessoas não conseguem associar responsabilidade com prazer, então no casamento não terão mais prazer. O homem pode começar a ter dificuldades nas relações sexuais com a esposa, porque ela é aquela mulher que ele sustenta e é responsabilidade dele. Ela representa o grupo das responsabilidades. Os casais podem se manter unidos, às vezes até sem recorrer a relações extra-conjugais, são aqueles casais que vão passar a ter relações em situações de risco. Param o carro no meio da rua e mantêm relações, porque estão se expondo ao risco de serem descobertos, e o risco é uma irresponsabilidade, o que torna o ato prazeroso. As fantasias sexuais também são formas alternativas de obter prazer num sistema de responsabilidade como o casamento.

O relacionamento extra-conjugal é um fator importante. O fato de existir um problema entre homem e mulher numa relação de marido e esposa, é um problema de ambos. Mas a forma como cada um vai responder, vai atuar perante esse problema, é uma questão pessoal. A esposa tem culpa? Ela pode ter culpa na dificuldade da relação dos dois, mas o fato dele ter tido uma relação extra-conjugal já é um problema do marido. Em situações de pressão, ele se considera tendo mais direitos, porque se sente mais pressionado e incorre num ato irresponsável, que é o relacionamento extra-conjugal, para compensar, em vez de trabalhar o problema. O ato de traição num relacionamento conjugal é uma coisa séria, porque especialmente as mulheres tendem a considerar que o erro é delas. Se há uma amante, a “culpada” é ela que não deu sexo para ele, não deu carinho, não deu atenção, etc. Mas isso não é justificativa. Ela pode até não estar dando nada disso, devido ao problema da relação, mas a forma do marido reagir a essa dificuldade já é um problema dele. Isso depõe contra o caráter dele. Se fosse assim, todo mundo que tem problemas conjugais, poderia ter um caso extra-conjugal. Por que só alguns têm? Por que alguns se separam primeiro e só depois procuram uma outra pessoa? É uma questão de caráter e de maturidade.

A mulher ou o homem que se envolve num caso extra-conjugal, está cometendo um ato de irresponsabilidade conjugal. É um ato irresponsável, que gera prazer. É um delito. Nós estamos numa sociedade monogâmica, se um integrante envolve mais uma pessoa para ter relações, então ele está cometendo um crime. Um crime de adultério.

Essa questão da responsabilidade incorre em outros aspectos também, como é o caso do alcoolismo. O alcoólatra, geralmente é um profissional muito competente que, quando tem condições de trabalhar, enquanto não foi dominado pelo vício, a empresa tem um enorme interesse em ajudá-lo a resolver seu problema de dependência. Por quê?



Porque ele é um profissional muito responsável, quando está sóbrio. É um profissional que se for tirado de sua função, será necessário colocar dois ou três no seu lugar para fazer a mesma coisa que ele faz. De tanto se cobrar mais, ele acaba produzindo mais do que os outros que estão à sua volta. Só que da mesma forma que o alcoólatra se exige em responsabilidade quando está sóbrio, quando beber, ele vai ficar totalmente irresponsável. Na mesma proporção. Se é muito responsável, quando beber, vai ser muito irresponsável. Vai dizer o que não diria em outras situações, vai ficar agressivo, vai questionar as pessoas, enfim, tudo aquilo que ele não se permite enquanto está sóbrio.

No caso do alcoolismo, tem um problema mais sério, que é a amnésia alcoólica. Como ele tende a não se lembrar do que fez enquanto estava alcoolizado, as pessoas vão lhe contar o que fez, quando ele estiver sóbrio. Ele não se lembra, mas como as pessoas em quem ele confia estão dizendo isso, se ele acreditar, vai ficar se sentindo mais culpado e vai assumir mais responsabilidade para compensar as bobagens que fez enquanto estava alcoolizado. Mas quando recorrer ao prazer do álcool, vai ficar mais irresponsável. É como uma bola de neve, tanto para a responsabilidade, quanto para a irresponsabilidade.

Na verdade, no caso do álcool, só pode ser considerado como um dependente um indivíduo que quando bebe muda totalmente o humor. Há pessoas que bebem uma caixa de cerveja e não mudam nem o jeito de conversar. Outras já tomam apenas um copo e ficam eufóricas, começam a ter atitudes e comportamentos que não condizem com o que ele é quando está sóbrio.

O que gera prazer nas pessoas que se cobram muito? Gera prazer tudo que incorre em risco ou irresponsabilidade. O drogado, assim como o alcoólatra, deve ser mais responsável, para se submeter a uma substância que possivelmente vai deteriorar a vida dele. A mé-

dia de sobrevivida pode chegar a apenas seis meses, como é o caso do crack, se ele sabe a que está se submetendo, isso é um ato de enorme irresponsabilidade. Tãmanha é a irresponsabilidade, tamanho é o prazer que ele obtém.

