

BLOQUEIOS E MOTIVAÇÃO

Visualizações e Mentalizações Espontâneas

Autor: Walther Hermann Kerth

Sinopse

Com tamanha variedade de cursos e palestras motivacionais disponíveis no mercado, talvez possamos concluir que, ou as pessoas estão em busca de muita motivação para fazer suas coisas e viver melhor, ou existe uma grande ineficiência em todos esses programas, pois, mesmo com "altas doses" de motivação e "shows" cada vez mais emocionantes e elaborados, a permanência de tal entusiasmo não dura nem é satisfatória!

A verdadeira motivação, mais conhecida como motivação intrínseca, ou seja, proveniente do interior de cada indivíduo, é associada àquilo que podemos chamar temporariamente de "legado pessoal" ou "destino inconsciente". Essa motivação mais genuína, poderosa e duradoura é sempre despertada ou manifestada quando uma pessoa consegue se libertar de seus condicionamentos culturais e bloqueios sociais, mentais e emocionais e, a partir disso, reconhece qual o seu interesse mais profundo de forma de expressão e realização no mundo. Tal manancial de vida e entusiasmo pode ser conquistado a partir do autoconhecimento e libertação de preconceitos e tensões interiores.

Contexto

Sendo um dos assuntos mais abordados em nossa civilização, talvez esse tema seja tão importante devido à sede da mente moderna de encontrar motivos para suas ações! No passado, a necessidade e o dever eram motivos suficientes para que uma pessoa agisse... Entretanto, no presente, com as condições de vida tão mais prósperas e uma estrutura social tão mais complexa, torna-se possível deixar-se carregar pela "correnteza" da história e dos vínculos familiares ou profissionais, arrastando-se pela vida sem um sentido próprio para guiar nossa busca ou manifestar nossos desejos.

Artigo

Creio que uma boa referência para iniciarmos essa reflexão seja um episódio que me trouxe muita tristeza na época em que aconteceu. Certa vez, conversando com uma profissional de recursos humanos, soube que ela estava procurando algum consultor que fosse capaz de compreender sua empresa, multinacional de grande porte, e que construísse uma metáfora e os ajudasse a elaborar uma visão de futuro suficientemente motivante e inspiradora para revitalizar o negócio nos anos que se seguiriam à reestruturação dessa indústria, pois passava por uma grande crise de identidade e acumulava prejuízos.

Já foi suficientemente estudado o fato de que grandes empreendimentos nascem a partir de personalidades cativantes, persuasivas, instigantes, visionárias e até mesmo obsessivas na busca de materializar seus sonhos... E que quando tais líderes naturais se aposentam ou morrem, muitas vezes, é o início do fim desses empreendimentos, quando ainda não foi consolidada uma identidade comum que mantenha coesa a força de trabalho e a iniciativa de cada colaborador. (leia mais sobre isso no livro "A Empresa Viva" de Arie de Geus).

Naquela ocasião, localizei um excelente consultor italiano, residente no Rio de Janeiro, que conhecera num congresso e que eu acreditava, poderia contribuir significativamente para equacionar a situação daquela empresa e identificar uma nova visão de futuro mais atraente e inspiradora. Intermediei o agendamento de uma reunião de negócios e tive oportunidade de estar presente no encontro... Foi tudo muito amigável e aparentemente interessante, entretanto não foi fechado nenhum contrato. Alguns dias depois, fiz um contato para saber qual poderia ser o interesse da empresa naquela consultoria e escutei uma resposta frustrante: "Ah, vocês... Consultores que vêm aqui com os seus olhinhos brilhantes... Vocês não têm a menor chance de realizar trabalhos em uma empresa como a nossa!". Fiquei chocado com a resposta e pensei: quais serão as empresas que vão sobreviver no próximo século, aquelas cujos funcionários têm os olhos opacos ou aquelas cujos colaboradores possuem os olhos brilhando? Imagino que essa seja uma evidência interessante para antecipar a direção e o futuro dos empreendimentos humanos, você não acha?

