

O Ato da Vontade, Psicossíntese
(Roberto Assagioli)

Trabalho de Psicologia Transpessoal
(Rita Felicetti)

Pesquisado na Internet

Sumário

0	<i>Introdução</i>	1
1	<i>Psicossíntese - Roberto Assagioli</i>	5
1.1	<i>Assagioli e sua cartografia</i>	5
1.1.1	<i>Inconsciente inferior</i>	6
1.1.2	<i>Inconsciente médio</i>	6
1.1.3	<i>Inconsciente superior ou superconsciente</i>	6
1.1.4	<i>Campo de consciência</i>	7
1.1.5	<i>Eu consciente ou ego</i>	7
1.1.6	<i>Eu superior</i>	7
1.1.7	<i>Inconsciente coletivo</i>	7
1.2	<i>Considerações sobre o diagrama</i>	8
1.2.1	<i>Características dos tipos de amor</i>	9
1.2.1.1	<i>Manifestações superiores e inferiores do amor</i>	9
1.2.1.2	<i>Medos relacionados ao amor</i>	10
1.2.2	<i>Características dos tipos de poder</i>	10
1.2.2.1	<i>Manifestações superiores e inferiores do poder</i>	10
1.2.2.2	<i>Medos relacionados ao poder</i>	11
1.3	<i>Integração interior harmoniosa</i>	11
1.3.1	<i>Conhecimento completo da própria personalidade</i>	12
1.3.2	<i>Controle dos vários elementos da personalidade</i>	12
1.3.3	<i>A descoberta ou criação de um centro unificador</i>	13
1.3.4	<i>A formação ou reconstrução da personalidade em torno do novo centro</i>	14
2	<i>O Ato da Vontade</i>	17
2.1	<i>Aspectos da vontade - Roberto Assagioli</i>	19
2.1.1	<i>Vontade forte</i>	19
2.1.2	<i>Vontade hábil</i>	19
2.1.3	<i>A boa vontade</i>	21
2.1.4	<i>A vontade transpessoal</i>	22

2.2	<i>Qualidades da vontade</i>	22
2.2.1	<i>Energia - força dinâmica - intensidade</i>	22
2.2.2	<i>Comando - controle - disciplina</i>	23
2.2.3	<i>Concentração - direcionalidade - atenção - foco</i>	23
2.2.4	<i>Determinação segura - decisão - resolução - prontidão</i>	23
2.2.5	<i>Persistência - resistência - paciência</i>	24
2.2.6	<i>Iniciativa - coragem - arrojo</i>	24
2.2.7	<i>Organização - integração - síntese</i>	24
2.3	<i>Estágios da vontade</i>	25
2.3.1	<i>O propósito, objetivo ou meta</i>	25
2.3.2	<i>Deliberação</i>	26
2.3.3	<i>Escolha e decisão</i>	26
2.3.4	<i>Afirmação</i>	26
2.3.5	<i>Planejamento e elaboração de um programa</i>	27
2.3.6	<i>Direção da execução</i>	27
3	<i>Outras Visões sobre a Vontade</i>	29
3.1	<i>Vontade de Schopenhauer precede a vontade de Assagioli</i>	29
3.2	<i>O extraordinário poder da vontade</i>	30
3.3	<i>O poder da vontade espiritual</i>	32
4	<i>Reflexões sobre Questões Elencadas</i>	37
4.1	<i>Principal fator de sucesso apontado</i>	37
4.2	<i>Considerações Finais</i>	39
4.3	<i>Questionário</i>	41
4.4	<i>Bibliografia</i>	42

Capítulo 0

Introdução

O ser humano está em constante evolução, realizando sucessivamente muitas potencialidades latentes. Cada um pode ser constantemente confrontado por escolhas e decisões, com a conseqüente responsabilidade que elas acarretam. Isso leva ao desenvolvimento dos valores éticos, estéticos, intelectuais e religiosos na sociedade. O despertar de cada ser para a busca de um significado na vida acontece através de erros e acertos.

A necessidade de adquirir uma consciência clara das motivações que determinam as decisões e escolhas e o reconhecimento da profundidade e seriedade da vida humana, do lugar que a ansiedade ocupa nela e do sofrimento precisa ser enfrentado. A evolução é obrigatória, mas pode se dar pelo amor ou pela dor.

Este trabalho de Psicologia Transpessoal pretende investigar e analisar quais são os fatores ou qualidades individuais, que interferem para o resultado positivo ou negativo das metas individuais e coletivas. Com entrevistas e questionários a pessoas de diversos segmentos profissionais, políticos e religiosos, vai verificar quais os aspectos positivos e negativos foram relevantes para certas situações marcantes em suas vidas que a aproximaram ou afastaram da realização do seu ideal de vida.

Utilizando os estudos do psicólogo italiano Roberto Assagioli , a “*Psicossíntese*” [2] e o “*Ato da Vontade*” [1] como fundamentação teórica deste trabalho, sabe-se que é possível superar a visão determinista do homem como um conjunto de forças competitivas sem nenhum centro. Basta analisar os casos práticos de pessoas que conseguiram desenvolver a sua “vontade” em um momento de crise ou ameaça ou ainda para alcançar um alto ideal e aquelas que começaram com boas intenções, mas se afastaram totalmente do caminho traçado.

Ao longo da história da humanidade e da sua evolução no Planeta Terra, pode ser verificada que os homens que se destacaram por terem realizado avanços científicos, políticos, econômicos, espirituais tinham uma série de qualidades que os levaram ao sucesso na obtenção de resultados pelo seu Ato de Vontade, tais como a perseverança, a fortaleza, a prudência, a justiça, a alegria, o conhecimento e o amor. Muitos anônimos e outros conhecidos por suas conquistas são os exemplos para todos conseguirem os seus objetivos ou sua missão de vida, a maioria com sua contribuição individual para o avanço coletivo. Para citar alguns temos Leonardo da Vinci, Charles Darwin, Thomas Edison, Mozart, Beethoven, Einstein, Francisco de Assis, Gandhi, Madre Tereza de Calcutá, Irmã Dulce, Chico Xavier, Dag Hammarskjöld, Henry Ford, Nelson Mandela, sem falar dos grandes mestres que fundaram religiões como Zoroastro, Confúcio, Moisés, Maomé e o mestre dos mestres, *Jesus*¹ de Nazaré.

Por outro lado, muitas pessoas e grupos têm metas e planos, mas tem dificuldade em implementá-los pelo seu grau de evolução, condições sociais, econômicas e familiares, mas principalmente por não terem adquirido as virtudes necessárias e, muitas vezes, se desviam do caminho traçado, gerando

¹“**Livro de Urantia**”, **Parte IV**: “A Vida e os Ensinamentos de Jesus”.

desânimo e descrença à sua volta. Muitos exemplos na vida política, social e religiosa são divulgados pela mídia, sem falar nas guerras locais ou mundiais do século passado, algumas ainda continuando no atual século como a Faixa de Gaza, entre palestinos e judeus e no Iraque com a invasão norte-americana.

Da mesma forma, ainda existem muitos problemas, que por não estarem diretamente ligados a cada um e aos seus países deixam grande parte das pessoas a pensarem que isto não é com elas. Assim, a fome na África, com crianças e adultos esqueléticos, quando há tanto desperdício de alimentos em outras regiões. Às vezes, apenas para aumentar os preços, os produtores jogam fora toneladas de alimentos fora . . .

E ainda, os costumes em algumas partes do mundo que deixam as mulheres em pleno século XXI tolhidas em sua liberdade, já que entre outras coisas, precisam andar com a cabeça e o rosto sempre tampados com as burcas quando saem às ruas, sendo que muitas que aprenderam desde pequena que isto é normal, não reclamam e aceitam passivamente. Como também ainda não acordaram alguns grupos que matam baleias ou focas, elefantes ou animais com peles, apenas para utilização de seus produtos de decoração ou enfeite do homem, exterminando esta e outras espécies de animais, que afinal, deveriam poder conviver harmonicamente neste planeta.

Estes exemplos, a nível mundial e nacional, portanto, no macro, seja pelo lado positivo ou negativo, tem suas correlações com situações pessoais, dos indivíduos, no micro. Partindo do princípio que a maioria dos seres humanos deseja a felicidade e têm objetivos de melhoria das suas condições materiais e espirituais, quais são os fatores ou qualidades individuais, que interferem para o resultado positivo ou negativo das metas individuais e coletivas? Quais aspectos da vontade forte, vontade hábil, boa vontade e vontade transpessoal e as qualidades necessárias à vontade, entre elas, a energia, disciplina, concentração, determinação, paciência, coragem, integração precisam ser desenvolvidas em cada desafio que o homem enfrenta no decorrer de sua existência?

Para esclarecer tais questionamentos estrutura-se a monografia em três capítulos:

No Capítulo I, este trabalho apresenta de forma resumida a cartografia de Roberto Assagioli, a “*Psicossíntese*” [2], uma psicoterapia de orientação transpessoal, que trouxe uma percepção da realidade. A nova visão baseia-se na consciência do estado de inter-relação e interdependência essencial de todos os fenômenos - físicos, biológicos, psicológicos, sociais e culturais.

No Capítulo II, também com o médico italiano Roberto Assagioli, o enfoque sobre a descoberta da vontade, um dos pontos importantes de sua obra, trazendo para a psicologia a possibilidade de superar a visão determinista do homem. A revelação de que o Self e a vontade estão intimamente ligados pode mudar a consciência da pessoa sobre si própria.

No Capítulo III, mostram-se outras visões sobre o tema da vontade com os filósofos Pietro Ubaldi [10] e Carlos Aveline [4], que seguem a mesma linha transpessoal, de Roberto Assagioli. Em seguida, as idéias de outro filósofo do século XIX, Arthur Schopenhauer, que foi um dos primeiros a desenvolver este assunto não somente referente ao homem, como também à natureza, talvez de uma forma mais materialista ou pessimista, mas cujos pensamentos influíram grandes pensadores da história da humanidade, como Freud, Wagner e outros.

E no Capítulo IV, os resultados quantitativos e qualitativos do questionário elaborado para reflexão, anexado como Apêndice, mostrando ser a vontade e a perseverança, os elementos primordiais para o alcance dos objetivos pessoais e coletivos.

Este estudo visa fortalecer a idéia de que o ser humano está sempre evoluindo em direção à Luz, com o auxílio do Amor e do Poder, com exemplos práticos de caminhadas individuais dos diversos estágios de aprimoramento humano, até alcançar o estado búdico ou de bem aventurança.

A contribuição desse trabalho é a de identificar os obstáculos individuais para a evolução social e espiritual, traçando um paralelo com as qualidades e ferramentas necessárias. Dessa forma, a

Psicossíntese e o Ato da Vontade, trabalhos do médico italiano Roberto Assagioli, são métodos eficazes para o aprimoramento individual e coletivo, saindo cada vez mais das experiências negativas, que afastam os homens das suas metas como a afirmação bíblica, “desejo fazer o bem, no entanto, faço o mal”.

Para processar o Ato da Vontade é preciso que aquele que assim o deseje em qualquer área do conhecimento humano, chegando ao ápice do encontro com sua Alma, ou o casamento alquímico entre a Matéria e o Espírito, desenvolva a disciplina, a adaptabilidade, a força, o perdão, a tolerância, etc. Alguns sacrifícios, como o significado desta palavra, “sagrado ofício”, serão necessários para superar os obstáculos para alcançar o objetivo de auto-superação ou bem maior, colocando em prática ações altruístas ou realizando a síntese.

Capítulo 1

Psicossíntese - Roberto Assagioli

A Psicossíntese é uma abordagem para o auto-crescimento, que foi desenvolvida pelo psiquiatra italiano Roberto Assagioli (1888-1974) por volta de 1910, e que vem evoluindo até os dias de hoje.

Um dos pontos importantes de sua obra foi trazer a “vontade” para a psicologia. Com seus estudos, foi possível superar a visão determinista, como um conjunto de forças competitivas sem nenhum centro, mas que em um determinado momento de crise ou ameaça e pela abertura de consciência para a necessidade de evolução inerente do homem é capaz de descobrir a sua vontade.

A Psicossíntese, no seu arcabouço teórico e metodológico, propõe uma re-educação à luz da consciência, possibilitando a conexão com o EU Superior, em que o Self e a Vontade estão:

“A revelação de que o Self e a Vontade estão intimamente ligados pode mudar a concepção da pessoa sobre si própria e sobre o mundo. Ela vê que é um sujeito vivo, um agente dotado com o poder de escolher, relacionar e gerar mudanças em sua própria personalidade, em outras pessoas, nas circunstâncias. E esta consciência leva ao sentimento de totalidade, segurança e à alegria” (ASSAGIOLI [3], Revista Psychology Today 1931).

Este processo está embasado em uma concepção do ser humano em sua realidade viva e concreta. Este conhecimento é básico para o aprofundamento teórico e pode ser apresentado através do seguinte diagrama.

