

Bloqueios

Nossos Guardiões

Autor: Walther Hermann Kerth

Sinopse

Esse artigo pretende aprofundar assuntos já apresentados, porém inesgotáveis em suas nuances e em sua importância para o amadurecimento emocional e psicológico. Bloqueios parecem ser nossos mais ferozes adversários até que aprendamos as suas lições e reconheçamos a sabedoria e a motivação inconsciente que lhes dá vida! Quando finalmente podemos alcançar tal consciência, eles comumente transmudam-se em nossos mais fiéis companheiros ou protetores.

Contexto

Esse texto é um mosaico de idéias e reflexões decorrentes da constatação do fracasso de modelos de "pensamento positivo" ou de algumas frases e provérbios prontos, em gerenciar os conflitos pessoais do autor! De alguma forma pode parecer uma repetição de artigos anteriores, especialmente tratados no artigo "Pensamento Positivo e suas Limitações", no que diz respeito a uma atitude útil e respeitosa para explorar o mundo interior. Porém, deve ser um complemento ou desenvolvimento desses, enquanto enriquece aquelas considerações com mais alguns exemplos cotidianos. Sendo que a representação, tomada de consciência ou expressão de contingências da existência nos proporciona um senso de reconhecimento, validação de experiências e de pertencimento à raça humana, atenuando os maus sentimentos comumente presentes no enfrentamento de vivências de inadequação ou sentimentos "negativos" desconhecidos!

Aquilo que chamamos de "um novo mundo", recém-nascido a cada instante ao revelar novos e diferentes aspectos, pode ser compreendido como um produto de duas forças geradoras: a instabilidade do mundo moderno em suas transformações e o nosso fracasso em equacionar e solucionar suas maiores incoerências! De forma semelhante, deveremos aprender a lidar com esse caráter contraditório e ambivalente da natureza daquilo que costumeiramente chamados de "nossos bloqueios", eles são os guardiões de nossa estabilidade até os momentos de ruptura, quando estivermos suficientemente preparados e fortes para assumirmos novas formas de ser ou identidades mais maduras.

Artigo

Como um educador especialista em aprendizagem e terapeuta, uma das queixas mais comuns que ouço é a respeito dos bloqueios e limitações que as pessoas enfrentam. Inúmeros clientes reclamando de suas dificuldades de aprender, comunicar, se relacionar, criar, sentir, perceber, gerenciar seus maus sentimentos e solucionar seus próprios problemas.

Tenho muito cuidado em lidar com as insistentes solicitações de promover a "faxina" que tais pessoas desejam, pois elas não têm idéia do que estão pedindo! Não compreendem que os seus bloqueios são parte de seu patrimônio inconsciente e são muito valiosos! Por mais estranha que possa parecer essa afirmação, talvez, ao final dessa leitura você possa concordar comigo.

Primeiramente, conforme já comentei em outros artigos, nossos bloqueios são nossas mais sublimes criações inconscientes! Mesmo que eles estejam empenhados em bloquear a nossa criatividade, eles ainda são filhos de um processo criativo cuidadoso e efetivo! Ninguém nos instala bloqueios, nós mesmos os criamos, os alimentamos e cuidamos deles, durante o nosso esforço de adaptação ao mundo e em busca de sermos aceitos e reconhecidos! De certa forma, eles são parte de nossa memória que quem somos.

Num outro artigo anterior, "Concentração Natural", apresentei dois exemplos nos quais os bloqueios de aprender idiomas estrangeiros estavam resguardando as intenções mais profundas ou o equilíbrio das vidas de dois de meus clientes. Bem, vamos agora avaliar alguns outros exemplos para consolidar uma compreensão mais produtiva e respeitosa desses processos de aprendizagem inconscientes.

Certa vez, no início de minha carreira, tive uma cliente que tinha síndrome de pânico, segundo diagnóstico de um profissional que a recomendara para mim. Conversando com ela, soube que os sintomas da síndrome nunca se apresentavam quando ela estava fazendo aquilo que queria ou gostava! Por exemplo, ela não manifestava os sintomas quando estava no shopping center! Nem quando estivera afetivamente envolvida numa relação extraconjugal. Tinha um casamento de segurança e aparências, filhos para criar e educar e alguns compromissos enquanto dona de casa. Embora trabalhasse também, no ambiente profissional seu pânico também não estava presente.