Como os dependentes de drogas começãam muito cedo, geralmente na adolescência, eles ainda não desempenharam o que estão cobrando, mas ele cobra de si mesmo em desempenhar aquilo. Ele se cobra mentalmente. Não é diferente uma situação acontecer realmente ou acontecer na imaginação. Emocionalmente elas têm o mesmo valor, se a pessoa acreditar que está acontecendo.

É como se o indivíduo dissesse: “eu assumo responsabilidades, eu sou cobrado disso e daquilo, tenho que manter isso e aquilo, eu também mereço”... Essa questão do “eu mereço”, vai levá-lo a beber o primeiro copo, a buscar sexo sem segurança e pode até levá-lo para as drogas.

Está na hora dos adolescentes assumirem posturas. Eles vão corresponder ou não às expectativas? Eles podem ter pais que fazem parte daquela geração dos anos 70, dos que achavam que tinham mais é que aproveitar a vida, curtir o máximo, etc. Agora eles estão querendo que os filhos façam o que eles não fizeram, enquanto aproveitaram a vida deles como quiseram. Agora eles dizem: “eu não pude fazer uma faculdade, mas vou dar faculdade para os meus filhos”. O filho não pode ter uma expectativa própria de si mesmo. Tem uma expectativa dele, e uma do que o pai gostaria de ser se tivesse no lugar dele. É muita expectativa! É muita exigência e muita cobrança.

Esse adolescente, ou se sente culpado e acata as expectativas do pai, tornando-se muito responsável e vai até onde der conta, ou antes de começar ele já busca um sistema de compensação.

Os delitos são fontes de prazer. A maioria deles é composta de compensações de responsabilidades assumidas ou simplesmente exigidas. Não necessariamente desem-

penhadas. É a angústia que o indivíduo sente, frente a algo a que ele tem que corresponder. Só por se cobrar disso, ele já acha que tem que ser compensado.

Para conciliar essa relação de responsabilidade e prazer, a religião tem um papel muito importante, porque é como se fosse uma luta. A religião tem a responsabilidade de cada vez mais dominar, converter e convencer o indivíduo de que deve buscar através da fé, a moral e os bons costumes. Ela tem vencer a sedução que o prazer irresponsável exerce sobre esse indivíduo.

Com o advento das religiões, das novas seitas, dos novos credos, etc., a religião ficou como instrumento de gerar ainda mais responsabilidade nas pessoas. Ela gera mais responsabilidade fazendo o indivíduo se sentir culpado. Culpa é igual a responsabilidade ou vice-versa. É um dever e se não cumprir o dever, deve sentir culpa. Como sentir culpa é muito desconfortável, então o indivíduo tenta cumprir o dever, cumprir a sua responsabilidade.

As religiões, em especial essas novas seitas, fazem com que o indivíduo se sinta culpado de tudo. Ele é cheio de deveres a cumprir. Tem que seguir os mandamentos, e convenhamos, é praticamente impossível uma pessoa seguir os Dez Mandamentos a todo momento. Cada vez que ele cometer um erro, vai ter que assumir uma responsabilidade a mais. Vai ter que produzir alguma coisa a título de arrependimento. Isso está gerando um grande problema para as religiões, principalmente para as pessoas que têm a religião como algo natural, como algo necessário e importante. Há pessoas, para as quais é natural ter uma religião, seguir os seus princípios, e isso não seja um fator a mais de responsabilidade. Não é um fator de cobrança.

Para os indivíduos que não conseguem conciliar responsabilidade e prazer, a religião é um fator a mais de responsabilidade. Quando esse indivíduo sai das drogas ou do alcoolismo, convertido para uma religião, ele usa a própria

religião para se cobrar mais responsabilidade. Esse “convertido” que estava lá, inundado no prazer, submerso nos prazeres irresponsáveis, sai de lá assumindo uma enorme responsabilidade. A responsabilidade da “conversão”. De não fazer aquilo mais e essa é uma cobrança enorme. Esse indivíduo vai entrar para uma comunidade religiosa ou uma igreja, e como ele precisa ser cobrado para se manter ali na responsabilidade, ele vai causar é tumulto para as outras pessoas que estão ali. É aquele indivíduo que vai estar sempre dizendo para as pessoas isso e aquilo, porque é pecado. São pessoas que exigem até mais do que os que já estavam lá. São os autênticos fanáticos.