1.1 *Assagioli e sua cartografia*

Segundo o autor, trata-se naturalmente de um quadro estrutural, estático, quase “anatômico”, da constituição interna do homem, que ao mesmo tempo deixa de fora o seu aspecto dinâmico, que é o mais importante e essencial. Como em toda a ciência, passos graduais e aproximações progressivas devem ser dados. Eis o mapa proposto:

1. Inconsciente Inferior
2. Inconsciente Médio
3. Inconsciente Superior ou Supraconsciente
4. Campo da Consciência
5. Self Consciente ou “Eu Pessoal”
6. Self Superior ou “Eu Superior”

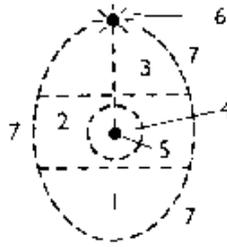


Figura 1.1: Fonte: A Psicossíntese

7. Inconsciente Coletivo

As linhas do modelo são pontilhadas demonstrando que elas não são limites rígidos e que existe fluxo entre elas.

1.1.1 *Inconsciente inferior*

Representa os automatismos biológicos e memórias individuais: a) as atividades psicológicas elementares que dirigem a vida do corpo, a coordenação inteligente de funções corporais; b) os instintos fundamentais e os impulsos primitivos; c) muitos complexos carregados de intensa emoção; d) sonhos e imaginação de uma espécie inferior; e) processos parapsicológicos inferiores e não controlados; f) várias manifestações patológicas, como fobias, obsessões, compulsões e falsas crenças paranóides e, ainda, f) o passado individual na forma de memórias há muito esquecidas e partes reprimidas, por exemplo: a raiva. Pode ser uma fonte de problemas, armazenando ações reprimidas, controlando as ações, mantendo algumas pessoas prisioneiras do seu passado.

1.1.2 *Inconsciente médio*

É formado por elementos psicológicos semelhantes aos da consciência humana em processo de acordamento e podem ser tranquilamente acessados. Nesta região interior são assimiladas as várias experiências, elaboradas e desenvolvidas as atividades mentais e imaginativas comuns, numa espécie de gestação psicológica antes de virem à luz da consciência. É composta por memórias recentes, pensamentos e sentimentos, elaboração criativa de informações da vida do dia-a-dia. Contudo, pode-se ainda, deliberada e conscientemente, deslocar pensamentos e sentimentos (como a fome no meio da tarde). Isto é diferente de reprimi-los como é feito no inconsciente inferior.

1.1.3 *Inconsciente superior ou superconsciente*

O repositório das nossas aspirações mais elevadas, intuições e energia espiritual, incluindo “insights” artísticos, filosóficos, científicos ou éticos e os impulsos, ações e *desejos altruístas*¹. Isto é a fonte de relâmpagos de inspiração e aonde é experienciado um sentimento de ligação com o verdadeiro Eu. É a fonte dos sentimentos superiores, como o amor incondicional, do gênio e dos estados de contemplação, iluminação e êxtase.

¹“Livro de Urantia”, Documento 103: “A Realidade da Experiência Religiosa”, Item 103.2: “A Religião e o Indivíduo”, Parágrafo 10.

1.1.4 *Campo de consciência*

É usado para designar a parte da personalidade de que se têm uma percepção direta. O fluxo incessante de sensações, imagens, pensamentos, sentimentos, desejos e impulsos imediatos que podem ser observados, analisados, julgados e atuados sobre eles em qualquer momento. Está em constante mudança e é influenciado pelo Inconsciente Médio. Isto está ligado à capacidade de uma pessoa estar presente na experiência de cada momento.

1.1.5 *Eu consciente ou ego*

Este é o centro da consciência, o ponto onde a pessoa está consciente de si própria como um “Eu” e o qual mantém-se o mesmo para além do constante fluxo à sua volta formado por sensações, pensamentos e sentimentos variáveis. Muitas pessoas não experienciam este “Eu” de uma maneira claramente definida, mas quanto mais trabalham sobre si próprias mais estarão em contacto com o mesmo. Este “Eu” é o ponto de *autoconsciência*² pura. Frequentemente confundido com a personalidade consciente acima descrita, na realidade é muito diferente dela. Isto pode ser apurado pelo uso de cuidadosa introspecção.

1.1.6 *Eu superior*

O eu superior é o *o eu mais elevado, espiritual, e real*³. Um ponto de puro Ser, não afetado por nenhuma experiência consciente. O “Eu” do Eu Consciente é uma reflexão deste e, pode ser descrito como transpessoal ou Espírito. Pode-se não estar consciente dele ou pode-se ter acesso a ele através de uma longa prática espiritual ou através de experiências espirituais espontâneas. O “Eu” consciente está geralmente não somente submerso no incessante fluxo do conteúdo psicológico e parece desaparecer completamente quando a pessoa adormece, quando desmaia, quando está sob o efeito de um anestésico ou narcótico, ou em estado hipnótico. E quando desperta, o “Eu” reaparece misteriosamente, não se sabe como ou quando - um fato que examinado de perto é realmente desconcertante e perturbador. Isso leva-nos a supor que o reaparecimento do “Eu” consciente ou “Ego” se deve à existência de um centro permanente, de um “Eu” verdadeiro situado além ou acima daquele. Esse “Eu” está acima do fluxo da corrente mental, não sendo afetado por ela nem pelas condições corporais; e o “Eu” consciente pessoal deve ser considerado meramente como um reflexo: sua projeção no campo da personalidade.

1.1.7 *Inconsciente coletivo*

A linha exterior do oval do diagrama deve ser vista como “delimitadora”, mas não como “divisora”. Pode ser interpretada como análoga à membrana que delimita uma célula, a qual permite o constante e ativo intercâmbio com o corpo todo a que a célula pertence. Os processos de “osmose psicológica” prosseguem o tempo todo, com outros seres humanos e com o ambiente psíquico geral. Este último corresponde ao que Jung chamou de “inconsciente coletivo”, mas ele não definiu claramente este termo, em que inclui elementos de naturezas diferentes, até opostas, notadamente, estruturas arcaicas primitivas e atividades superiores, dirigidas para o futuro, de um caráter superconsciente. Isto pode ser chamado o caldo da experiência coletiva da família, cultura e humanidade no geral. Isto influencia de modo sutil, como por meio de imagens arquetípicas e as modas e movimentos do tempo.

²“**Livro de Urantia**”, **Documento 1**: “O Pai Universal”, **Item 1.7**: “O Valor Espiritual do Conceito de Pessoalidade”, **Parágrafo 6**.

³“**Livro de Urantia**”, **Documento 108**: “A Missão e o Ministério dos Ajustadores do Pensamento”, **Item 108.6**: “Deus no Homem”, **Parágrafo 6**.

1.2 *Considerações sobre o diagrama*

O diagrama precedente ajuda a conciliar os seguintes fatos: a aparente dualidade entre o “eu” pessoal, quando este não toma consciência do verdadeiro “Eu” e a real unidade e unicidade do “Eu”. Inconsciente dessa unicidade, muitas vezes vai-se em busca de liberdade e satisfação, para se livrar de sua luta interior, jogando-se de cabeça numa vida de atividade febril, excitação constante, emoção tempestuosa e temerária aventura.

A aparente dualidade, a aparente existência de dois “eus” acontece porque o “eu” pessoal não toma geralmente conhecimento do outro, chegando mesmo ao ponto de negar a existência dele. Ao passo que o outro, o verdadeiro “Eu”, está sempre presente e não se revela diretamente à consciência. Mas, na realidade não existem dois “eus”, duas entidades independentemente e separadas. O “Eu” é uno, manifesta-se em diferentes graus de consciência e auto-realização. A reflexão parece ser auto-existente, mas na realidade, não tem substancialidade autônoma. Por outras palavras, não é uma nova e diferente luz, mas uma projeção de uma fonte luminosa.

Na vida cotidiana, todos são limitados e atados de mil maneiras - presas de ilusões e fantasmas, escravos de complexos irreconhecidos, empurrados de um lado para outro por influências externas, ofuscados e hipnotizados por aparências enganadoras. Não admira que, num tal estado o homem se mostre frequentemente insatisfeito, inseguro e variável em seu estado de espírito, em seus pensamentos e ações.

Com um sentimento intuitivo de que é “uno” e, no entanto, descobrindo que está “dividido em si mesmo”, ele fica perplexo e não consegue entender-se e nem entender os outros. Não causa surpresa, o fato de que o homem não se conhece e nem se entende, não tenha autocontrole e esteja continuamente envolvido em seus próprios erros e fraquezas; que tantas vidas sejam fracassadas ou, pelo menos, estejam limitadas e entristecidas por doenças do corpo e do espírito, ou atormentadas por dúvidas, desânimo e desespero. Não admira que o homem em sua busca apaixonada e cega de liberdade e satisfação, se rebele violentamente, por vezes, tente sustar seu tormento interior, jogando-se de cabeça em uma vida de atividade febril, excitação constante, emoção tempestuosa e temerária aventura.

Uma das formas de compreender esta confusão é trazer a luz da consciência estas partes internas, que Assagioli (1927) chama de sub-personalidades, que estão ocultas no inconsciente, mas que reagem instintivamente nas situações do cotidiano, sem que se tenha nenhum controle sobre elas. Sub-personalidades são um conjunto de pensamentos, sentimentos, posturas físicas, que podem lançar mão de várias formas de manifestação opostas ou excludentes com formas de manifestação de outras sub-personalidades ou de outras pessoas para satisfazer a necessidades mal trabalhadas do ego.

A saída dessa escravização é via processo de identificação e desidentificação, onde o “eu” fortalecido procura atender a necessidade que deu origem a sub-personalidade e possibilita que ela expresse a sua qualidade, que é uma emanção da essência. A necessidade é transcultural. O amor tem várias necessidades que precisam ser atendidas para manifestar o amor. Estas necessidades são atendidas pelas formas de expressão. As formas de expressão são relativas ao ambiente, à cultura, ao paradigma e aos papéis. Elas são transmissíveis, corrigíveis e podem ser transformadas.

Em uma determinada situação, tendo o Centro o controle de todas as suas partes, pode até utilizar uma sub-personalidade, se naquele momento ela é útil. E por este uso ser consciente, tem-se o controle. Caso contrário, se for à sub-personalidade que fizer a escolha, ela utilizará o Centro para se manifestar e terá o controle. O Centro é o lugar de maiores perspectivas. Dependendo do nível de consciência, a visão da realidade será mais ampliada ou parcial, favorecendo ou não as suas escolhas.

As sub-personalidades, ao procurar atender as suas necessidades podem ser divididas em dois grupos básicos: tipos de amor e tipos de poder.

1.2.1 *Características dos tipos de amor*

- Desejo de ser aceito, aprovado, ser amado;
- Evita conflito e competição;
- Procura se adaptar aos outros;
- Orienta-se por ideais cooperativos;
- Tendência a se subordinar;
- É apaziguador, reconciliatório;
- O emocional pode ser obstáculo ao seu racional;
- Reprime suas tendências agressivas;
- Trabalho - situação em que submete e inibe seus impulsos ambiciosos;
- Amor = dependência (depende do outro para dar sentido a sua vida);
- Sexo = intimidade;
- Solução mágica = ter um companheiro amoroso o faz se sentir poderoso.

1.2.1.1 *Manifestações superiores e inferiores do amor*

- **Amor** - apego
- **Aceitação** - rejeição
- **União** - fusão, mistura
- **Entrega** - auto-sacrifício
- **Receptividade** - submissão, passividade
- **Altruísmos, Compaixão** - sentimentalismo
- **Confiança** - desconfiança, discriminação
- **Acolhimento** - possessividade, ciúme
- **Completude, Preenchimento** - indiferenciação
- **Cooperação** - subserviência
- **Auto-Estima** - subestima
- **Admiração** - inveja
- **Conexão** - isolamento, dificuldade de estabelecer limites e dizer não
- **Perdão** - culpa
- **Segurança** - insegurança
- **Sensibilidade ao externo** - dependência do ambiente e do outro para se sentir amado, aceito, adequado, competente, aprovado, etc.

1.2.1.2 *Medos relacionados ao amor*

- Medo de rejeição
- Medo do abandono
- Medo do isolamento
- Medo da solidão
- Medo de se expressar autenticamente
- Medo de ferir os outros
- Medo de decepcionar os outros

1.2.2 *Características dos tipos de poder*

- Desejo de ter prestígio, controle e autoridade sobre os outros;
- Considera conflito e competição algo natural;
- Procura fazer com que os outros se adaptem a ele;
- Orienta-se por idéias competitivas. Tendência a se sobressair;
- Procura vencer sempre;
- Acusa para não ser culpabilizado;
- O seu racional pode ser obstáculo ao seu emocional;
- Reprime suas tendências afetivas;
- O trabalho funciona como meio para sua auto-afirmação;
- Amor = utilidade “o outro me interessa se representar mais poder para mim”;
- Sexo = dominação;
- Solução Mágica = ser reconhecido como o poderoso o faz se sentir amado.