Seus sintomas e desesperos, bastante intensos, apareciam quando tinha que entrar no carro para viajar com o marido nos finais de semana ou em outras situações que estava com ele! Certa vez escutei que o perfil de pessoas que apresentam síndrome de pânico é de personalidades fortes e muito controladoras. Eu não sou capaz de afirmar isso, porém, no exemplo anterior, certamente os seus sintomas controlavam sua relação conjugal, embora eu acredite que ela não criara tais manifestações conscientemente nem estivesse fingindo.

Observo que é bastante comum que distúrbios de ansiedade estejam relacionados com um autocontrole exagerado, isto é, pessoas que se aprisionam ou se confinam a determinadas circunstâncias de vida que não as satisfazem, seja por compromissos familiares ou sociais. Conheci uma senhora, certa vez, que desejava morrer (segundo suas palavras: "Que Deus me leve o quanto antes!")...

Um pouco entristecido, compreendi sua situação: já era idosa, fora educada para ser uma verdadeira esposa do passado, seu marido nunca a deixara trabalhar, nunca fora independente ou rebelde, embora tivesse desenvolvido seus artifícios para expressar algumas de suas vontades inserida nessa relação de falta de liberdade; viera de uma geração, já quase extinta, na qual uma separação conjugal era considerado um fracasso miserável e não tinha coragem de enfrentar um destino semelhante! Então esperava resignadamente a morte, pois já estava muito cansada daquela vida. Naturalmente não havia coerência de seu desejo com sua motivação orgânica de viver! Então permanecia aprisionada àquela condição.

Certa vez, ouvi de um colega uma interessante reflexão: "... suicídio é uma solução permanente para um problema temporário!". Mesmo as mais fortes motivações, um dia se extinguem se não forem renovadas e atualizadas por novos significados decorrentes do implacável amadurecimento que a vida nos impõe.

Creio que isso tenha sido notável e elegantemente ilustrado em um dos mais contundentes diálogos do filme "Nosferatu, O Vampiro da Noite" na versão do alemão Werner Herzog, durante uma conversa entre o vampiro (com qualidades não hollywoodianas bastante humanas e sofridas, bem diferentes dos tipos poderosos, fortes e sedutores do cinema comercial americano) e uma de suas vítimas ainda ignorante de seu destino. O assunto dessa conversa era o medo da morte da futura vítima, ao que o vampiro contesta: "... o pior não é a morte... O pior é não poder morrer...", e ser condenado a carregar pela eternidade essa miserável condição de existência!. Essa era a sua natureza... E também a sua maldição! Então compreendi a circunstância daquela senhora, aprisionada por uma escolha feita em seu passado, acreditando ser essa escolha inviolável e definitiva, nunca mais sendo possível se libertar dessa condição, exceto através da morte, a libertadora de seu sofrimento!

Isso possivelmente aconteça porque vivemos num mundo em permanentes mudanças para o qual não há manual de instruções que possa nos instruir adequadamente quais são as condutas sociais que sejam satisfatórias. Como seria possível atender a tantos e tão diversos interesses, próprios de cada um dos bilhões de habitantes do mesmo planeta, a não ser que todos estivessem padronizados em seus conhecimentos, experiências de vida e bloqueios?

Não há regras ou condutas eternas num mundo em evolução, portanto cabe a nós mesmos criá-las, renová-las e substituí-las a cada época. Da mesma forma podemos lidar com os limites em cada estágio de nossas vidas, sendo que os bloqueios, são apenas aqueles "seres" a quem delegamos o policiamento dos limites que nós mesmos aceitamos e determinamos num dado momento, consciente ou inconscientemente. São partes de nós mesmos, como poderíamos então desejar nos vermos livres daquilo que somos?

Não somos máquinas, logo nossa vida é uma constante experiência de tentativa e erro, exceto quando assumimos doutrinas ou dogmas que nos digam o que fazer e que provavelmente foram forjados pelo mesmo processo empírico de outrem (e ainda assim é uma tentativa - e passível de erro - de nos isentarmos da responsabilidade de errar, delegando ao autor esse compromisso!). Empreendemos tudo isso em busca de felicidade e satisfação... Uns acertam, alguns erram, outros continuam buscando... Não há fórmulas prontas, exceto a esperança que nunca se desista de buscar e encontrar.