Eles precisam se cobrar e se responsabilizar o tempo todo. Ele precisa mostrar uma transformação muito grande nele mesmo, para as pessoas acreditarem na sua conversão, mas na verdade é ele que está precisando se convencer. Por isso, ele cai no fanatismo. Ele se vigia o tempo todo, fica com a Bíblia na mão e rezando a toda hora. Esse indivíduo, esse “convertido”, causa um transtorno para a comunidade, porque as pessoas que estavam ali, eram pessoas que tinham a religião como algo a seguir naturalmente. Mas para esse “convertido” que está chegando agora, só aquilo é pouco para ele, porque ele tem uma coisa da qual fugir, tem que tornar-se excessivamente responsável pela sua conversão. Tem que dar testemunhos o tempo todo, e com isso, não deixa as outras pessoas terem naturalidade com a religião. São sempre extremistas e colocam responsabilidades para os outros muito além do que a sociedade cobra dele. Esse tipo de religioso é um problema tanto para ele, como para as pessoas daquela comunidade da qual participa. Normalmente são indivíduos que logo estão atuantes no meio, já estão com muitas tarefas, porque sentem necessidade disso. São os que se julgarem necessário, criam até uma seita própria, dentro dos moldes do que ele acredita.

Essa cobrança excessiva é um escudo para o indiví-

duo se afastar daqueles prazeres que ele sabe que a qualquer momento, podem dominá-lo. A religião não dá prazer, ela dá a satisfação de seguir, de estar vencendo o desafio do prazer irresponsável.

O “convertido” que entrou para uma religião, fez o que com os prazeres? Ele adiou. Estão dizendo que se ele ficar na religião e seguir com responsabilidade, vai ter a vida eterna, prazerosa lá no céu. Então ele assume uma extrema responsabilidade aqui, em troca do prazer que vai ter na vida eterna, no paraíso. Por isso, ele consegue se manter, porque se voltar para os prazeres e a irresponsabilidade, ele vai perder o céu. É pecado.

Só não consegue dar certo com a religião, o angustiado que não consegue se culpar. Ele se culpa por um tempo, mas como não vê muito benefício por estar se submetendo à religião, não vê a compensação disso, então ele sai. Ou então, começa a questionar. É aquele indivíduo que entra numa religião e em pouco tempo está questionando tudo. Fez tudo que mandaram e não recebeu nada em troca, então não valeu a pena. O angustiado é aquele indivíduo que não se submete, enquanto o culpado é aquele que está sempre precisando de mais coisas para aumentar a sua responsabilidade. O culpado, além de se submeter mais, diz para todos à sua volta que eles têm que se submeter igual a ele. É sempre o que é mais “fiel” e esses casos tumultuam muito a própria religião. Ele é tão “fiel” e “dedicado”, que às vezes, consegue o efeito inverso, ou seja, afastar as pessoas da sua religião. Quem está fora e poderia entrar e seguir a religião de forma natural, não entra, porque não quer se submeter a tanta cobrança. Hoje a religião padece desse mal da “conversão”.

A solução para esse problema da responsabilidade e do prazer, seria assumir responsabilidades de forma prazerosa e procurar ter prazeres de forma responsável.

A religião e o Estado lutam para fazer com que o

indivíduo pense que ser responsável é muito mais lucrativo. É muito mais vantajoso. Se ele trabalhar e for responsável, ele terá mais qualidade de vida, será respeitado e poderá até se tornar um privilegiado. Se o sistema não der para ele o que está prometendo, se sentirá traído e vai para a irresponsabilidade para compensar.

Convencer o indivíduo a ter uma vida honesta e não cometer pequenos delitos é função do Estado, da religião e da cultura como um todo.



## Capítulo 18

### **REALIZAÇÃO X COMPENSAÇÃO**

A comparação entre a realização e a compensação, diz respeito ao que é natural e equilibrado. A realização pessoal só é obtida, mediante equilíbrio, porque se estiver fora do equilíbrio, um sistema está compensando o outro. Se uma pessoa é muito corajosa, ela terá que compensar essa coragem extrema com um medo em outro aspecto. A própria natureza da nossa existência produz uma compensação. Quando você excede para um lado, acaba excedendo para o outro, para que essas duas coisas se neutralizem de alguma forma. Mesmo que isso seja ao longo do tempo.

Uma pessoa que for muito racional por um tempo, por outro ela vai ser emotiva. Ou então ela é muito racional para certas coisas e muito emotiva para outras. Quando você sai de um nível adequado de equilíbrio, vai produzir um sistema de compensação, tanto simultaneamente, como ao longo do tempo. Uma pessoa com uma história de racionalidade extrema, se olharmos no mapa da sua história, revelará picos de emocionalidade. Com a mesma intensidade da racionalidade. Uma coisa tem que compensar a outra em intensidade, não necessariamente em tempo. Se alguém ficar vinte anos sendo racional, não tem que ficar vinte anos emotivo, mas tem que ser emotivo de vez em quando, na mesma intensidade da racionalidade.