1.2.2.1 *Manifestações superiores e inferiores do poder*

- **Poder** - rebeldia
- **Força** - rigidez/apatia, agressão, violência
- **Firmeza** - dureza
- **Autoridade** - autoritarismo
- **Humildade** - humilhação
- **Franqueza** - maledicência
- **Coragem** - pretensão

- **Assertividade, Auto-Afirmação** - imposição
- **Inteligência, Conhecimento** - apego a estar certo
- **Responsabilidade** - culpa
- **Ordem** - desorganização ou ordem rígida
- **Controle** - dominação
- **Individualidade, Auto-expressão** - individualismo, egoísmo
- **Dinamismo** - auto-suficiência
- **Potência** - onipotência, impotência, prepotência
- **Foco, Direcionalidade** - confusão
- **Determinação** - obstinação

1.2.2.2 *Medos relacionados ao poder*

- Medo de ficar sem poder
- Medo de perder o controle
- Medo de ser desrespeitado
- Medo de ser desacatado
- Medo de ser subjugado
- Medo de ser humilhado
- Medo de amar

1.3 *Integração interior harmoniosa*

Uma analogia utilizada por Assagioli (1927) que favorece a compreensão do processo de identificação e desidentificação das sub-personalidades e o reconhecimento das necessidades e qualidades, é o da orquestra. Os músicos são as sub-personalidades; a orquestra é a personalidade; o maestro, o “eu” pessoal ou o ego; e o compositor é o Self ou o *eu divino*⁴. À medida que os músicos vão se aprimorando, a partitura vai sendo expressa de acordo com o que o compositor deseja. Cada músico pode se desenvolver para atingir o máximo do que o compositor idealizou. Quanto mais o ego sintoniza-se com o Self, mais próximo ele encontra-se dele. A Unidade ocorre quando o ego e o Self forem um só. Quando conseguir espelhar a verdadeira essência, alcançou a iluminação

Uma das alternativas possíveis para resolver este problema central da vida humana, curar sua enfermidade fundamental, libertá-lo dessa escravidão e realizar uma harmoniosa integração interior, uma verdadeira realização do “Eu” e um relacionamento correto com os outros é proposta pela Psicossíntese, por meio de três estágios:

⁴“**Livro de Urantia**”, **Documento 112**: “A Sobrevivência da Pessoalidade”, **Item 112.5**: “A Sobrevivência do Eu Humano”, **Parágrafo 12**.

1.3.1 *Conhecimento completo da própria personalidade*

Para alguém conhecer-se realmente é necessário efetuar um inventário dos elementos que formam o ser consciente, com uma extensa exploração das vastas regiões do inconsciente. Tem-se que penetrar corajosamente no poço do inconsciente inferior, a fim de descobrir as forças sombrias que espreitam e ameaçam - os “fantasmas”, as imagens ancestrais ou infantis que obcecaram ou silenciosamente dominam, os medos que paralisam, os conflitos que exauram as energias. E além destas, vai também descobrir a poderosa fonte da força vital: aquela que Assagioli (1927) chama eros, que não indica somente a sexualidade, mas a fonte que ele compara ao fogo de um vulcão. Esta busca pode ser empreendida pela própria pessoa, mas é realizada facilmente com a ajuda de outra.

As regiões do Inconsciente Médio e Superior devem ser igualmente exploradas. Desse modo, pode-se descobrir dentro de si, capacidades até então ignoradas, as verdadeiras vocações, potencialidades mais elevadas que procuram expressar-se, mas que frequentemente são repelidas e reprimidas por falta de compreensão, por meio do medo e do preconceito. É possível descobrir a imensa reserva de energia psíquica que normalmente está latente.

1.3.2 *Controle dos vários elementos da personalidade*

No momento que se descobrem estes elementos é preciso tomar posse deles e adquirir o controle. O método mais eficaz é o da **desidentificação**, que se baseia em um princípio psicológico fundamental que pode ser assim formulado: **O ser humano é dominado por tudo aquilo com que o eu se identificou. E pode dominar e controlar tudo aquilo do qual se desidentificou.** É o processo de auto-identificação que consiste em progressivas identificações e desidentificações: para experimentar e compreender profundamente, precisa identificar-se, para tomar posse e, posteriormente, desidentificar-se. Não é possível desidentificar-se daquilo no qual não se está identificado. Esta é a verdade para todos os níveis do inconsciente. Nesse princípio reside o segredo da escravidão ou da liberdade.

Quando que alguém se identifica com uma fraqueza, um defeito, um medo ou qualquer emoção ou impulso pessoal, pode ficar limitado ou paralisado. Toda a vez que admite “eu estou desencorajado” ou “estou irritado”, fica mais e mais dominado pela depressão ou ira. Aceitando estas limitações, coloca em si mesmo os grilhões.

Se pelo contrário, diante das mesmas situações, puder dizer: “Uma onda de desencorajamento está tentando submergir-me” ou “um impulso de cólera está tentando subjugar-me”, a situação fica bem diferente. Têm-se então duas forças que se defrontam: de um lado o “eu” vigilante e do outro o poder do inconsciente que impele ao desânimo ou ira. E se o “eu” vigilante não se submete a esta invasão, ele pode, objetiva e criticamente, examinar estes impulsos de desânimo ou ira; pode averiguar a origem deles, prever seus efeitos deletérios e perceber até que ponto são infundados.

Este exame é muitas vezes suficiente para sustar um ataque de forças e vencer a batalha. Encontra-se isso no inconsciente inferior. Como ele é o mais intrigante para muitas pessoas, não pode ser esquecido aquele coletivo e superior para quem quer um caminho espiritual e de verdadeiro Serviço. Quando se descobrem qualidades transpessoais, deve-se identificar, para conhecê-las e expressá-las na vida do dia a dia, mais integradas que sejam, deve-se também desidentificar-se para ficar no caminho evolutivo e não no orgulho espiritual.

Mas mesmo quando estas forças no íntimo são temporariamente mais fortes, quando a personalidade consciente é, no começo, sobrepujada pela violência delas, o “eu” vigilante não é realmente conquistado. Ele pode retirar-se para um reduto interior e aí preparar-se e aguardar o momento favorável ao contra-ataque. Ele pode perder algumas batalhas, mas se não se render, o resultado não está comprometido e a vitória será obtida no final.

Depois, de repelir um a um os ataques que provêm do inconsciente inferior, pode-se aplicar um método mais fundamental e decisivo; enfrentar as causas profundas desses ataques e cortar as raízes da dificuldade. Este procedimento pode ser dividido em duas fases:

1. A desagregação das imagens ou complexos perniciosos
2. O controle e utilização das energias assim liberadas

A psicanálise demonstrou que o poder dessas imagens e complexos reside principalmente no fato de não se ter consciência delas, e de não os reconhecer como tal. Quando estas imagens ou complexos são desmascarados, compreendidos e resolvidos em seus elementos, deixam frequentemente de obcecar as pessoas; em todo o caso elas estarão mais aptas a defender-se contra eles. Deve-se criar uma distância psicológica, entre as pessoas e estas imagens ou complexos, mantendo-os, por assim dizer, a uma certa distância, para que elas possam, então, examinar serenamente a sua origem, sua natureza e - sua estupidez! Isto não significa a supressão ou repressão das energias inerentes nessas manifestações, mas o seu controle a fim de que possam ser redirecionadas para canais construtivos; atividade criativa de várias espécies; reconstrução da personalidade, contribuindo para a psicossíntese pessoal. Mas para que isso possa ser feito, é necessário partir do centro, devendo estabelecer e proporcionar eficiência ao **princípio unificador e controlador da vida**.

1.3.3 *A descoberta ou criação de um centro unificador*

Com base no que foi escrito acima acerca da natureza e do poder do “Eu”, não é difícil assinalar teoricamente como alcançar essa finalidade. O que tem de ser realizado é a expansão da consciência pessoal até que se integre na consciência do “Eu” - a ascensão. A união do “eu” inferior com o superior. Mas, isso, que se expressa tão facilmente em palavras, é na verdade um tremendo empreendimento. Constitui um esforço grandioso, mas certamente árduo e demorado e nem todos estão preparados para isso. Mas entre o ponto de partida na planície da consciência ordinária e o pico refulgente da auto realização existem fases intermediárias, platôs em várias altitudes em que um homem pode descansar ou até fixar moradia, se a falta de forças o impedir de continuar a escalada ou a sua vontade preferir dar aí por finda a ascensão.

Os estados intermediários subentendem novas identificações. Os homens e as mulheres que não puderam atingir seu verdadeiro “Eu”, em sua essência pura, podem criar uma imagem e um ideal de personalidade aperfeiçoada e adequada ao calibre deles, ao seu estágio de desenvolvimento e ao seu tipo psicológico; e, por conseguinte, podem tornar esse ideal praticável na vida real. É aqui que a desidentificação é particularmente importante para que, ao final, um ideal elevado não se torne uma ilusão.

Esses “modelos ideais” implicam como é evidente, relações vitrais com o mundo exterior e com outros seres humanos; logo subentendem certo grau de extroversão. Mas existem pessoas que são extrovertidas num grau extremo e chegam a projetar, por assim dizer, o centro vital de sua personalidade fora delas próprias.

Esta projeção no exterior do próprio centro da pessoa, essa excentricidade (na acepção etimológica da palavra) não deve ser subestimada. Embora não represente o caminho mais direto ou a realização suprema, pode apesar das aparências, constituir de momento uma forma satisfatória de auto-realização indireta. Nos melhores casos, não se perde realmente no objeto externo mas, liberta-se desse modo dos interesses egoístas e das limitações pessoais; ele realiza-se por meio do ideal ou ser externo. Este último converte-se num elo indireto, mas verdadeiro, num ponto de conexão entre o homem pessoal e o seu “Eu” superior, o qual é refletido e simbolizado nesse objeto.

1.3.4 *A formação ou reconstrução da personalidade em torno do novo centro*

Ao ser encontrado ou criado, o Centro Unificador pode-se construir em torno dele uma nova *personalidade - forte, unificada*⁵, coerente e organizada.

Dessa forma realiza-se a psicossíntese, que também tem diversos estágios. O primeiro ponto essencial é decidir o plano de ação e formular o “programa interior”. O objetivo é a visualização da finalidade a ser alcançada - ou seja, a nova personalidade a ser desenvolvida - e ter uma etapa clara das várias tarefas que isso acarreta.

Em algumas situações, pode se ter uma visão nítida do propósito desde o início. Surge a possibilidade de formar um quadro claro de si mesmas, tal como pretendem vir a ser. Este quadro deve ser realista e autêntico e não uma “imagem idealizada”. Um modelo ideal, genuíno e dinâmico, facilita a tarefa ao eliminar incertezas e equívocos, concentra as energias e utiliza o grande poder sugestivo e criador de imagens.

Outras apresentam uma constituição psicológica mais plástica, vivem espontaneamente, têm dificuldade de formular tal programa, em construir de acordo com tal modelo. Eles tendem a se deixar guiar pelo Espírito interior ou pela vontade de Deus, ampliando o canal de comunicação por meio da aspiração e da devoção e deixando a critério divino a decisão do que devem vir a ser.

Ambos os métodos são eficazes e cada um é apropriado ao tipo correspondente. Mas é conveniente conhecer, apreciar e usar ambos, em certa medida para evitar limitações e exageros de cada método, corrigindo e enriquecendo um com os elementos tomados do outro. Desta forma, quem segue o primeiro método deve ter o cuidado para não fazer um “quadro ideal” excessivamente rígido; deve estar disposto a modificá-lo ou ampliá-lo. E quem segue o segundo método deve tomar cuidado para não se tornar excessivamente passivo ou negativo, aceitando como inspirações superiores certas sugestões que na verdade são determinadas por forças, desejos e anseios inconscientes.

Os “modelos ideais” ou imagens ideais que pode-se criar são numerosos, mas podem dividir-se em dois grupos principais. O primeiro é formado de imagens representativas de um desenvolvimento harmonioso, de uma perfeição pessoal e espiritual irretocável. O segundo grupo representa a eficiência especializada. Neste caso, a finalidade é o desenvolvimento máximo de uma aptidão ou qualidade correspondente à linha particular de auto expressão e ao papel ou papéis sociais que o indivíduo escolheu.

Uma vez feita à escolha da forma ideal começa a psicossíntese prática, a construção efetiva da nova personalidade. Esse trabalho pode ser dividido em três partes principais:

Utilização das energias disponíveis: estas são as forças libertadas pela análise e desintegração dos complexos inconscientes e tendências latentes, que existem em vários níveis psicológicos. Tal utilização requer a transmutação de muitas dessas forças inconscientes, o que é possibilitado pela plasticidade e imutabilidade inerente nelas. Esse é um processo que está continuamente ocorrendo.

Desenvolvimento dos aspectos da personalidade que estão deficientes ou inadequados para os fins que deseja-se atingir. Esse desenvolvimento pode ocorrer de duas maneiras: por meio da evocação, auto-sugestão, afirmação criativa ou pelo treinamento metódico de funções subdesenvolvidas (memória, imaginação, vontade).

Coordenação e subordinação das várias energias e funções psicológicas, a criação de uma sólida organização da personalidade. Esse ordenamento apresenta analogias interessantes e sugestivas com o de um modelo moderno, com vários agrupamentos de cidadãos em comunidades, classes sociais, profissões, ofícios, e os diferentes escalões de funcionários municipais, distritais, estaduais e estatais.