De fato, na mesma medida em que desejamos uma boa memória, aquilo que chamamos de bloqueios representa a memória mais treinada de compromissos inconscientes, pactos ou desejos já assumidos anteriormente! Para compreender melhor a importância de tais estruturas interiores, gosto muito de lembrar de uma história oriental sobre um monge que meditava sobre uma rocha, debaixo de uma grande árvore parcialmente seca, à beira de um lago muito tranquilo e silencioso... Subitamente algo caiu a seu lado, bateu na pedra bem perto dele e caiu na água à sua frente, mas nada disso retirou-o de sua meditação. Porém, um ruído de algo se debatendo na superfície da água capturou sua atenção.

Assim que abriu seus olhos pode ver à sua frente um escorpião se afogando na água! Imediatamente curvou-se e o colheu com a mão numa tentativa de salvá-lo. Mal o tinha retirado da água, são e salvo, o bicho o ferrou! Com a dor da picada, reagiu instintivamente largando-o e, novamente, o bicho caiu na água e voltou a se afogar debatendo-se. Mais uma e mais outras vezes a cena se repetiu: salvamento, picada, abandono e afogamento... Um indivíduo que passava por perto e assistiu a toda cena, aproximou-se do monge e disse-lhe: "Meu bom homem, o senhor não percebe que essa criatura infernal e ingrata, o picará sempre que tentar salvá-lo?! Entregue-o à sua própria sorte e deixe-o se afogar!". Ao que o monge, mais uma vez tentando salvar o escorpião, retrucou: - "A sua natureza é picar... A minha natureza é salvar!".

Nossos bloqueios são importantes manifestações criativas de nossa mente inconsciente buscando preservar padrões de comportamento automáticos necessários ou desejados por nós no passado, consciente ou inconscientemente. Eles possuem a mesma natureza dos nossos hábitos, vícios ou compulsões. Eles são criativamente moldados até para nos proteger de nossa criatividade descontrolada, especialmente enquanto ainda não conhecemos as regras sociais e padrões de conduta cultural – isso mesmo, pense em quanto trabalho dá uma criança extremamente criativa quando não foi suficientemente educada, leia-se bloqueada, em suas manifestações! Para serem aceitas e evitarem punições e repreensões decorrentes de seus impulsos criativos (ou destrutivos, que é a outra face do processo criativo), tais crianças conhecidas como muito "arteiras" criam mecanismos inconscientes de limitação e atenuação de seus impulsos ainda não adestrados pela cultura e educação.

Certo dia, enquanto realizava um seminário, observei que, durante a realização de um exercício de deslocamento de identidade havia entre os participantes uma moça de olhos arregalados. Enquanto seus colegas permaneciam absortos, fazendo cada etapa da experiência, ela olhava para o que escrevera imediatamente antes e, ocasionalmente, olhava para mim. Concluí que estava "cozinhando" algo dentro de si. Terminada a vivência, perguntei aos presentes o que tinham percebido. A moça, então, ainda com seus olhos bem abertos, olhou o texto mais uma vez e, voltando-se para mim, disse: - "Eu estou muito surpresa! Estive lendo aquilo que escrevi e observei que a minha linguagem foi excepcionalmente objetiva!".

Pensei... Objetividade por objetividade... O que se faz com isso? Então perguntei: "O que isso, afinal, representa para você?" Ela respondeu: "O que isso representa?! Eu sou jornalista... Na minha vida profissional inteira, muitas e muitas vezes, precisei ser assim objetiva, e nunca consegui! Nunca consegui ser objetiva! Era um tremendo esforço frustrado para mim...".

Eu disse, então: "Ótimo... Daqui por diante, você possui pelo menos duas novas alternativas: uma delas, a mais simples, é que, todas as vezes que você precisar desta 'ferramenta' chamada objetividade, 'digite aí, no seu computador interior': ponto de vista de um objeto inanimado, conforme você fez nesse exercício, para entrar em contato (ou poder fazer uso desse 'aplicativo mental') com a sua própria objetividade".