Se eu digo que tenho muita coragem, essa minha coragem está dizendo que eu estou lutando contra um medo, que é o inverso da coragem. Só está dizendo que a coragem



está ganhando, mas isso é só uma questão de tempo para que essa inversão possa acontecer. Se eu sou muito lógico, o meu risco é um pico de irracionalidade. Se eu amo demais, o meu risco é o ódio. Quando uma pessoa é muito responsável, vai sentir um vazio daquilo que a responsabilidade a impede de ter.

É importante relacionar sistema de compensação com realização. A compensação estará sempre relacionada com o sentimento de perda. Se você tem que compensar, vai estar entre dois extremos. Se está no extremo A, vai ter o sentimento de perda do extremo B. Se você está no extremo B, vai ter o sentimento de perda do extremo A. O sistema de compensação não lhe dá chance de conciliar. Ele permite equilibrar as coisas. Muito para uma coisa, muito para outra, no sentido de compensar. Muita responsabilidade vai dar um sentimento de perda da sua vida pessoal. Porque a responsabilidade, diz respeito a você em relação a outros, e isso lhe dá um sentimento de estar perdendo a sua individualidade. Está perdendo a chance de se compensar, porque na responsabilidade, você está compensando as pessoas.

Uma pessoa muito responsável, que faz economia por causa da situação financeira difícil, de repente pode parar e pensar: “poxa, eu também mereço”. Pode entrar numa loja e comprar uma roupa nova ou algo que gostaria muito, e gasta uma determinada quantia que pode até lhe fazer falta. Essa pessoa vai fazer isso com o sentimento de “eu mereço a vida não é só trabalhar”. Na verdade, essa pessoa está se compensando. Pode acontecer que logo após pagar a compra, ou assumir uma dívida do que a está compensando, já vai ter o sentimento de perda e aquilo vai ser mais uma responsabilidade. Ou seja, a falta daquele dinheiro que gastou para se compensar, vai incorrer em mais responsabilidade.

O sentimento de perda faz a pessoa ir de um lado para o outro. Quando está responsável, tem o sentimento de

estar perdendo a oportunidade de viver a vida. Se tiver uma atitude irresponsável, for “viver a vida”, daí a pouco, vai ter o temor de perder a confiança das pessoas e perder o status de pessoa responsável. Há uma oscilação entre os dois pólos e o que é constante é o sentimento de perda. O que varia é a intensidade.

Mas nem todo mundo compensa, ou às vezes, não compensa da mesma forma. Uma pessoa pode ser tão responsável, a ponto de agregar o sentimento de perda, como mais uma responsabilidade. O risco dessa pessoa, seria o de se tornar deprimida. Ela está com as responsabilidades sérias e ainda está somando a perda do outro lado que não está se permitindo compensar. Não se permitir compensar, é mais uma perda que essa pessoa tem que elaborar.

Também existem pessoas que só ficam no prazer, ou seja, na irresponsabilidade. Vai estar sempre convivendo com o sentimento de perda do afastamento das outras pessoas, porque uma pessoa egoísta que só pensa em si mesma e só pensa no prazer, não vai conseguir ter uma boa convivência com os outros. Vai ter o sentimento de perda das pessoas estarem se afastando e às vezes, ainda faz disso mais um motivo para continuar no prazer irresponsável. É comum essa atitude, nas pessoas que usam drogas. Ela usa droga, porque quer esse prazer. As pessoas que não gostam ou não se interessam, se afastam, e por terem se afastado, ela usa como motivo para usar mais drogas.

Pode ter quem é só responsável, como pode ter quem é só irresponsável, sem estarem compensando o outro lado, mas de qualquer forma, são perdas a mais que essas pessoas teriam que elaborar, mas não conseguem. Todo sistema de compensação é uma polaridade. É bipolar. Tem cada lado em um extremo. Quando uma pessoa conseguir conciliar essas duas polaridades, então se realizará.

A realização é você ser capaz de pensar em si mesmo num ato de prazer, mas ao mesmo tempo estar pensan-

do no outro. Ora um, ora o outro. Você é responsável pelos seus deveres, mas na medida que se responsabiliza, também se dá o direito de obter as vantagens disso. O direito que você obtém quando assume deveres. Você não tem o direito de abrir mão dos seus direitos. Se abrir mão dele, vai estar dando o seu direito para alguém que não tem. Você dá uma idéia distorcida do direito do outro, quando você abre mão do seu.