Este é roteiro do processo pelo qual a psicossíntese é realizada. Mas é importante deixar claro que

⁵“**Livro de Urantia**”, **Documento 100**: “A Religião na Experiência Humana”, **Item 100.7**: “O Apogeu da Vida Religiosa”.

todos os vários estágios e métodos acima mencionados estão intimamente inter-relacionados.

Capítulo 2

O Ato da Vontade

A vontade é o princípio ativo do “EU”, não uma função psíquica. Ela dirige, regula as funções psíquicas de modo criativo, individual e único a cada momento. Desta forma, pode-se afirmar que as sub-personalidades têm desejos e impulsos, visão de mundo limitada, e são comandadas pelo desejo de serem amadas e aceitas. As sub-personalidades não tem vontade, não escolhem, apenas reagem.

A experiência da vontade acontece em três fases: a primeira é o reconhecimento de que a vontade existe; a segunda, é a constatação de ter uma vontade e a terceira que a torna mais completa e efetiva, é de “Ser” uma vontade.

A experiência do “querer” pode manifestar-se durante uma crise, uma ameaça ou de modos mais tranquilos e sutis. Durante as horas de meditação e silêncio, ao examinar com atenção as motivações, nos momentos de deliberação e decisão refletida, às vezes uma “voz” sutil, mas inteligível se faz ouvir e incita a determinada linha de ação. É um impulso diverso, dos impulsos e motivos cotidianos, que provêm do âmago, do centro do ser como uma iluminação interior que nos torna conscientes da realidade da vontade.

Todavia o modo mais simples e frequente de descobrir a própria vontade é por meio da ação e da luta determinada. Ao realizar um esforço físico ou mental, ou em ocasiões de luta ativa contra um obstáculo, ou de confrontação com forças opostas, sente-se que uma força aparece; é a energia interior que proporciona a experiência do querer.

A descoberta da vontade e, mais ainda, a tomada de consciência que o Self e a vontade estão intimamente ligados pode acontecer como uma genuína revelação e pode modificar a autoconsciência de uma pessoa e toda a sua atitude em relação a si mesmo, a outras pessoas e ao mundo.

Na realidade, esta experiência está implícita na consciência humana. É o que a distingue dos animais, que são conscientes, mas não conscientes de si próprios. A mente animal não alcançou a *dignidade da vontade*¹, e não experimenta a supraconsciência, ou a *consciência da consciência*². Os animais têm percepção e reagem emocionalmente às situações, mas não sabem, nem percebem, como os seres humanos. A autoconsciência humana pode estar distorcida por diversos conteúdos do ego e relaciona-se normalmente com a função predominante ou com o foco da consciência e com o papel que a pessoa desempenha na vida

Algumas pessoas identificam-se com os seus corpos e sensações e funcionam como se fossem os próprios corpos. Outros se identificam com os sentimentos, experimentando e descrevendo seu estado de ser em termos afetuosos e crêem que seus sentimentos constituem a parte central e mais íntima de si mesmos, enquanto que os pensamentos e as sensações são percebidos com mais distantes e até

¹“**Livro de Urantia**”, **Documento 62**: “As Raças na Aurora do Homem Primitivo”, **Item 62.7**: “O Reconhecimento do Mundo como Sendo Habitado”, **Parágrafo 3**.

²“**Livro de Urantia**”, **Documento 130**: “A Caminho de Roma”, **Item 130.4**: “O Discurso sobre a Realidade”, **Parágrafo 9**.

separados. Os que se identificam com a própria inteligência, vêem-se como estruturas intelectuais e consideram os sentimentos e sensações em segundo plano. Muitos identificam-se com um papel que desempenham e vivenciam a si mesmos em termos desse papel, tais como a “mãe”, o “marido”, a “esposa”, o “estudante”, o “homem de negócios”, a “professora” etc.

Essa identificação com apenas uma parte da personalidade pode ser interessante por um tempo, mas tem desvantagens para a compreensão do “EU”, que provém do fato de saber-se quem é, do profundo senso de *auto-identificação com o espírito*³ eterno. Por outro lado, ao excluir ou decrescer a importância das demais partes da personalidade, a expressão fica limitada a apenas uma fração do que poderia ser, o que pode gerar frustração e sentimentos de inaptidão e insucesso. O atleta que envelhece e perde a sua força física, a atriz cuja beleza física se esvai, ou a mãe de filhos crescidos que a deixaram ou o estudante que deixa a escola para enfrentar uma série de responsabilidades profissionais, são exemplos que podem produzir crises graves e até dolorosas.

O envelhecimento, doenças e morte são passagens que mostram a transitoriedade da vida e a necessidade de busca do Self, e requer um “renascimento”, envolvendo toda a personalidade e despertando o verdadeiro “EU”, mais completo e harmônico. Este processo que muitas vezes acontece sem a participação da vontade, pode ser realizado por meio de um processo deliberado de desidentificação e auto-identificação. Por meio dele ganha-se a liberdade e a faculdade de escolha para se identificar de qualquer aspecto da personalidade segundo o que for mais apropriado em cada situação. O objetivo é aprender a dominar, dirigir e a utilizar todos os elementos e aspectos da personalidade.

A verdadeira função da vontade não é atuar contra os impulsos da personalidade e forçar a realização de propósitos. A vontade tem função diretriz e reguladora; equilibra e utiliza construtivamente todas as demais energias do ser humano, sem nunca reprimir nenhuma delas. Um exemplo sobre o desempenho da vontade é o do timoneiro de um navio, que o leva ao seu curso, mantendo-se na direção certa apesar dos ventos e correntezas. A força de que necessita para segurar o leme é inteiramente diferente da que propulsiona o navio pelo mar afora, seja ela proveniente dos geradores, dos ventos nas velas ou do esforço dos remadores.

Outra forma de resistência provém da tendência geral à inércia, geralmente presente, que permite que o lado comodista da natureza assuma o controle e deixe que os impulsos internos ou as influências externas dominarem a personalidade. Essa tendência pode ser resumida como “uma relutância de se dar ao trabalho” ou de pagar o preço exigido por um empreendimento compensador. O treinamento da vontade necessita de esforços e persistência, requeridos para o desenvolvimento de qualquer qualidade, seja física ou mental. Tal esforço é mais que compensador, pois a utilização da vontade está na base de qualquer atividade e quanto mais desenvolvida há de melhorar a eficácia de todos os empreendimentos futuros.

Segundo definição do Prof. Calò, em seu artigo sobre a vontade na Enciclopédia,

“... a atividade volitiva está intimamente ligada à consciência do Eu, como centro ativo e unificador de todos os elementos da vida psíquica. O Eu, a princípio obscura subjetividade, ponto de referência de toda experiência psíquica, afirma-se gradualmente à medida que se distingue, como fonte de atividade, de cada um dos seus elementos específicos (sentimentos, tendências, instintos, idéias). A vontade é precisamente essa atividade do Eu, que é uma unidade situada acima da multiplicidade de seus conteúdos e que substitui a ação prévia impulsiva, fracionária e centrífuga daqueles conteúdos. Eu e vontade são termos correlatos; o Eu existe na medida em que tem sua capacidade específica de ação, que é a vontade; e a vontade só existe como atividade distinta e autônoma do Eu” (CALÒ [6], 1945, pag 80).

Assagioli (1927) utilizou três categorias - ou dimensões - para descrever a vontade: aspectos, qualidades e estágios. A primeira categoria, a dos aspectos, é a mais básica e representa as facetas

³“**Livro de Urantia**”, **Documento 118**: “O Supremo e o Último - o Tempo e o Espaço”, **Item 118.1**: “Tempo e Eternidade”, **Parágrafo 2**.

que se pode reconhecer na vontade plenamente desenvolvida. A segunda categoria, a das qualidades, refere-se à maneira de expressão da vontade em ação. Os estágios da vontade especificam como se desenrola, desde o início até o fim o ato da vontade.

2.1 *Aspectos da vontade - Roberto Assagioli*

Na Psicossíntese é importante discriminar entre a disposição baseada em motivação inconsciente e a verdadeira vontade do eu pessoal. A psicologia do século XIX baseava-se essencialmente no aspecto consciente da personalidade e ignorava as forças inconscientes que Freud, Jung e outros enfatizaram.

Existe uma “vontade inconsciente” do Eu superior, a qual tende sempre a harmonizar a personalidade com o propósito global do *Eu espiritual*⁴. Uma das metas da psicossíntese espiritual é fazer dessa “vontade inconsciente” do Eu espiritual uma experiência consciente. Para isso, é preciso conhecer os aspectos da vontade delineados por Assagioli (1927): a vontade forte, a vontade hábil, a boa vontade e a vontade transpessoal.

2.1.1 *Vontade forte*

“Em primeiro lugar é preciso reconhecer que a vontade existe, depois que cada homem pode ter uma vontade, e, finalmente, que ele pode se tornar essa vontade, resumindo: um ego que sabe querer” (ASSAGIOLI [1], 1927).

Depois é preciso desenvolver essa vontade, tornando-a suficientemente forte para que se adapte às suas múltiplas utilizações, em todos os domínios da vida. A força é apenas um aspecto da vontade, dissociada dos demais, pode ser, e não raro realmente é, ineficaz e prejudicial à própria pessoa e aos outros. Ao desenvolver a força de vontade, tem-se consciência de que um ato de vontade contém suficientemente intensidade para levar avante o seu projeto.

2.1.2 *Vontade hábil*

A habilidade consiste na capacidade de obter os resultados desejados com o menor dispêndio possível de energia. A fim de utilizar mais eficazmente a vontade deve-se compreender a própria constituição interna e tomar conhecimento de diferentes funções, impulsos, desejos, hábitos padronizados e das relações entre eles, de modo que a qualquer tempo pode-se ativar e usar estes aspectos, pois a qualquer momento já tendem a produzir a ação específica. É importante lembrar que a vontade é capaz de realizar seus desígnios, contando que não conte somente com a sua força, mas igualmente com a sua habilidade. Esta é capaz de estimular, regular e dirigir todas as demais funções e forças do ser, a fim de que elas possam conduzir a um objetivo predeterminado. Compreendendo isto, podem-se escolher os meios e estratégias mais práticas e eficientes, que economizem mais esforços para conduzir ao objetivo desejado.

É importante citar algumas das funções psicológicas mais abrangentes: Sensação - Emoção - Sentimento - Impulso/Desejo - Imaginação - Pensamento - Intuição - Vontade. A Vontade está próxima do SELF e tem uma posição central sobre as demais funções psicológicas, regulando-as e dirigindo-as. Para o psicólogo Jung (1915) as quatro principais, que ele denominou de a “Bússula da Psique” são:

⁴“**Livro de Urantia**”, **Documento 134**: “Os Anos de Transição”, **Item 134.4**: “Soberania Divina e Soberania Humana”, **Parágrafo 7**.

Razão - termo descritivo de pensamento, sentimentos e ações que estão de acordo com atitudes baseadas em valores objetivos, estabelecidos por experiência prática, por meio da reflexão. Segundo Jung (1910), o pensamento é o processo mental daquilo que é percebido e o sentimento, é a função psicológica que avalia ou julga o valor de alguma coisa ou alguém e não apresenta manifestações físicas ou fisiológicas tangíveis.

Emoção - Reação involuntária, devido a um complexo ativo, que envolve o afeto, reações emocionais marcadas por sintomas físicos e distúrbio no pensamento, que rompe muitas vezes com o componente do julgamento (bom X mau, gosto X não gosto). Os complexos são idéias carregadas de sentimentos, que, com o correr do tempo, se acumulam ao redor de determinados arquétipos, “mãe”, “pai”, por exemplo. Quando estes complexos se constelam, fazem-se invariavelmente pelo afeto, sendo relativamente autônomos.

Intuição - é a função irracional, cuja apreensão vem do inconsciente. A intuição pode receber informações de dentro (ex. um vislumbre de insight de origem desconhecida) ou ser estimulada pelo que ocorre a outrem.

Sensação - é função psicológica que percebe a realidade imediata por meio dos sentidos físicos. É uma função irracional, percebendo os fatos concretos sem fazer julgamento sobre o que significam e sobre o seu valor.

Os relacionamentos entre essas funções são complexos, mas existem duas espécies de interação, a que ocorre mecanicamente e as que são influenciadas, governadas e dirigidas pela vontade. Isso leva a considerar a diferença entre o que se pode chamar de inconsciente “plástico” (susceptível a influências, como um amontoado de filmes virgens) Inconsciente “estruturado” ou “condicionado” (reflexões, complexos e conflitos, pode ser representado como um filme já exposto). As novas impressões não permanecem em condição estática. Elas agem em nós, são forças vivas que estimulam e evocam outras, de acordo com as leis psicológicas.

O inconsciente absorve continuamente impressões do ambiente psicológico. Assimila, respira substâncias psicológicas cuja natureza determina se seus efeitos serão benéficos ou prejudiciais. As várias funções psicológicas interagem e interpenetram-se, mas a vontade está em condições de dirigir esta interação, esta interpenetração. A posição central da vontade proporciona-lhe supremacia por meio do seu poder regulamentador, mas esse poder, por sua vez, é governado por leis psicológicas. Ignorar essas leis significa desperdiçar ou arriscar-se a empregar mal o poder inerente da vontade, por sua posição central.