Nesse caso, ela descobrira sua objetividade acidentalmente, dentro de si mesma, durante aquele exercício. De fato, não tinha sido eu que havia feito uma descrição objetiva, ela mesma conseguira aquilo! Objetividade era apenas uma das "ferramentas" que possuía, e nem sabia existir dentro de si. A segunda alternativa que mencionei, bem mais trabalhosa, porém muito mais libertadora, seria que, enfim, naquele momento, motivada por aquela descoberta, poderia iniciar uma nova jornada em sua vida. Uma etapa na qual estivesse, consciente ou inconscientemente, empenhada em demolir aquela identidade que não incluía uma série de "ferramentas" e possibilidades que estavam dentro dela, tanto quanto a objetividade, mas que, por razões muito importantes, não faziam parte de sua identidade consciente.

Por muitos anos, durante nossa educação e o longo processo de sociabilização, construímos, cuidadosa e inconscientemente, nossa personalidade. Um dia, porém, mais cedo ou mais tarde, podemos nos sentir asfixiados por seus limites. Então é chegada a hora de buscarmos e encontrarmos quem somos realmente, em nossa essência, além de nossos comportamentos sociais aprendidos. Esse é um reencontro, em geral, empreendido inconscientemente, graças à um desconforto interior percebido no confronto entre a "pressão" de nossa expressividade mais pura, em permanente desenvolvimento e amadurecimento, e as fronteiras e armaduras de nossas formas de ser socialmente aprendidas.

Para você ter uma ideia do alcance disso, cito uma pesquisa realizada ao longo de mais de vinte e cinco anos por cientistas do comportamento da Utah University. Testes de criatividade realizados pelo Dr. Calvin Taylor, apresentados no livro do Dr. George Land, indicam uma realidade impressionante: oito tipos de testes aplicados num universo de aproximadamente mil e seiscentos indivíduos avaliados em diferentes fases de vida evidenciaram o seguinte: 98% de um grupo de crianças, cuja idade se situava entre três e cinco anos, apresentou desempenho de criatividade correspondente à genialidade! 32% das crianças entre oito e dez anos possuíam grau de gênio; apenas 10% entre treze e quinze anos ainda permaneciam

"gênios"; e, finalmente, restou apenas 2% dos jovens adultos acima de vinte e cinco anos com essas habilidades ativadas.

De alguma estranha forma, parece que as crianças criativamente aprendem a não ser criativas. Essa outra forma de entender os chamados bloqueios mentais ou emocionais é percebê-los como construções criativas de nossa própria mente interior para lidar com os problemas regulares causados pela expressão descontrolada de nossos impulsos criativos. Basta observar os artifícios e artimanhas que possuímos, para concluir que essa força criativa que temos dentro de nós (ou que somos nós) se expressa constantemente através das mais curiosas e diversas formas.

Vou então repetir o mais importante: passamos anos e anos, paulatinamente, construindo a nossa forma de ser, "pedacinho por pedacinho", inseridos em nosso meio familiar e social. A partir de nossa história e nossa experiência vamos desenvolvendo nossos comportamentos, alguns mais e outros menos aceitos pelo mundo em que vivemos... Quando fracassamos em alguma ação, aprendemos; quando somos recompensados ou punidos, escolhemos; quando repetimos comportamentos anteriores, vamos consolidando hábitos ou vícios... De um modo geral, durante um interminável processo de tentativa e erro balizado pelas reações do ambiente social imediato. De certa forma, isso talvez ocorra assim por nascermos pelo menos um ano antes de estarmos prontos para o mundo (o ser humano é o animal menos preparado para sobreviver ao nascer!).

Assim dependemos dessas automatizações de comportamentos (os hábitos e também os bloqueios) para que nos seja possível descongestionar nossas mentes para aprender mais! Já pensou, eles existem para que você possa aprender ainda mais! Imagine se ao dirigir, você não possuísse um hábito ou uma memória inconsciente de procedimentos, isto é, que dirigir fosse sempre como a primeira vez! Se não armazenássemos tais programas automáticos, a vida seria realmente uma loucura!