Qualquer segmento em que a pessoa é exigida mais que o natural, vai dar início a um sistema de compensação. Tudo que gera euforia, até metabolicamente, vai gerar uma tristeza correspondente depois. É o efeito antagônico do sistema de compensação. A natureza do ser humano é o equilíbrio, se ultrapassar um pouquinho alguma coisa, tende a ultrapassar abaixo, de forma oposta, essa mesma coisa.

Realização é sintonizar responsabilidade com prazer, de forma que possa ter responsabilidade com prazer e prazer com responsabilidade. Responsabilidade não dá prazer. Você pode ter responsabilidade com prazer, mas não para gerar prazer.

Quando alguém diz que trabalhar é muito prazeroso ou dá muito prazer, na verdade está confundindo as coisas. Trabalhar no que você gosta muito, dá satisfação. Você pode trabalhar com prazer para obter essa satisfação. Alguém só vai se sentir realizado no trabalho, se puder estar realizado também no antagonismo do trabalho. Uma pessoa realizada é aquela que se realiza no trabalho, na família, no convívio com os amigos, etc. Não existe realização unidirecional. Não adianta ser um ótimo profissional, se na família é uma falência. Se pessoalmente a pessoa estiver falida, a falência profissional é uma questão de tempo. Às vezes, a falência econômica e profissional pode ser uma forma de compensar o que não estava tendo no pessoal.

É comum uma pessoa montar um negócio e ao ser bem-sucedida, a sua vida familiar vai à falência. Como ela

não pode viver com a vida familiar falida para sempre, então vem a falência econômica para reerguer a vida familiar. Na crise e nas dificuldades, as pessoas tendem a se agregar. Essa pessoa vai ter uma catástrofe nos negócios, mas vai ter uma família unida, que a apoia. Com o tempo, a própria família vai reclamar uma posição econômica, e ela vai montar um novo negócio, e com certeza vai crescer de novo. Ora está muito bem no trabalho, ora está muito bem na família.

Os sistemas de compensação são muito perigosos. A pessoa que começa a achar que tem prazer pelo trabalho, vai se casar uma, duas, três vezes, porque o prazer dela está no trabalho. A vida pessoal nunca vai ser prioridade. Trabalho não é para dar prazer. Família não é para dar prazer. O prazer é o equilíbrio disso tudo funcionando bem. O prazer com responsabilidade traz harmonia, equilíbrio e realização. As coisas funcionando integradamente é que dão a noção de realização pessoal em todos os aspectos.

A realização seria harmonizar o nível de responsabilidade e prazer, para não precisar ir aos extremos para compensar o excesso um do outro.



## Capítulo 19

### **ECOLOGIA MENTAL**

A ecologia sistêmica tem seu enfoque no fato de que as pessoas se agregam, se unem e fazem compromissos, baseadas em demandas, baseadas em motivos. Muitos sistemas, muitas famílias e muitos grupos sociais, se mantêm unidos devido aos problemas que têm. Casamento que se tivesse tudo bem, não tivesse problemas financeiros, problemas de casa própria, ou seja, nenhum problema que desafiasse a união deles, acabaria.

São estruturas motivadas pelos desafios aos quais elas são expostas. Muitas vezes, o confronto é constituído pela própria estrutura da família. Não é muito raro uma família ter um problema e solucionando esse, um outro surgir, que é para manter o esquema de “unidos nós vamos conseguir”. São pessoas que precisam de problemas para se motivarem a trabalhar em conjunto para manter a estrutura. São famílias que vão encontrar um problema atrás do outro. Quanto mais problemas elas têm, mais unidos estão. As pessoas, ou grupos familiares, que têm essa estrutura, em qualquer mudança no seu esquema de união, sofrerão com o estresse gerado. Uma vez que não houver mais problemas, então não haveria mais um ponto de união.

Essas pessoas não estão unidas pelo que têm de bom em conjunto; estão unidas pelo que elas precisam fazer para sobreviver ou para se proteger. A solução para esse grupo social, estruturado em solução de problemas, tem que ser muito bem pensada, para que eles mudem os motivos pelos

quais se mantêm unidos.

Uma pessoa que está tendo problemas dentro do seu grupo familiar, vem apresentando problemas de relacionamento com as pessoas, muitas vezes o que é mais ecológico é não resolver o problema, pelo menos por um certo período de tempo. Se ela não tiver mais aqueles problemas que ela está apresentando, não se encaixa mais no meio. Se ela não estiver disposta a abrir mão da própria individualidade em nome do grupo, não vai caber nele mais. Se ela renunciar a essa função extra de se manter e se doar pelo grupo, se não desempenhar esse papel, não terá mais posição nessa família. Então a tendência é que ela seja excluída ou vai ser pressionada a manter a forma atual de agir. Esse é o estresse do grupo familiar e o estresse que o grupo produz na pessoa que está tentando mudar o esquema problemático. Você tem que trabalhar a mudança, já pensando em como é que poderia ser, se não fosse deste jeito. De que outra forma, essas pessoas podem manter seu relacionamento sem continuar precisando do problema. Como é que essa família pode se manter unida, sem necessariamente ter que ficar passando por provações?