Segundo Assagioli existem algumas leis sobre o funcionamento da Vontade:

Lei I - As imagens ou idéias e quadros mentais tendem a produzir as condições físicas e os atos exteriores que lhe correspondem.

Lei II - As atitudes, movimentos e ações tendem a evocar imagens e idéias correspondentes, e estas, por sua vez (segundo a lei seguinte) evocam ou intensificam emoções ou sentimentos correspondentes.

Lei III - As idéias e imagens tendem a despertar emoções e sentimentos que lhe correspondem.

Lei IV - As emoções e impressões tendem a despertar e a intensificar idéias e imagens que lhe correspondem.

Lei V - As necessidades, ímpetos, impulsos e desejos tendem a despertar idéias e emoções correspondentes. As imagens e idéias, por sua vez (segundo a lei I), estimulam ações correspondentes.

Lei VI - A atenção, o interesse, as afirmações e repetições reforçam as idéias, imagens e formações psicológicas nas quais elas estão centradas.

Lei VII - A repetição das ações intensifica a compulsão de prosseguir com a reiteração delas e torna sua execução mais fácil e perfeita, até que elas possam ser executadas inconscientemente.

Lei VIII - Todas as várias funções e suas múltiplas combinações em complexos e sub-personalidades, adotam meios de realizar seus objetivos sem que disso tomemos consciência, independentemente de e até contra a nossa vontade consciente.

Lei IX - Anseios, impulsos, desejos e emoções tendem a exigir expressão e precisam manifestar-se.

Lei X - As energias psicológicas encontram expressão: 1- diretamente (descarga, catarse), 2- indiretamente, por meio de atos simbólicos, 3 - por meio de um processo de transmutação.

2.1.3 *A boa vontade*

Mesmo quando a vontade é dotada de força e habilidade nem sempre é satisfatória, podendo se tornar uma arma nociva se dirigida a fins maldosos. A boa vontade, portanto, além de desejável, é fundamentalmente inevitável. Aprender a escolher o objetivo certo é aspecto essencial do treinamento da vontade. É necessário, para o bem estar geral e individual, que a vontade seja boa, ao mesmo tempo, que forte e hábil.

Nesta etapa do desenvolvimento da vontade, o que se leva em conta são as interações do homem: com a família, com os companheiros de trabalho e com a sociedade em geral. Seus relacionamentos são muitos e diversos. É um grande esforço de vontade substituir competição por cooperação; conflito por arbitragem e acordo. O êxito destas tentativas depende da harmonização gradual das vontades envolvidas em que os diferentes objetivos individuais podem ajustar-se ao círculo de uma solidariedade humana mais ampla. Existem dois métodos para realizar esta tarefa:

1. eliminação dos obstáculos (egoísmo, egocentrismo, falta de compreensão para com o próximo);
2. o ininterrupto desenvolvimento e expressões de uma boa vontade. (Conhecimento da constituição geral do ser humano, investigação das diferenças psicológicas existentes entre grupos de indivíduos, empatia).

O perigo da vontade desenfreada é a carência de coração, podendo ser fria, severa e mesmo cruel. Mas, por outro lado, o amor destituído de vontade pode tornar a pessoa débil, sentimental, excessivamente emocional, além de ineficaz. Uma das principais causas das desordens dos dias atuais é a falta de amor por parte dos que têm vontade e falta de vontade por parte dos que são bons e carinhosos. Mas o desequilíbrio entre amor e vontade, pode acentuar-se ainda mais pelas diferenças de qualidade, natureza e direção existente entre estes dois sentimentos. O amor sendo atrativo, magnético e extrovertido tende a ligar e unir. A vontade, por outro lado, sendo dinâmica, tende a ser afirmativa, separativa, dominadora, bem como estabelecer relacionamentos de dependências.

Normalmente, o amor é considerado como algo espontâneo e independente da vontade, algo que na realidade, “acontece” até mesmo contra a vontade individual. Por mais verdadeiro que isto seja no início de um relacionamento afetivo, cultivar um amor humano, gratificante, duradouro e criativo é uma verdadeira arte. O amor não é simplesmente uma questão de sentimento, uma condição ou disposição afetiva. O amar bem exige tudo o que é necessário para a prática de qualquer arte, ou mesmo de uma atividade humana, isto é, uma adequada medida de disciplina, paciência e persistência. Todas estas qualidades pertencem à vontade.

2.1.4 *A vontade transpessoal*

Os três aspectos da vontade aqui mencionados constituem as características da vontade para o ser humano “normal” e são suficientes para a sua auto-realização e para levar uma vida intensa e útil. Isso, aliás, representa o objetivo da psicossíntese pessoal e interpessoal. Mas existe outra dimensão. Embora muitos não tenham consciência dela e cheguem a negar-lhe a existência - existe outra espécie de percepção, cuja realidade foi testemunhada pela experiência direta de grande número de indivíduos, no decorrer da História. A dimensão em que funciona essa consciência pode ser chamada “vertical”. No passado, era geralmente considerada como pertencendo ao domínio da *experiência religiosa*⁵ ou “espiritual”, mas hoje vai ganhando cada vez maior reconhecimento, como campo válido de investigação científica.

Este é o domínio ou dimensão da vontade transpessoal que é a vontade do Self transpessoal. É igualmente o campo de relacionamento interno de cada indivíduo, entre a vontade do Self pessoal e a vontade do Self Transpessoal. Este relacionamento conduz à maior interação entre eles e, eventualmente, à fusão do pessoal com o transpessoal e desta ao relacionamento com a realidade última, o Self Universal, que se incorpora e demonstra a Vontade Universal e Transcendente. O anseio pelo transcendente, muitas vezes se manifesta como um “vazio existencial”, que não é nenhuma neurose.

As aspirações e a vontade do eu pessoal, bem como a atração do Self Transpessoal, no sentido de transcender as limitações da consciência “normal” e da vida, não se manifestam apenas na busca e na vontade de encontrar significado e iluminação. Existem outros tipos de transcendência que são experimentados pelos tipos de ser humano que lhe corresponde: Transcendência através do amor transpessoal - Transcendência através da ação transpessoal - Transcendência através da beleza e Transcendência através da realização do SELF. Esses modos de transcendência podem ser expressos também em termos de vontade, de vontade fundamental de transcender as limitações da personalidade por meio da união com alguém ou algo maior e mais elevado. Mais exatamente: em todos esses modos encontramos a união do amor e a vontade.

Assagioli (1927) se refere às qualidades como a expressão da vontade. Ao estudar as características apresentadas pelos que “querem”, pode-se encontrar um grande número de qualidades, que existem também, em certa medida, em cada ser humano e que se necessário, podem ser despertadas e passar da latência à manifestação. As qualidades da vontade são: energia - força dinâmica - intensidade; comando - controle - disciplina; concentração - direcionalidade - atenção - foco; determinação segura - decisão - resolução - prontidão; persistência - resistência - paciência; iniciativa - coragem - arrojo; organização - integração - síntese.

2.2 *Qualidades da vontade*

2.2.1 *Energia - força dinâmica - intensidade*

Esta qualidade é a mais forte característica natural da “força de vontade”. Quando a vontade é utilizada de forma tirânica, opressiva e proibitiva, pode ter efeitos desastrosos tanto ao sujeito, quanto a suas metas. O mau uso dela produz violenta reação, que leva a um outro extremo, isto é, a tendência à recusa de qualquer espécie de controle ou disciplina de impulsos, exigências, desejos, caprichos, levando a um culto da “espontaneidade” desenfreada. Uma adequada compreensão da vontade incluiria, portanto, uma apreciação clara e equilibrada de sua natureza dupla: existem dois pólos diferentes, mas não contraditórios. De um lado, o “elemento poder”, que deve ser reconhecido, avaliado e, se necessário, reforçado e depois sabiamente aplicado. Ao mesmo tempo, é preciso reconhecer que existem atos volitivos que não exigem obrigatoriamente esforço.

⁵“**Livro de Urantia**”, **Documento 103**: “A Realidade da Experiência Religiosa”.

2.2.2 *Comando - controle - disciplina*

Esta qualidade da vontade está intimamente ligada à primeira, porque comando e controle exigem energia e esforço e porque um dos principais usos da energia da vontade é exercer controle sobre outras funções psicológicas. Controle não significa repressão ou supressão. A repressão implica numa condenação inconsciente ou em medo (ou em ambos) e o esforço conseqüente de impedir o afloramento do material reprimido do inconsciente para a consciência. Supressão é a consciente e violenta eliminação do material percebido indesejável, impedindo assim a sua expressão. O controle correto, no entanto, significa a **regulamentação da expressão** visando a uma utilização dirigida e construtiva das energias biológicas e psicológicas. Na prática, portanto, o controle sensato é quase sempre o oposto absoluto da repressão e da supressão.

É um erro pensar que toda espontaneidade e expressividade são sempre boas e que um controle é sempre mau e indesejável. Há diversos significados para o *autocontrole*⁶, ou inibição, e alguns deles são absolutamente desejáveis e saudáveis. Controle não precisa significar frustração ou renúncia a uma necessidade ou gratificação básica. O resultado de todo esse controle, disciplina e treinamento é a conquista do comando, que significa o máximo de eficiência e o mais intenso e duradouro senso de segurança, satisfação e alegria (MASLOW [8], 1970, pág. 76).

2.2.3 *Concentração - direcionalidade - atenção - foco*

A concentração é uma qualidade da vontade, cuja falta pode tornar ineficaz uma vontade forte; ao passo que a sua aplicação pode compensar uma “relativa debilidade de voltagem” ou poder da vontade. Esta qualidade atua exatamente como uma lente que enfeixa os raios de sol, concentrando-os ou intensificando o seu calor.

A concentração é conseqüência da atenção, que pode ser “involuntária”, no sentido de produzir-se às vezes por uma necessidade ou interesse prevalecente. Mas se o objeto da atenção não é atraente ou “interessante” por si mesmo, a atenção precisa de uma concentração firme e intencional, além de um esforço persistente.

A atenção concentrada pode ser exercitada em três campos ou esferas de realidade. Pode ser dirigida para fora, como quando se observa um objeto, ao estudar um assunto ou realizar uma ação. Pode também ser dirigida para dentro, quando se utiliza para adquirir consciência e analisar estados psicológicos subjetivos: os pensamentos, fantasias ou impulsos. E, por fim, pode ser dirigida para o alto, quando o centro da consciência, o “Eu” dirige sua contemplação interior para os processos mais elevados e supra-conscientes do Self Transpessoal.

Essa última espécie de concentração é necessária para levar a efeito a atividade interior de meditação e para manter o estado de contemplação. Um costume importante e prático na efetivação de atos voluntários de concentração, combinados com controle, consiste em manter clara e constantemente no campo da consciência as imagens e idéias das ações que se quer realizar. As imagens ou quadros mentais tendem a produzir as condições físicas e os atos externos que lhes correspondem.

2.2.4 *Determinação segura - decisão - resolução - prontidão*

Esta qualidade da vontade é demonstrável principalmente no estágio de deliberação. A falta de decisão e resolução é uma das fraquezas, dos sistemas democráticos, os quais a deliberação tende a ser um processo sem fim. É preciso, porém, ter o cuidado de não confundir prontidão e rapidez com impulsividade. Esta não delibera coisa alguma, pula, por assim dizer o estágio da deliberação.

⁶“**Livro de Urantia**”, **Documento 143**: “Atravessando a Samaria”, **Item 143.2**: “A Lição da Mestria sobre Si Próprio”.

Deliberar, portanto, é importante, mas sem muita demora, pois não decidir é também uma decisão e pode se revelar a pior delas.

2.2.5 *Persistência - resistência - paciência*

Para tarefas de longo prazo são indispensáveis a persistência e um propósito inabalável, mais ainda do que a energia. Em situações de pouca energia, pode-se utilizar a técnica do “pouco e sempre”. Isto é realizar o trabalho em suaves prestações, interrompendo-o com períodos curtos e frequentes de repouso, ao primeiro sinal de fadiga.

A persistência pode se apresentar como tenacidade, resistência ou paciência. Verificou-se que a recusa em aceitar sofrimentos pode, não raro, criar condições neuróticas, ao passo que a generosa aceitação de sofrimentos inevitáveis (resistência) leva ao discernimento, ao amadurecimento e ao progresso. A paciência é outra forma de persistência e faz parte de uma vontade plenamente desenvolvida.

2.2.6 *Iniciativa - coragem - arrojo*

São qualidades de raiz duplas. Uma delas é o reconhecimento de que a plena e duradoura segurança é fundamentalmente uma ilusão. Não existe segurança completa na vida, nem física, nem financeira e nem de qualquer outro tipo. Portanto, o anseio de segurança a qualquer preço, frustra-se a si próprio.

Outro incentivo à coragem é o realce e o estímulo proporcionado pelo perigo, o qual frequentemente traz consigo um sentimento de clareza e de vida intensa, capaz de criar verdadeira expansão da consciência e mesmo um estado de êxtase. O risco, é claro, não deve ser temerário e imprudente. Aqui existe o perigo do excesso e do risco desnecessário que não teria propósito, a não ser pela excitação emocional que proporciona. O risco aceito com coragem se justifica e só convém quando tem uma finalidade bem pensada e de alto valor - mas nunca como um fim em si mesmo.