Se ainda admitirmos que as empresas, no mundo ocidental, talvez sejam os nossos mais importantes "templos" de cultivo de habilidades e desenvolvimento pessoal, pois lá permanecemos a maior parte do nosso tempo de vida consciente e de nossa existência, então o significado da motivação torna-se ainda mais abrangente, isto é, pode relacionar-se com o sentido que damos à própria vida. Ilustrando essa questão, lembre-se daquela pergunta feita a dois pedreiros que trabalhavam numa mesma obra, realizando a mesma tarefa: - "O que você está fazendo?". O primeiro respondeu que estava assentando

tijolos, obviamente! Enquanto o segundo respondeu: - "Eu estou construindo aqui a comunhão da família que virá morar nessa casa... Todas as noites eles provavelmente se reunirão nessa sala para conversar e compartilhar suas vidas e seus sentimentos!".

Bem, certa vez, participei de um daqueles cursos nos quais se ensinam técnicas de visualização e mentalização para construirmos o nosso futuro... Dois fatos, especialmente valiosos para nossa reflexão sobre motivação, aconteceram nessa ocasião: o primeiro deles foi descobrir, com surpresa, que metade dos participantes desse seminário saíram sentindo-se mal! Eu conhecia o organizador que, após consultar seus clientes, constatara isso e me contara, embora o curso tivesse sido muito bem avaliado e fosse muito bem estruturado! De fato, eu mesmo era uma dessas pessoas que não se sentiram bem. Tudo isso, apesar de termos sido incentivados a elaborar planos de vida e planejar a realização de nossos próprios sonhos e ideais!

O segundo fato importante foi que, passados apenas dois meses, depois daquele encontro de decisões e planejamento de vida, cheguei à conclusão de não mais desejar obter exatamente aquilo que havia sonhado com tanto empenho e dedicação! Isso mesmo, talvez como um resultado secundário do curso, conclui que não era especificamente aquilo que queria e me arrependi de ter "instalado" tais objetivos em minha mente inconsciente como um programa de realização!

Uma conclusão simples é que, na ocasião do curso, eu ainda não tinha a compreensão suficiente de minhas necessidades e motivações a respeito dos caminhos que iria verdadeiramente trilhar! Eu definira como objetivo, na ocasião daquele treinamento, algo que correspondia aos meus objetivos de vida daquela data, criando um conflito entre metas de diferentes graus de importância pessoal ao longo do tempo, por isso os maus sentimentos, mesmo antes de ter consciência, minha mente inconsciente já processava tais tensões, das quais decorriam os maus sentimentos que eu não sabia explicar a origem!

Com bastante frequência ouço queixas de pessoas que crêem nunca terminar aquilo que começam... Isso somente acontece até que encontrem, em suas vidas, aquilo que REALMENTE DESEJAM! Muitas dessas pessoas passam anos estabelecendo objetivos de outros... Pois adotam critérios e valores que não lhes pertencem genuinamente.

Quando nascemos, ainda sem liberdade de escolha, somos conduzidos a subir, degrau por degrau, uma longa escada chamada de vida! Assim é essa vida... Nossos pais, muito bem intencionados, ansiosos de nosso desenvolvimento e adaptação a esse mundo, se empenham de coração nessa tarefa. Assim, antes mesmo de sabermos ou podermos escolher, começamos a subir essa "escada". Se porventura, nessa jornada, pararmos alguns instantes e olharmos em volta, podemos ver que existem inúmeras outras escadas a nossa volta, cada uma sendo escalada por outras pessoas e crianças, uma por uma tendo subido mais degraus ou menos que nós... Isso nos conduz a acreditar que viver é subir a própria escada, então continuamos, com mais empenho ou menos, dependendo de cada um de nós.

Mais alguns anos se passam e, se ocasionalmente, pararmos para olhar à nossa volta, mais outra vez constatamos que todos estão subindo as suas próprias escadas, alguns mais rapidamente, outros mais lentamente, alguns em posições mais altas, outros semelhantes e, ainda outros, abaixo de nós... Cada um no seu próprio ritmo... Mais uma vez, retornamos à nossa jornada e prosseguimos.