Muitas vezes, uma pessoa vai procurar uma psicoterapia, e na maioria das vezes essa terapia é bem-sucedida, mas há o risco de o terapeuta ser visto como o inimigo da família, porque está possibilitando a individualidade do cliente. A família considera que o terapeuta se aliou ao cliente e este se rebela contra todos. Assim, essa família vai começar a ver esse indivíduo, o terapeuta, como aquele que está induzindo o componente a não participar mais, ou da mesma forma que antes, dentro do meio. O indivíduo consciente das suas potencialidades, e essas potencialidades estando disponíveis, vai começar a achar que aquelas pessoas não querem o seu bem. Porque o bem dele agora é a sua individualidade respeitada, mas não é possível respeitar a individualidade de alguém num esquema de relação

nesses moldes. Não existe individualidade nesse esquema, porque eles formam uma irmandade como se fossem “um por todos e todos por um”.

A pessoa estava funcionando lá, ou seja, sempre funcionou, pois os problemas mantêm aquela família unida. O que essa pessoa pode estar se queixando é que esses problemas são desconfortáveis. Está sendo um transtorno e elas vêm pedindo para não sentir o incômodo que o problema produz e não necessariamente a solução do problema. Elas querem se livrar do desconforto. Se um cliente chega ao terapeuta e diz que não quer sentir depressão e não quer sentir mais culpa. Então ela quer se tornar um psicopata ou um vegetal? Só um psicopata é que não sente culpa. Só um vegetal que não dá valor às coisas que perde, não sente depressão. Perder a individualidade é uma perda importante. O indivíduo está perdendo a sua identidade em nome de um grupo de pessoas que formam uma irmandade. É angustiante; por isso é comum as pessoas saírem desse grupo familiar, apenas quando se casam e ainda assim saírem brigadas com os pais.

Como elas são úteis para o sistema, há uma tendência de só concordar com o casamento se a pessoa escolhida for uma pessoa que possa também ser trazida para o meio. Como a pessoa em questão pode estar associada ao seu próprio meio, então a tendência pode ser acontecer o processo inverso, ou seja, ela tirar a outra para o seu meio. Fica como se fosse uma “traição”. Já que aquele membro não vai mais cumprir a sua função no nosso meio, vai nos abandonar e passar para o outro lado, então ele está nos traindo.

O primeiro passo do terapeuta nesses casos, seria a informação. Conhecimento de como é que funcionam as relações humanas. Como é que estão funcionando as relações interpessoais e psicossociais no momento e como elas deveriam estar ocorrendo. O cliente tem que ser informado, para entender o meio em que vive e como é que se mantém



nesse meio. Conscientização é o passo número um. Em seguida, ajudar essa pessoa a manter as coisas como estão, mesmo tendo consciência de como elas seriam. A primeira tendência que a pessoa tem é querer sair desse sistema ou mudá-lo drasticamente, porque vê que isso não é sadio. A pessoa começa a se sentir mais auto-confiante, então o risco é de desafiar alguém. Está querendo dizer que já se sente capaz de sobreviver sozinho, e vai desafiar o grupo. Isso seria o início de um atrito. É importante a pessoa saber que a sua mudança vai produzir estresse no meio. É bom entender que está em terapia, as outras pessoas não. Por isso, o estresse delas é muito maior. Quem está em terapia tem a informação, sabe o que está acontecendo e qual é o ideal, ou seja, qual é o objetivo. Enquanto os outros componentes do grupo, vão ter que abrir mão desse sistema, sem ter ainda o benefício do outro. Outro problema é que pode haver mágoa e a pessoa em terapia, tenderia a usar a autoridade do terapeuta contra o meio. Quando a família ou o marido, começam a ter o terapeuta como inimigo, é sinal de que essa pessoa está usando a terapia contra o sistema para “vingar” mágoas, para provar que ela é melhor, enfim, a terapia e o terapeuta se transformaram numa arma. E essa arma pode ser usada contra si mesma dentro do meio familiar. O terapeuta tem que ensinar em primeiro lugar, o respeito mútuo para com as pessoas do meio familiar e fazê-la entender que a velocidade de um comboio é a do carro mais lento. A pessoa em terapia tem que aprender a perceber a velocidade em que as pessoas permitem mudar dentro do seu meio, porque a velocidade vai ser do mais lento. Às vezes a terapia pode se prolongar mais do ela gostaria, para garantir a união dessas pessoas sobre novas bases.