2.2.7 *Organização - integração - síntese*

Essas qualidades da vontade são, em certo sentido, as mais importantes, pois habilitam-na a preencher sua única função específica. Essa função e o seu modo de operar, podem ser esclarecidos por meio de uma analogia com o corpo em estado saudável. O corpo evidencia a cooperação inteligente de cada elemento, desde as células até os grandes sistemas funcionais, tais como o respiratório, o digestivo, e assim por diante. Existe uma interação complexa e um equilíbrio mútuo da atividade das glândulas endócrinas, reguladas pelo sistema nervoso, a fim de criar condições de equilíbrio mútuo e mantê-las, a despeito de todos os impactos perturbadores do mundo externo. O corpo é, portanto, um organismo unificado, uma unidade funcional de partes diversas incontáveis - é uma demonstração perfeita de unidade na diversidade.

Qual é o princípio unificador que torna isso possível? Sua natureza real escapa: só pode-se chamá-la de vida; mas algo pode-se dizer quanto às suas qualidades e modos de operar. Elas têm recebido vários nomes: coordenação, interação ou síntese orgânica. Esta qualidade da vontade opera de vários modos. Primeiro, como sinergia interior, coordenando as várias funções psicológicas: ela é a força unificadora que tende para a psicossíntese pessoal e nos habilita para a sua realização. Ela também age no nível transpessoal e funciona no sentido da unificação do centro pessoal da consciência ou do “eu”, ou ego, com o Self Transpessoal, conduzindo à correspondente cooperação harmônica da vontade pessoal com a Vontade Transpessoal (psicossíntese transpessoal ou espiritual).

A operação das leis de cooperação e síntese é evidente, não só no reino intrapessoal como também o largo campo das relações interpessoais, desde o casal até os demais grupos sociais e, finalmente, a toda a humanidade. Suas expressões têm sido chamadas de vários modos: empatia, identificação, amor, vontade social. Ela tende a transcender a oposição entre o indivíduo e a sociedade e entre a polaridade egoísmo X abnegação. Quer o conceba como ser divino ou energia cósmica - o Espírito que labora sobre e no interior de toda a criação está lhe dando uma forma ordenada, harmonia e beleza, unindo todos os seres (alguns de boa vontade, mas a maioria cega e rebelde) uns aos outros por meio de laços de amor e - de forma lenta e silenciosa, mas forte e irresistível - dando realidade à *Suprema Síntese*⁷.

2.3 *Estágios da vontade*

Com o intuito de alcançar o mais alto grau da vontade em sua jornada para alcançar a própria Vontade Universal, para sua ascensão progressiva por meio da realização da força, da habilidade, da bondade e da universalidade, existem seis fases ou estágios. Eles são iguais aos elos de uma corrente e o desempenho de um ato de vontade será mais ou menos bem sucedido e eficaz segundo o êxito e eficácia de cada um dos estágios de sua execução.

2.3.1 *O propósito, objetivo ou meta*

Baseados na avaliação, motivação e intenção, a principal característica do ato da vontade é a existência de um propósito a ser alcançado. Mas enquanto essa visão permanecer no campo da imaginação não é ainda uma vontade em ação. O alvo deve primeiro ser avaliado e determinado, precisa, além disso, despertar motivações, que engendram impulso, a intenção de o atingir. A própria palavra “motivo” indica algo de ativo e dinâmico. Os motivos são despertados pelos valores emprestados às metas perseguidas.

Outro modo de indicar estes relacionamentos é o seguinte: os motivos e intenções são baseados em avaliações, as avaliações por sua vez, são dadas pelo alvo ou propósito atribuído à própria vida e por sua realização. Portanto, uma coisa que ajuda a colocar a vontade em funcionamento é ter uma concepção positiva do significado e propósito da própria vida, admitir antes de mais nada, que a vida tem um propósito e que este é significativo; depois que este propósito é positivo, construtivo, valioso - em uma palavra, que é bom.

Observa-se quase sempre que, ao lado dos motivos humanitários surgem outros, tais como a ambição, a vaidade, o desejo de ser louvado, a solicitação da aprovação alheia, a auto-afirmação entre outros. Não será, portanto, apropriado emitir julgamentos “bons” ou “maus”, “elevados” ou “inferiores” em sentido absoluto. Tudo é relativo ao indivíduo, ao seu estágio de evolução, às circunstâncias ambientais, além de outros fatores. O que pode ser bom para um pode ser mau para outro.

Ao desejar levar a efeito o primeiro estágio do ato da vontade deve ter claramente seus objetivos e propósitos. Avaliará, depois de examinados, estes objetivos e, no processo de avaliação, examinará suas motivações, tentando tomar consciência das que permanecem inconscientes. Trata-se da verificação da vantagem do que é considerado como objetivo. Os motivos, depois de examinados, devem ser despertados e usados.

De outro modo, a escolha dos motivos e a análise do Self permaneceriam apenas acadêmicos. As energias psicológicas devem ser postas em movimento e utilizadas com a intenção clara de servir a um bem maior, devem ser passadas em revista e combinadas, a fim de que a vontade possa efetivamente

⁷“**Livro de Urantia**”, **Documento 56**: “A Unidade Universal”, **Item 56.8**: “O Unificador Supremo”.

prosseguir com a ação que levará do objetivo à realização. Sem o dinamismo das motivações, não importa quão claros e proveitosos sejam estes objetivos, pode carecer de ímpeto, e continuar a ser um sonhador, em vez de autor de um ato de vontade.

2.3.2 *Deliberação*

Como existem muitos objetivos possíveis, certamente não se pode atingir a todos ao mesmo tempo. Tem que ser feita, portanto, uma escolha, determinar qual entre as metas possíveis é a preferível. Essa determinação é função da **Deliberação**, na qual os diversos alvos, a possibilidade de realizar, a questão de saber se são aconselháveis e quais as consequências que deles adviriam, e todos os fatores relevantes precisam ser mantidos na lembrança e examinados.

Assim, os primeiros passos no processo de deliberação consistem em ver claramente, em propor plenamente o problema e em formular as alternativas que se defrontam, em considerar o caminho a trilhar e o resultado que advirá da opção de cada uma das alternativas. A seguir, vem a apreciação, a partir de um ponto de vista realista, da possibilidade de poder realizar o propósito, ou propósitos, e da ocasião apropriada para a ação. Neste estágio, deve-se estabelecer a sequência natural dos vários passos a serem adotados, e da ocasião em que devem passar do projeto inicial, por meio do programa, para a realização do objetivo.

2.3.3 *Escolha e decisão*

A deliberação deve ser seguida da escolha de um objetivo determinado, e a decisão de abandonar os demais. É preciso considerar as consequências do ato proposto. Trata-se de um exercício de precisão, exige uma reflexão cuidadosa e discernimento psicológico, em especial quando há envolvimento de outras pessoas. Não tomando esses cuidados, as palavras e atos podem muito bem produzir efeitos muito diferentes do que inicialmente proposto.

2.3.4 *Afirmção*

O comando “Fiat” da vontade - a escolha ou decisão devem ser confirmados pela **afirmação** que ativa e estimula as energias dinâmicas e criativas que devem assegurar a consecução do objetivo. O que está implícito na afirmação da vontade é um senso ou estado de certeza. Ela tem dois aspectos: a fé e a convicção. A fé que leva a um estado de certeza requer, antes de tudo, a fé em si mesmo, isto é, no Self real, a essência do Ser. A convicção é, por natureza, mental: ela é alcançada tanto por via da razão como pela aceitação intelectual de uma intuição reconhecida como algo que está em harmonia com a verdade.

Na experiência viva, a fé e a convicção coexistem e mesclam-se em proporções variadas. De sua combinação resulta a certeza. Para ser efetiva, a afirmação tem que ser vigorosa, deve possuir forte potencial dinâmico ou intensidade. A afirmação pode ser considerada um comando, dado por uma autoridade. Tal autoridade pode provir de uma posição de responsabilidade ou de alguma função exterior no mundo, mas é essencial e especialmente uma qualidade interior, uma realidade interna, psicológica ou espiritual. Quem quer que a exerça sente, verdadeiramente, ou sabe que a possui, e também aqueles aos quais é dirigida o percebem imediatamente. Essa autoridade pode e deve ser exercida particularmente sobre as energias e funções psicológicas do interior de cada pessoa, energias e funções que devem ser utilizadas a fim de conseguir nosso propósito.

2.3.5 *Planejamento e elaboração de um programa*

Após a afirmação, é preciso elaborar cuidadosamente um plano e um programa. Eles devem se basear na consideração e seleção dos vários meios e fases da execução do plano no tempo, segundo as circunstâncias, condições e possibilidades. Ao se considerar um programa é importante considerar a sua praticabilidade. Um erro frequente é conceber planos e programas cuja magnitude exige capacidades, circunstâncias e recursos situados muito além do alcance de quem os deseja realizar. A construção de planos grandiosos é muito agradável e até fascinante, como todos sabem por experiência. Ao compreender que um plano é ambicioso demais, é preciso estar disposto a reconhecer este fato, embora já se tenha dado início ao programa. É preciso estar preparados para ajustar as aspirações e programas ao que é racional e a aceitar alegremente as possibilidades reais. Isso leva a outra regra de planejamento: o estabelecimento sempre que possível, da cooperação adequada, evitando a duplicação das atividades e otimizando recursos. A quarta regra do planejamento consiste em reconhecer, distinguir e dar sequência adequada às várias fases, que são respectivamente, a formulação, a programação, a estruturação, a realização de projetos, o modelo ou projeto-piloto.

2.3.6 *Direção da execução*

Esta é uma tarefa específica da vontade, cuja função própria não é levar a efeito a execução diretamente. A vontade pode e deve fazer um uso habilidoso das outras funções e energias corporais e psicológicas da personalidade, do pensamento e da imaginação, da percepção e da intuição, dos sentimentos e dos impulsos, bem como dos órgãos físicos da ação. Essa direção deve incluir uma constante supervisão da execução. A vontade, a princípio, convoca ou conclama as várias funções necessárias para a realização de seu propósito e lhes dá instruções, ordens e comandos definidos. Mas a vontade deve também supervisionar as atividades das várias funções, observar o desenvolvimento do programa e verificar se está seguindo a direção certa. Isso envolve uma firme subordinação dos vários meios para se alcançar o propósito subjacente e uma constante adaptação deles às mudanças de circunstâncias e condições.

Capítulo 3

Outras Visões sobre a Vontade

3.1 *Vontade de Schopenhauer precede a vontade de Assagioli*

No sistema de Schopenhauer (1788-1860), filósofo pessimista em sua visão do mundo, a vontade é a última e mais fundamental força da natureza, que se manifesta em cada ser no sentido da sua total realização e sobrevivência. A vontade é a raiz metafísica do mundo e da conduta humana; ao mesmo tempo, a fonte de todos os sofrimentos. Sua filosofia é, assim, profundamente pessimista, pois a vontade é concebida como algo sem nenhuma meta ou finalidade, **um querer irracional e inconsciente**.

Sendo um mal inerente à existência do homem, ela gera a dor, necessária e inevitavelmente, aquilo que se conhece como felicidade seria apenas a interrupção temporária de um processo de infelicidade e somente a lembrança de um sofrimento passado criaria a ilusão de um bem presente. Para Schopenhauer, o prazer é momento fugaz de ausência de dor e não existe satisfação durável. Todo prazer é ponto de partida de novas aspirações, sempre obstadas e sempre em luta por sua realização: “Viver é sofrer”.

Mas, apesar de todo seu profundo pessimismo, a filosofia de Schopenhauer [7] (1819) aponta algumas vias para a suspensão da dor. Num primeiro momento, o caminho para a supressão da dor encontra-se na **contemplação artística**. A contemplação desinteressada das ideias seria um ato de intuição artística e permitiria a contemplação da vontade em si mesma, o que, por sua vez, conduziria ao domínio da própria vontade.

Na **arte**, a relação entre a vontade e a representação inverte-se, a inteligência passa a uma posição superior e assiste à história de sua própria vontade; em outros termos, a inteligência deixa de ser atriz para ser espectadora. A atividade artística revelaria as idéias eternas por meio de diversos graus, passando sucessivamente pela arquitetura, escultura, pintura, poesia lírica, poesia trágica, e, finalmente, pela música. Em Schopenhauer (1819), pela primeira vez na história da filosofia, a música ocupa o primeiro lugar entre todas as artes. Liberta de toda referência específica aos diversos objetos da vontade, a música poderia exprimir a Vontade em sua essência geral e indiferenciada, constituindo um meio capaz de propor a libertação do homem, em face dos diferentes aspectos assumidos pela vontade.

No homem a vontade é algo de que ele tem consciência como vontade de viver e ao mesmo tempo consciência de permanente insatisfação com o que ele é. Depois do conhecimento da vontade, é o conhecimento da sua insatisfação com o que faz, de modo que a única salvação é a superação da vontade de viver. Para anular a vontade, Schopenhauer aponta a renúncia, como fazem os santos, e o nirvana da filosofia hindu (budismo e bramanismo). Ele propõe uma santidade cristã que é meio caminho para o nirvana hindu.