Um dia, mais velhos e mais experientes, tendo subido muitos degraus, outra vez damos uma parada para olhar à nossa volta, agora numa posição muito mais alta e privilegiada, que nos permite enxergar muito mais longe... Numa dessas ocasiões, existe a possibilidade de descobriremos que a nossa própria escada está encostada na parede errada! O choque interior pode ser grande... Conflitos gigantescos podem se manifestar, e uma importante decisão deverá ser tomada: encontrar um novo sentido ou razão para continuarmos naquela parede já tão familiar, originalmente de outra pessoa (quem sabe de nossos próprios pais), ou ter a coragem de descer, colocar nossa escada nas costas e transportá-la para o seu lugar de direito, a nossa parede... E reiniciar a subida, que poderá nesse momento ser muito mais rápida e fácil, pois já conhecemos a dinâmica e o processo da vida.

De fato, aquilo que chamamos de motivação é um sentimento resultante de uma complexa teia de impulsos e significados que atribuímos às memórias das experiências de nossas vidas, sendo estruturada em várias camadas. Gosto de comparar uma dessas camadas, bem fácil de "localizar", a essa força que nos mantém vivos e conscientes, que nos faz acordar pela manhã e nos coloca em atividade, independentemente de outras vontades! E mesmo que tenhamos preguiça de levantar, nossa mente dispara e não nos é possível dormir indefinidamente! Ela é tão natural, presente e conhecida, que nem a percebemos no dia-a-dia! Uma de suas manifestações mais evidentes pode ser reconhecida em nossa própria respiração, o impulso natural e automático de inspirar, absorver mais um pouco de ar.

Preste atenção durante alguns instantes: existe um ciclo de atividade e repouso, inspiração e expiração, que magicamente se mantém de forma natural, espontânea e inconsciente... Simplificadamente, essa é a motivação mais básica e essencial: estarmos vivos, permanecermos ou nos preservarmos... Tão bem organizado que não temos o poder de parar de respirar, instintivamente voltamos a respirar mesmo que prendamos o ar! É possível que alguns de nossos condicionamentos, possam ser tão desumanos, que o equilíbrio natural desse sistema vivo possa ser afetado e as pessoas adoçam, mas mesmo assim, existem mecanismos de recuperação e restabelecimento da saúde, exceto em casos extremos.

Sob tal ponto de vista, se admitirmos que somente cada um de nós possa ser capaz de dar sentido à própria existência para despertar essa motivação mais profunda, comumente chamada de motivação intrínseca ou interior, o caminho mais curto e seguro é livrar-se de preconceitos e paradigmas que possam estar nos cegando a visão do local de nossa "parede"!

Tenho um conhecido que, tendo sido um empresário de muito sucesso e sorte, certa vez comentou que em sua história, ele constantemente visualizava negócios bem sucedidos e clientes em abundância entrando em sua loja para fazer grandes compras! No entanto, um dia os negócios já não iam tão bem e ele se queixava de não conseguir mais visualizar com precisão ou regularidade...

Assim eu pergunto, seria a visualização do futuro a receita de como construí-lo ou apenas a manifestação, a sinalização inconsciente, da direção que já está em curso? Perceba que essa questão pode ser muito interessante: é o visualizador que possui o objetivo e a sua visão do futuro, ou será ao contrário, isto é, o objetivo e a visão de futuro ocorrem de forma espontânea na mente daquele que pensa estar visualizando ativamente, dando-lhe a impressão de ser agente e informando-o(a) do caminho a ser seguido?

Estudando e observando durante alguns anos o comportamento empreendedor, eu arriscaria afirmar nesse momento que as mentalizações são, muito mais frequentemente, antevisões do futuro do que intervenções criativas sobre ele! Várias pesquisas com estados alterados de consciência demonstram paulatinamente que passado e futuro, na dimensão de nossa mente inconsciente são representações subjetivamente muito semelhantes, isto é, temos memórias do futuro assim como do passado!

Não há tempo linear para nossa mente inconsciente como o conhecemos no mundo objetivo, além disso, a causalidade (ação e reação ou causa e efeito) é uma teia bastante intrincada de fatores (vide artigo de edição anterior dessa newsletter chamado "Pensamento Positivo"). Isso justifica o fato de algumas pessoas com grande poder de visualização, não conseguirem visualizar com precisão, em todas as fases de suas vidas!