Quando a terapia é só individual, com uma ecologia mental única, focada só no cliente, geralmente não precisa ser tão demorada. Mas uma terapia com uma ecologia mental e uma ecologia sistêmica, não adianta mudar o paciente,

se depois ele não vai se encaixar mais no seu meio. Não adianta, porque vai ser uma pessoa sadia, mas sem uma família, sem um meio. Isso não funciona dentro do ponto de vista da ecologia sistêmica, porque não é ecológico mudar alguém, sem que possa permanecer no seu meio. Essa pessoa poderá até escolher não estar lá mais depois, sabendo que poderia estar.

O cliente tem que aprender em primeiro lugar, a se respeitar. Normalmente as pessoas chegam na terapia reclamando que as pessoas do seu grupo familiar a estão maltratando. Os outros não estão tratando-a bem, não são carinhosos e vivem criticando-a. Chegam sentindo-se uma vítima do grupo familiar e às vezes, se sentindo perseguidas pela família. Com o tempo, passam a entender que as outras pessoas a estão tratando como ela mesma se trata. Se eu me respeito, eu inspiro nas pessoas o respeito por mim. Se eu me maltrato e me considero incompetente e incapaz, é o que eu vou ter no meu meio, principalmente na família. Nós é que damos os sinais para as pessoas de como elas devem nos tratar e esses sinais são o espelho de como nós nos tratamos. É você que se agride e inspira as pessoas a fazerem o mesmo. As pessoas só o agridem com sua permissão ou concordância.

As pessoas atribuem muito poder ao outro. O fulano me faz passar raiva, o outro me ofende, etc. Na verdade, ela concorda com o que está sendo dito. A mágoa que a pessoa sente é pelo fato do outro fazer com ela o que ela faz a si mesma. Ela pode, os outros não. É uma questão de auto-conceito. O que você pensa e conclui sobre si mesmo é o referencial de como os outros devem tratá-lo. As pessoas se queixam de que os outros estão dizendo coisas que as magoam, mas no fundo elas se magoam, porque concordam.

Quando alguém critica e o outro se sente criticado, é porque ele acreditou na crítica. A mágoa é porque o outro o colocou frente a frente com o que ele pensa de si mesmo.

Se ele não acreditasse no que foi dito a seu respeito, ele não se magoaria, porque uma mentira sobre si mesmo não pode magoar ninguém. O que foi dito pode não ser verdade, mas no fundo ela acredita. As pessoas não ofendem as outras, elas fornecem os estímulos para que elas se ofendam ou não. É um escolha, mas se você concorda com a ofensa, não tem escolha, você se ofende.

O auto-conceito é muito importante, porque o que eu penso de mim, não é necessariamente o que eu sou. É apenas o que eu penso que sou. Tanto para as coisas boas, quanto para as ruins. Eu penso isso de mim, eu me considero assim. E é o que eu penso de mim, que vai determinar como as pessoas vão se relacionar comigo.

É bom lembrar, que se as pessoas soubessem todo o tempo o que é melhor para elas, não teriam problemas. Nem tudo que as pessoas querem alcançar ou fazer é o melhor para elas. Muitas vezes, o desejo é apenas o reflexo de um outro problema. Às vezes, o que ela está desejando é um instrumento de fuga da situação presente. Eu considero que os objetivos que uma pessoa tenha, ou as queixas que elas levam para a terapia, não são problemas, são apenas sintomas. Essa pessoa pode não estar sabendo o que é melhor para ela, porque se soubesse, com certeza não estaria com esses problemas. Cabe ao profissional dar um tempo para ela pensar se o que está querendo é mesmo o melhor. O que o cliente leva como queixa, normalmente não deveria ser trabalhado como objetivo. Isso vai desaparecendo aos poucos, quando os verdadeiros problemas que causaram o sintoma, desaparecem. Eu procuro atender o mínimo possível suas demandas. Diminuo o desconforto de estar passando por aquele problema. Tenho que ter a responsabilidade de saber que o que o cliente está me pedindo pode não ser o melhor para ele ou para o seu sistema ecológico. Não que eu saiba o que é melhor, mas posso conscientizá-lo e fazê-lo entender que o ele está querendo pode não ser o melhor.

Eu não tenho obrigação de saber e dar sugestões, mas eu tenho obrigação de conscientizá-lo. O processo tem que partir de informação, conhecimento e compreensão a respeito do que acontece à sua volta. Eu uso o processo de “terapia” pessoal e psicossocial.