3.2 *O extraordinário poder da vontade*

Ubaldo (1982) [10] afirmou que a personalidade humana foi construída no passado, pelos pensamentos e atos que longamente repetidos, com a técnica dos automatismos, se tornaram hábitos. O resultado das atividades humanas passadas encontra-se escrito, em síntese, em cada tipo individual. As qualidades e instintos atuais são o resultado de histórias vividas, possuindo uma velocidade adquirida na direção que eles representam e, por isso, a não ser que sejam corrigidas em outra direção, significa possuir um impulso e uma tendência a continuar da mesma forma no futuro, o fenômeno conhecido por destino.

Uma parte do ser humano é ainda completamente animal, pois está entregue ao subconsciente. Como acontece quando se domesticam os animais, que se acostumam a viver em um ambiente diferente do seu ambiente natural, adquirindo assim, novos hábitos, novas qualidades e instintos, o mesmo acontece com o homem, com o mesmo método de transmissão para o subconsciente. Trata-se de um trabalho mecânico, automático, espontâneo, não sendo um produto reflexo da inteligência e da vontade. Confiado ao subconsciente, que de tudo vai tomando nota, absorvendo ou reagindo, constitui esforço de adaptação, fundamental para a vida defender-se e prosseguir. É da profundidade do subconsciente que, depois, tudo o que ali foi impresso pela longa repetição, volta à superfície em forma de instintos e qualidades, que se irão sobrepondo aos que já cada ser possui, lançando-os em direção diferente.

O primeiro motor de tudo isso é a vontade, que assim pode livremente impulsionar a evolução, dirigida pela sua livre escolha. Pertence ao homem então o poder de se construir como quiser. É lógico, portanto, que pertença ao homem a responsabilidade e as consequências dessa escolha. Mas, é lógico também, que num fato assim tão importante como o da evolução, a escolha do caminho, o seu desenvolvimento e o ponto de chegada não possam ser confiados ao acaso ou à vontade de uma criatura que nada sabe, além dos problemas do momento e do seu pequeno mundo. Isto seria por em risco o resultado final do imenso trabalho reconstrutor do universo, trabalho grande demais para ser entregue ao capricho e ignorância de cada ser humano. Neste resultado último a criatura não pode influir, pois pertence só a Deus, resultado em que tudo não pode ser senão absoluto, determinístico, fatal.

Ao lado da vontade do homem, à qual não é permitido atingir senão os resultados que lhe dizem respeito, isto é, a construção do indivíduo, há outra vontade, fixando os limites dentro dos quais, esta pode mover-se para que seja possível chegar, em qualquer caso, qualquer que seja a obra do homem, a resultados de salvação final e não de destruição, como poderia acontecer se a vontade do homem prevalecesse.

Esta outra vontade, à qual, aliás, tudo está confiado, é a vontade de Deus. Dentro dela o homem está mergulhado, com liberdade de mover-se como um peixe num rio. O peixe pode deslocar-se para todos os lados, menos para fora do rio, estando o caminho já marcado por leis absolutas, tendo, em qualquer caso, que nadar na direção do mar. Assim, a criatura pode semear desordem à vontade, mas só para si, ao passo que nas linhas gerais, tudo está dominado por um poder maior e inalterável, que mantém sempre a ordem.

Quando o homem pensa e opera num dado sentido, deixa entrar no sistema de forças que constituem a sua personalidade, outras forças, que ali se fixam, modificando, conforme sua natureza, esse sistema. Não pode esquecer que, em cada momento de sua vida, está construindo, com os seus atos, o edifício do seu EU, isto é, o espírito, a psicologia e também, como consequência, o corpo onde mora. Com que tijolos realiza esta obra? Que resultados poderá alcançar se, quando construir, em vez de utilizar pedra, só empregar lama informe e suja? Então, este ser humano será o fruto de sua própria vontade.

O certo é que, depois de praticada uma ação, qualquer que seja a natureza, o homem terá de colher o resultado, seja bom ou mau. Se tiver semeado o bem, a alegria surge e ninguém dela o pode

privar. Se tiver semeado o mal, o sofrimento virá como consequência e ninguém o poderá tirar. No caso de erro, há um só remédio: a dor estará ali para avisar de que errou. A frente há sempre um caminho virgem, em que terá oportunidade de endireitar o passado, mas o impulso renovador tem de partir de sua vontade, que é a primeira força geradora do destino. Informal.

Olhando o fenômeno em seu conjunto, há duas transmissoras de vibrações e impulsos dinâmicos: a da vontade do EU humano e a da *vontade de Deus*¹. As emanações desses dois sistemas de forças se encontram e reagem um em relação ao outro. A Lei, representando a vontade de Deus, é o mais poderoso. A Lei é feita de ordem e de harmonia, e a cada dissonância ela reage em proporção desta (como faria um diretor com sua orquestra) para que tudo volte à posição correta, logo que o homem tenha ultrapassado os limites preestabelecidos. Por outro lado, o homem não pode deixar de perceber essa reação que se chama dor e, conforme sua natureza e grau de compreensão atingido, reage, revoltando-se, ou aceitando a prova para aprender a lição e não cair mais em erro.

Por sua vez, a Lei percebe as novas vibrações e impulsos gerados por estes novos sentimentos da vontade do homem, toma nota de tudo, modificando as suas primeiras reações por meio de outras. Estas são transmissão de ondas de regozijo, se o ser voltou à ordem dentro dos limites da Lei, ou de sofrimento ainda maior se o ser continuou rebelando-se surdo ao aviso recebido. O aviso tem de ser entendido e o sofrimento cresce em proporção à surdez. E assim sucessivamente, tudo ecoa e se repercute, por ação e reação, num contato contínuo entre o homem e a Lei de Deus ou Lei de Causa e Efeito.

Trata-se de dois mundos vivos, sensíveis, em contínuo movimento, como as ondas do mar, com fluxos e refluxos, cada um com suas deslocções e conforme as suas características, chegando cada qual a tocas os pontos nevrálgicos do outro sistema de forças. Verifica-se dessa forma, uma rede de impulsos, um colóquio de perguntas e respostas, um contato sutil por radiação que de longe liga e une no mesmo trabalho: na Terra, o homem que não quer evoluir e ser salvo, e nos Céus, Deus que quer sua evolução e redenção. E assim os dois sistemas de forças se excitam um ao outro e se explicam como cai do céu o merecido e fatal destino. Esta é a técnica do fenômeno da retificação do erro. Eis o jogo de forças. Por meio dele o mal volta à fonte que o gerou. E isso explica o porquê de: quem faz o mal o faz a si mesmo.

A consequência mais importante da Lei de Causa e Efeito é que os erros cometidos no passado são as causa dos sofrimentos atuais, e podem ser corrigidos, significando a libertação da dor. Quando um homem inteligente entende a técnica deste fenômeno, é lógico que não deseje outra coisa senão corrigir os seus erros, para se libertar de suas tristes consequências. Quem compreende o verdadeiro significado de tudo, não cai mais no erro de julgar que tem mais valor o que possui do que aquilo que é. As qualidades boas ou negativas, não percíveis com o corpo físico, antes inseparáveis da individualidade, é que construirão a vida futura.

Tudo o que cada homem recebe na vida não é um fim em si mesmo, objetivando o seu gozo, mas sim um instrumento de experiência, aprendizado e evolução. O sentido do Sermão da Montanha, de Cristo, incompreensível para a psicologia humana, torna-se bem claro para quem entendeu a função equilibradora da *Lei de Deus*². É lógico ainda que aquele que julga ser objetivo de tudo somente a satisfação, não está em condição de compreender o verdadeiro significado do jogo da vida. Mas, se no mundo existe tanta luta pelas coisas materiais, isto não deixa também de ter seu sentido e utilidade, embora no seu nível inferior de evolução.

Assim, por intermédio desta luta feroz se experimenta e se aprende. Os meios de que a Lei usa para ensinar são proporcionais ao grau de sensibilidade e compreensão atingidos pelo ser. Quando este evoluir até um grau mais elevado, a luta nesta forma terá que desaparecer, porque não terá mais escopo útil a atingir, nem razão para existir, tornando-se, pelo contrário, contraproducente e destrui-

¹“**Livro de Urantia**”, **Documento 130**: “A Caminho de Roma”, **Item 130.2**: “Em Cesaréia”, **Parágrafo 7**.

²“**Livro de Urantia**”, **Documento 141**: “Começando o Trabalho Público”, **Item 141.2**: “A Lei de Deus e a Vontade do Pai”.

dora. Os níveis inferiores estão cheios de forças que, com a experimentação, se vão transformando em inteligência. Esta vai prevalecendo cada vez mais, chegando, aos planos superiores, a substituir totalmente a força, que não é mais necessária, porque a inteligência se desenvolveu suficientemente para chegar a compreender a vantagem da obediência espontânea à Lei.

3.3 *O poder da vontade espiritual*

Viver e progredir interiormente constitui um grande desafio, mas todas as pessoas já vêm equipadas com uma ferramenta fundamental para vencê-lo: a vontade espiritual. Inesgotável, é ela quem vai levar a superar a teia de objetivos ilusórios que povoam a vida na matéria.

A vontade espiritual é algo misterioso que só nasce quando se está livre de desejos pessoais de curto prazo. É a vontade espiritual que mantém as galáxias em movimento e alimenta a evolução de tudo o que existe. No entanto, ainda parece haver pouco espaço para ela na vida diária do cidadão moderno, frequentemente tumultuada pelo jogo das aparências e por obstáculos que ele cria em sua própria imaginação.

Ter vontade é como voar: quando alguém voa baixo precisa enfrentar turbulências é ameaçado por obstáculos e arrisca-se a cair. Quando voa alto, o ar está menos denso. Não há turbulência. Gasta menos energia, tem uma visão mais ampla mundo e não corre o risco de bater em obstáculos ou desabar no chão. Erguendo o nível do vôo, pode-se definir objetivos duráveis e valiosos. Entre as recomendações dadas pelo místico cristão São João da Cruz para o **pássaro solitário** - símbolo da vontade da alma - estão a que ele voe ao ponto mais alto, não anseie por companhia e mantenha o seu bico voltado para os céus.

Como manter o bico da vontade voltado para o céu? Primeiramente, não pode haver força de vontade sem paz interior. É preciso acalmar os desejos contraditórios - que tendem a anular-se uns aos outros - para que depois surja a vontade ativa que traz a serenidade e faz os supostos obstáculos desaparecerem às vezes inesperadamente. Em segundo lugar, não basta ter vontade. Se o objetivo não for formulado corretamente, ou se for nocivo, é melhor não ter vontade forte. Quando se voa baixo, é preferível que tenha pouca força, porque o desastre da queda será menor. A natureza protege o homem contra sua própria ignorância e só permite o surgimento de uma vontade forte quando for elevada. Desse modo, vontade forte nada tem a ver com idéia fixa, teimosia ou obstinação cega - três formas perigosas de voar baixo mentalmente.

Para voar alto, é preciso estar livre do passado e levar pouca bagagem pessoal. A multa por excesso de peso das expectativas e ansiedade é terrível. Quase todas as dificuldades que se enfrenta em viagem pela vida acontecem devido a apegos ao passado e ansiedades em relação ao futuro.

O desenvolvimento da vontade dá várias vantagens: em primeiro lugar, livra das coisas que não interessam; depois eleva o viajante até o nível em que não há obstáculos ou turbulências; e, finalmente, permitem vencer os obstáculos que forem realmente inevitáveis na vida.

“Nunca é o obstáculo em si que nos atrapalha, mas sempre o nosso desejo de que ele não estivesse lá”

Isso foi dito pelo místico Carlos Aveline [4] em um artigo para a revista Nova Era (1996). A percepção exagerada dos obstáculos é produto da ignorância. O bom estrategista não vê obstáculos, apenas estuda as condições de terreno. O sábio que conhece as circunstâncias pode mover-se nelas sem irritar-se ou ficar contrariado. Não há barreiras contra a ação de quem sabe o que quer e, além disso, formulou corretamente a sua meta. Guiado por uma vontade impessoal, o sábio avança, recua ou espera, sem perder a paz por um segundo. Ele olha para o céu e fica satisfeito com quaisquer

condições meteorológicas. Pode fluir como o vento; lavar como a chuva; dominar como o relâmpago; ou aguardar impertubável, como uma rocha.

Na maior parte dos casos em que alguém tem pressa ou se sente frustrada, está exagerando a importância do mundo externo. No mundo interior não há pressa. Lutar contra o ritmo da vida é inútil, e cada vez que uma situação decepciona alguém, ela tem a oportunidade de absorver mais uma lição de desapego, aprendendo a enxergar a realidade dos fatos. Isso inclui não deixar espaço algum para a auto-lamentação, nem para a pena de si mesmo. O mapa das dificuldades ao redor é também o mapa do caminho que leva ao território do êxito e da felicidade. Todos querem chegar lá, mas nem todos têm a vontade necessária para trilhar o caminho. Normalmente, a força de vontade esparramada e dividida em muitos objetivos pequenos e sem importância. Renunciar à dispersão permite reunir energias em torno de um só objetivo fundamental e aumenta radicalmente as chances de vitória.