Aprofundando ainda um pouco mais esse assunto eu pergunto, quantas vezes, já aconteceu com você, ter conseguido realizar um grande sonho ou objetivo apenas para descobrir que não era bem aquilo o que queria? Certa vez desejei ter uma loja... De uma forma mágica e com pouco esforço consegui isso em poucos anos... Apenas para descobrir, um ano e meio depois, que detestava ficar cuidando desse empreendimento! Não fui capaz de, no meu sonho, antecipar ou antever as consequências da realização daquele sonho!

De fato, não é sempre que temos o conhecimento, o discernimento e a experiência de vida para julgarmos antecipada como proveitoso aquilo que desejamos, resultado de nossas ambições socialmente condicionadas! Por exemplo, quantas pessoas desejaram e adquiriram carros importados, apenas para constatar que as vantagens ocasionalmente eram compensadas pelas desvantagens (anteriormente ignoradas), e voltaram a utilizar carros nacionais.

Pois bem, devemos saber que sempre que estamos em fases construtivas de nossas vidas, é muito comum que nossa capacidade natural de visualização do futuro e de realização estejam suficientemente alinhadas interiormente a ponto de nos impulsionar para grandes conquistas... Ocasionalmente nos encontramos em fases destrutivas, quando inconscientemente nossas fantasias e sonhos devem ser reestruturados, isto é, são incompatíveis com nossas motivações interiores de amadurecimento e transformação... Nessas ocasiões, mesmo com grandes esforços, as mesmas pessoas que outrora visualizavam e realizavam com facilidade e difundiam tais práticas como segredos do sucesso, agora já não mais conseguem aplicar com efetividade tais técnicas!

Reconhecer, aceitar e aproveitar tais períodos para continuar nossa jornada de aprendizado, constitui aquilo que chamo de "A grande arte de viver com sabedoria"! Evidentemente, numa perspectiva bastante ocidental. Creio que ainda devemos levar em consideração uma pérola da sabedoria dita primitiva: os índios consideram a visão como sendo o mais ilusório dos canais sensoriais humanos, pois é o único sentido que nos dá a ilusão de que somos todos separados e existe "espaço vazio" entre as coisas e as pessoas! Relevando ainda que as técnicas de visualização e construção de objetivos sejam apoiadas por

tal sentido (ilusório) da visão, fica mais fácil entender o porquê das pessoas referenciadas em sentimentos, sensações e intuições serem atualmente tão valorizadas nas posições de liderança de grandes empresas!

Simples de compreender, sugiro que você faça algumas experiências... De todos os objetivos que você tem pela sua frente, quais são aqueles que você escolhe realizar com mais motivação? Quais são os critérios de escolha, que você utiliza para selecionar qual desses objetivos vai ser realizado antes? Enquanto não forem os seus sentimentos e intuições, poderá encontrar muitos obstáculos no caminho! Um antigo provérbio chinês diz que, caso você não deseje trabalhar para o resto de sua vida, escolha para fazer algo que você goste!

Caso, no seu futuro, você pretenda utilizar algumas técnicas de visualização para planejar melhor as suas conquistas, sugiro que, antes de tudo, avalie os seus sentimentos e sensações sobre essas realizações. Isso permitirá descobrir antecipadamente se suas visualizações são criações ou antevisões, sabendo de antemão qual será a intensidade de sua motivação e grau de entusiasmo interior para enfrentar os desafios de seus sonhos!

Conclusão

Certa vez, um amigo divulgou que podia mover objetos com a força de seu pensamento... Diante da perplexidade dos presentes, ele resolveu demonstrar: levantou-se, pegou alguns objetos e uma cadeira, e modificou os seus lugares! Todos se sentiram enganados, mas essa foi uma simples e objetiva demonstração do seu poder de mentalização ou visualização! Os maiores milagres existem debaixo de nossos narizes, e muitas vezes não somos capazes de reconhecê-los! Para concluir então, gostaria de despertar a sua curiosidade para a diferença entre os processos de visualização espontânea e a intencional.

Sugestões

Nas próximas semanas, observe com mais cuidado, quais são aqueles de seus sonhos ou objetivos, e seus correspondentes sentimentos, que se realizam, separando-os dos que não se realizam... Dessa forma aprenderá a compreender melhor os sinais de seu destino e a reconhecer melhor os detalhes do seu "mapa" ou "bússola" interiores que o(a) guiam através das suas experiências de vida.