É uma isenção de responsabilidade do terapeuta, quando ele trabalha voltado aos objetivos do cliente. Ele diz o que quer e o terapeuta o ajuda a alcançar, mas se der algum problema, ele, o terapeuta, não será responsável. Ele não tem nenhum compromisso com a repercussão do que o cliente está querendo, ele só se compromete em ajudar o cliente alcançar o que quer.

As psicoterapias breves, estão voltadas para atender apenas as demandas do cliente. Por um lado, nós temos a psicanálise que não atende demanda nenhuma. Ela suporta o cliente com sua demanda, mas não se responsabiliza em atendê-la. Nós temos dois processos antagônicos, ou seja, linhas terapêuticas que só fazem suportar e atender as demandas do paciente. O que ele não apresenta como queixa, ou que não faz parte dos seus objetivos, não é cogitado na terapia.

O processo da conscientização, buscando uma ecologia mental, é a mescla desses dois sistemas terapêuticos. Ambos os sistemas funcionam. Não atender demanda nenhuma, força o indivíduo a trabalhar seus próprios problemas existenciais. O inconveniente é o tempo que se gasta nisso. Trabalhar também apenas o objetivo específico, momentâneo é ótimo, porque a pessoa vai alcançar o que quer e se sentir mais motivada para a vida.

Entre uma terapia que não atende nada e uma que atende os sintomas, nós temos um meio termo ecológico, que poderia ser chamado de terapia ecológica. Uma terapia que não é unicamente individual, mas que também não é exclusivamente sistêmica. É uma terapia que envolve as duas coisas. Trabalha o indivíduo, sem ser uma terapia individu-

alista e trabalha o indivíduo no seu meio, sem ser uma terapia de grupo. É uma terapia que respeita o sistema. Ela não vê o sistema ou meio como um agressor do cliente. Respeita os problemas que esse grupo tem. Uma família pode ter um problema, como já me referi acima, porque precisa desse problema para se manter unida.

No cliente, o estresse ocorre, por ele saber que precisa mudar coisas, mas tem que esperar o tempo das outras pessoas. É difícil lidar com a excitação que o cliente tem de querer mudar rapidamente, sabendo que é necessário, útil e melhor, mas às vezes ele atropela o tempo das pessoas. Quando isso acontece, as pessoas à sua volta reagem.

O estresse sistêmico ocorre, porque as pessoas precisam de um tempo para mudanças e acomodação. Se você se modifica, o seu meio tem que se modificar na mesma proporção, pelo menos naquilo que você se modificou. E isto incorre em instabilidade, porque toda mudança gera instabilidade. Sob certos aspectos, toda mudança é angustiante. Se eu digo que você não é mais o que era, mas ainda não disse o que você vai ser, então você fica num vazio. E isso exige de você o desapego do que tinha sem o ganho de como será. Embora o que tinha fosse problemático, pelo menos era uma coisa conhecida. O problema era conhecido, e o que você está buscando com a mudança, você ainda não lhe revelado. As pessoas têm apego aos problemas por serem conhecidos. É desconfortável, mas é um terreno que você conhece, já sabe como as pessoas reagem a ele, já sabe contornar os malefícios e os seus prejuízos. A mudança incorre em você deixar de ser como era, e por um período de tempo, não ser como vai ser. Tem um abismo no meio. Esse abismo é necessário para o amadurecimento. O desapego, a compreensão, o renunciar aos problemas e a elaboração das perdas, são fundamentais para que esse grupo familiar possa se relacionar em outras bases.

Os pais e as mães têm mais dificuldades de mudar a estrutura do relacionamento com os filhos, porque eles, os

pais, confundem individualidade com individualismo e espaço pessoal com egoísmo, o que são coisas absolutamente diferentes. Só quem é independente pode amar alguém de verdade. Quem não é independente, é dependente e dependência não é amor. Um filho só pode amar a mãe, na medida em que se torna independente dela. Ele pode escolher amá-la, porque amar é uma questão de escolha. Muitas mães acabam mantendo o vínculo da dependência por insegurança. Elas acham que se o filho se tornar independente, vai abandoná-la. E normalmente é o que acontece quando há essa insistência. O filho encontra uma forma alternativa de obter aquilo de que depende e então realmente se desvincula do meio familiar. Ele rompe e abandona, associando-se a outros meios que nem sempre são os melhores.

Só uma pessoa independente e autônoma, que se respeita e respeita a individualidade das outras pessoas, pode manter um relacionamento de amor. Confundir dependência com amor dificulta muito às pessoas mudar a forma de relacionamento familiar. Num bom relacionamento na família é fundamental que haja amor e respeito mútuo. E o amor é uma questão de escolha.

**Por isso, escolha amar sua família e emancipar-se. Se desejar, faça terapia para conseguir isso de forma mais confortável e estruturada.**