Diante de tudo isso, o que podemos fazer se não estivermos satisfeitos com o árduo empenho e trabalho de nossos mais severos guardiões, os bloqueios? O primeiro e mais importante passo é ilustrado por uma linda história chinesa sobre um jovem discípulo budista que pergunta ao seu velho mestre: "Mestre, por que as entradas de nossos templos possuem estátuas tão feias e assustadoras (os cachorros, tigres e dragões chineses que, segundo nossos padrões estéticos ocidentais, parecem-se mais com figuras assustadoras), se aqui cultivamos as mais elevadas virtudes, o amor, o discernimento, a benevolência e o conhecimento da verdade?" Seu mestre pacientemente responde: "Eles são nossos guardiões... Estão onde estão, nas entradas de nossos templos, para espantar aquelas pessoas que ainda se preocupam apenas com as aparências!".

Enfim, tudo parece muito poético e bonito, mas como fazemos para abandonar as aparências então, dos nossos aparentes carcereiros? Se eu tivesse uma resposta para essa pergunta, eu diria que somente uma jornada sincera de auto-observação, cuidadosa e permanente, um compromisso honesto para com os próprios sentimentos e uma busca incessante pelo conhecimento de si próprio poderiam proporcionar tal liberdade... Mas não tenho, na verdade, coragem de responder tal pergunta! Esse é um caminho de muitas mortes e renascimentos, especialmente de nossos bloqueios, desejos, motivações e frustrações e, certamente, algo muito diferente daquilo que a sociedade de consumo nos propõe a cada dia: uma permanente e insistente despersonalização e padronização de necessidades!

Em tal contexto de desenvolvimento pessoal, já deve ter ficado evidente, não sou partidário de uma atitude de exclusão em relação àquilo que chamamos de bloqueios. Muito pelo contrário, creio que o acolhimento, o reconhecimento e a honra aos seus esforços e dedicação, possam ser a melhor e mais inteligente forma de resgatarmos a nós mesmos, sendo que, somente então, poderemos atribuir-lhes novas funções e compromissos, até que nossa compreensão esteja ainda mais refinada para uma nova convocação de tais "pedacinhos" de nós mesmos.

Portanto, se aquilo que chamamos de bloqueios, e que eu prefiro chamar de "guardiões do passado", são nossas criações mais duráveis e bem sucedidas (embora gestados e gerados, muitas vezes, nas sombras de nossas mentes inconscientes) então, qualquer intervenção terapêutica nunca deveria buscar removê-los! Deve sim, ser muito cuidadosa e respeitosa para preservar os limites de flexibilidade da personalidade que possuímos, caso contrário, como já vi acontecer, a desestruturação promovida por um desbloqueio inadvertido e fora de contexto, pode levar consigo a memória de quem se é, mais rapidamente do que seja possível promover uma nova reconstrução pessoal, isto é, às portas da insanidade! Casos típicos das chamadas lavagens cerebrais em busca de verdades protegidas pelo código de ética das suas vítimas. Ou quando as circunstâncias do ambiente ativam tal desagregação interior, como no caso das grandes tragédias.

Bem, para finalizar, eu sugiro que você cuide muito bem de suas próprias dificuldades, até que você não precise mais delas! Nossos bloqueios, assim como o medo, assemelham-se à casca de ovo, sem ela o pintinho não tem segurança e integridade para se constituir até que esteja forte o suficiente para libertar-se dela, caso contrário será asfixiado por ela... Tudo tem seu tempo e seu ritmo, lembre-se sempre que nossos bloqueios interiores ou exteriores é que acabam represando nossos desejos a ponto de sermos capazes de transcendê-los. Dessa forma, eles nos dão o impulso que necessitamos para a próxima etapa... E pensar que eles normalmente são tratados como "burros"! Não creio que a Providência seria tão estúpida de criá-los se eles não fossem realmente nossos aliados mais íntimos!

Conclusões

A flexibilidade que o mundo atual nos exige, para que possamos suportar com integridade as rápidas transformações, nos estimula a fazermos revisões e reavaliações frequentes de nossas condutas e conceitos éticos. A dificuldade de distinguirmos o certo do errado, entretanto, pode promover um estado de paralisia interior caso não sejamos capazes de compreender o papel mutante de nossas motivações e intenções inconscientes, tantas vezes chamados de bloqueios! Esses guardiões de nosso equilíbrio interior e de nossa identidade nunca devem ser menosprezados e, em geral, caso não sejam devidamente reconhecidos, respeitados e honrados em suas intenções e dedicação, certamente serão confundidos com inimigos ou sabotadores!