A esta altura, duas perguntas se impõem. Em primeiro lugar, o homem está disposto a eliminar a dispersão? A resposta é afirmativa. A própria experiência da vida leva a substituir gradualmente os objetivos mais ilusórios. A busca consciente de uma vida sábia apenas acelera e facilita esse processo natural que leva do falso para o verdadeiro.

Em segundo lugar, como garantir que o objetivo não é ilusório? Para responder a esta questão é preciso mais tempo. Este ponto é fundamental porque, se o objetivo for ilusório, grande parte dos esforços terá sido mal aplicada, embora não haja esforço totalmente perdido na vida e sempre se aproveite alguma coisa da experiência. Para garantir que a sua meta não é ilusória, o homem deve chegar cabalmente à conclusão de que aquilo que pretende fazer é bom ao mesmo tempo para si e para os outros; não a curto, mas a longo prazo. Sua meta deve ser capaz de despertar-lhe orgulho quando, com 90 ou 100 anos de idade, você fizer um balanço de sua vida física antes de voar como um pássaro para níveis superiores.

A meta deve ser boa ao mesmo tempo para si mesmo e para os outros, porque é impossível beneficiar a si mesmo de modo legítimo sem que isto tenha um impacto positivo sobre outras pessoas, e é impossível ajudar alguém sem ser beneficiado, internamente, pela energia do altruísmo. Na vida profissional e concreta, por exemplo, isto significa que deve-se escolher profissões em que se pode fazer bem aos outros, e em que não se faz mal a ninguém. Assim, o que é verdadeiramente bom para si, deve ser também bom para todos os outros.

A definição das metas da vida faz com que surja uma vontade correspondente. Metas egoístas tendem a criar vontades egoístas, e vice-versa. Objetivos altruístas inspiram vontades mais puras, que produzem resultados de longo prazo e duradouros. Para estar livre da auto-ilusão, precisa-se levar em conta algumas verdades ao definir as metas de vida. Uma passagem de um texto budista recorda algumas verdades básicas das quais alguns preferem, consciente ou inconscientemente, fugir:

“Primeiro, a velhice virá algum dia e eu não poderei evitá-la. Segundo é possível que eu adoça e não posso evitar essa possibilidade. Terceiro, a morte física virá até a mim algum dia e eu não posso evitá-la. Quarto, todas as coisas que amo e aprecio estão sujeitas à mudança, à decadência e à separação, e eu não posso evitá-las. Quinto, eu sou o resultado das minhas próprias ações, e sejam quais forem os meus atos, bons ou maus, eu serei o herdeiro deles” (Budhananda [5], 1992, p. 33-34).

Quando aceita-se estes cinco fatos, surge um contentamento incondicional de viver que tem como base sólida o desapego. Ele percebe a eternidade potencial de cada momento. A mente se ergue solta acima do jogo miúdo e da luta de pequenas vontades contraditórias. Aceita a fragilidade da existência no plano físico, e partir daí, pode usar todo o poder da vontade interior.

Nos primeiros anos de vida, desperdiça-se grande quantidade de energia, mas aos poucos vai selecionando as metas que realmente interessam. Sabe que não pode fazer tudo de uma vez. Aceita que o tempo e a energia são limitados e aprende a usá-los com sabedoria.

Quando organiza o poder da vontade, começa a reorganizar gradualmente cada aspecto de vida em função da estratégia central. Que tipo de alimentação é saudável, melhora a saúde e aumenta as possibilidades de uma vida longa e produtiva? Mas não basta saber o que comer. É preciso comer moderadamente.

Descobre que algumas emoções aumentam a força interna e outras emoções levam à dispersão das energias. Pela observação, pode ir identificando e afastando aos poucos da vida as situações em que a paz interna é destruída. As emoções são inseparáveis do pensamento e quando estas duas correntes energéticas são unificadas por uma vontade maior, a paz, a coerência e o êxito vêm para ficar em suas vidas.

Definir um objetivo e um plano de ação coerente em todos os níveis não é complicado. Sem dúvida é bem mais simples do que viver dividido entre pequenas metas inconsistentes de longo prazo.

“Todos temos objetivos mesmo que não saibamos disso” (ROBBINS, 1995. p. 46). “Seja quais forem eles têm um efeito profundo sobre nossas vidas.” Alguns desses objetivos são pouco inspirados. Precisa garantir a sobrevivência material, por exemplo. Quem pode ficar entusiasmado com uma perspectiva de vida tão limitada de pagar as contas no fim do mês?

“O segredo que permite libertar seu verdadeiro poder é estabelecer objetivos suficientemente empolgantes para inspirar sua criatividade e acender sua paixão” (ROBBINS [9], 1995, p. 59).

É preciso vencer desafios. Assim como uma meta altruísta liberta o pensamento do egoísmo, uma meta que seja simultaneamente elevada, desafiadora e realista faz surgir uma vontade poderosa e capaz de vitórias duráveis

Essa meta geral, no entanto, deve traduzir-se em pequenos passos cotidianos. Ninguém consegue vencer um grande desafio, se não houver antes um processo preparatório. Uma viagem de mil quilômetros começa com o primeiro metro, e é preciso criatividade e determinação para colocar cada pequeno momento da vida em função da grande meta da sabedoria. Renunciando a pequenos confortos e a várias formas de dispersão mental ou emocional, aparentemente inocentes, vai-se reunindo mais forças magnéticas em torno do pólo consciente do ser. Vivendo cada momento como um desafio, pode-se usar nele toda a força interior disponível. Como a força espiritual não está no plano físico, o seu uso não provoca cansaço e é potencialmente inesgotável.

À medida que o tempo passa, vai-se percebendo que a principal tarefa da vontade espiritual - e a mais difícil - consiste em libertar-nos de objetivos ilusórios. Quando se está livre de ilusões, a verdade pode aparecer naturalmente diante dos olhos, e a vontade se volta por si mesma em direção ao que é bom e correto.

Para desenvolver a vontade espiritual, é preciso usá-la constantemente e renunciar ao desejo de viver em circunstâncias cômodas e agradáveis. E quando os primeiros frutos do uso correto da força de vontade já podem ser colhidos, deve-se é aumentar ainda mais o esforço, para que a colheita, no futuro, seja maior ainda. A força de vontade do ser humano tem um potencial extraordinário, e nada impede de fazê-la crescer cada vez mais rapidamente.

O homem determina a sua própria destinação. A asseveração que o homem é levado pela corrente da evolução, sem a participação da sua vontade, significa separá-lo do Cosmos. A aspiração do espírito intensifica a coragem, saturando o homem com a energia do fogo. A força da vontade dá ao homem o degrau de maior aspiração e harmonia para a beleza, pois a falta de vontade é o caos. Sem vontade não há fé.

A vontade do homem predetermina cada degrau da evolução da consciência. Não há condição que não possa se transformar em alegria. Esta qualidade está contida na vontade disciplinada. Não existe obstáculo que não possa ser vencido pela vontade humana. Existe uma distinção entre tensão e fadiga. Há grande semelhança entre estes diferentes estados. Durante a fadiga, alguns se queixam de confusão do pensamento, mas a tensão suprema leva à Graça Suprema.

As correntes da vontade podem dirigir a aspiração às esferas superiores. O ato da vontade é um criador poderoso . . . Na verdade, a vida é transmutada pelo espírito e pela vontade! A vontade circunda o homem com um véu salutar.

Capítulo 4

Reflexões sobre Questões Elencadas

4.1 *Principal fator de sucesso apontado*

O universo de pessoas entrevistadas foi de vinte pessoas, de idade variando entre 30 e 50 anos e com grau de escolaridade do Ensino Médio e Superior. Na tabela que se segue, os números entre parênteses são a quantidade de pessoas para cada resposta. Na primeira coluna, a área do objetivo (pergunta 3 do questionário no Apêndice) totaliza um número maior do que os 20 entrevistados, pois um objetivo, por exemplo “ser feliz”, foi escolhido em diversas áreas.

Na segunda coluna, as respostas à pergunta 4 mostram qual a motivação para a escolha da meta pessoal. Na terceira coluna, referente à pergunta 5, estão as dificuldades pessoais para o alcance do objetivo. Na quarta coluna, as respostas à pergunta seis mostram as qualidades individuais que cada entrevistado considera importante para esta caminhada e na quinta coluna, as qualidades negativas que precisa trabalhar em si próprio

Também nas demais perguntas, alguns entrevistados escolheram mais de um item, e, por isso, o número total ultrapassa a 20 escolhas em cada pergunta. Os resultados da análise são válidos para este universo coletado, mas proporcionou algumas generalizações, pois as respostas foram repetidas, havendo uma confluência nas escolhas independentemente do objetivo principal de cada um.

Área do objetivo	Motivação	Dificuldades	Qualidades positivas	Qualidades negativas
(13) profissional	(5) família	(2) falta de equipe	(14) perseverança	(7) impaciência
(1) científico	(3) econômica	(2) conhecimento	(7) paciência	(6) dispersão
(3) político	(3) religião	(5) financeira	(5) solidariedade	(3) agressividade
(6) espiritual	(2) amigos	(5) saúde	(2) compaixão	(2) egoísmo
(7) outros	(8) força de vontade	(5) força de vontade	(3) fortaleza	(4) depressão
	(3) outros	(2) ética	(6) justiça	(5) falta de amor
		(3) outras	(6) alegria	(5) falta de fé
			(8) amor	(3) outras
			(3) outras	

“Ser feliz” foi o objetivo escolhido por cinco pessoas, uma se referindo ao casamento, outra à área espiritual e outra entrevistada se referia a todas as áreas. As três escolheram a força de vontade nos fatores que facilitarão a sua busca (item 4 do questionário em anexo). Sobre os fatores que dificultariam o alcance desta meta (item 5), para a primeira é a falta de amor, para a segunda, neste item prejudicial é a falta de conhecimento e para a terceira, é a falta de espírito de solidariedade.

Força de vontade é o principal fator apontado na motivação para a realização de qualquer meta, desde parar de fumar, fazer um regime, ou tocar um instrumento musical com perfeição, concluir um trabalho árduo ou fazer uma revolução cultural, política e econômica em um país.

Entre as qualidades positivas a perseverança foi a mais apontada com 14 escolhas. Este dado é significativo, pois demonstra que o aspecto da vontade mais necessário para o alcance do resultado final desejado é perseverar. Pode-se ter força de vontade e a habilidade, mas sem inúmeras tentativas, aceitando os erros e acertos, e seguindo em frente com perseverança, ninguém chega ao destino escolhido.

As respostas sobre as metas, logo na primeira pergunta do questionário, também variaram segundo as condições econômicas, ou atendendo à pirâmide de Maslow [*Hierarchy of Needs*¹]. Ligada à sobrevivência material para pessoas mais carentes entrevistadas, a meta mais escolhida foi conseguir um bom trabalho e para isso, além da força de vontade para impulsionar a sua busca, elas identificaram a falta de conhecimento como o principal fator de dificuldade.

Já aqueles que escolheram alcançar o desenvolvimento espiritual, realizar o bem comum ou formar ideologicamente os seus alunos para o bem, já alcançaram a estabilidade econômica e estão buscando a realização pessoal mais ampla e altruísta. Estes já se sacrificaram ou tiveram as condições de vida mais fáceis que proporcionaram a realização de sua sobrevivência e agora desejam ajudar os outros a alcançarem seus objetivos.

Quando alguns entrevistados que responderam ao questionário alegaram as condições financeiras ou de tempo como dificuldade para alcançar uma meta como “falar fluentemente o inglês” ou “fazer um curso técnico”, nas qualidades negativas apontadas está a falta de perseverança e a dispersão e até mesmo o fato terem o vício de fumar e não conseguirem assistir a uma aula. “Nunca desistir, persistir sempre”, este é o aprendizado referido por uma pessoa que está almejando passar em um concurso público melhor. Ela identificou a dispersão, a tristeza e a falta de fé como as qualidades negativas que precisa trabalhar para alcançar o seu objetivo.

Um casal de noivos colocou como objetivos de vida “ter conforto” e “formar uma família”, sendo que os dois apontaram a solidariedade e o amor para superar as dificuldades. Um homem recém aposentado colocou “ser feliz” e o campo escolhido é a área espiritual. Este último tem a consciência que para alcançar este objetivo deve “estar com disposição para os estudos espirituais” e que a qualidade negativa que pode dificultar o alcance dessa meta, a seu ver, é a vaidade. Sobre os fatores que vão facilitar o alcance destas metas está sempre a força de vontade, a crença religiosa e o conhecimento. Nas qualidades positivas que acham necessárias ao desenvolvimento do seu objetivo está a perseverança, a fortaleza, a paciência, a alegria e o amor.

Para a meta de trabalho ou viver bem, escolhida por seis pessoas, a família foi o item apontado por seis pessoas sobre a motivação para a busca de sua meta (item 4). As outras duas colocaram sua crença religiosa como impulsionador neste item e o aprendizado de vida é que Deus está acima de tudo.

Outro que almeja o “bem comum” nas áreas profissional, político e espiritual, descobriu em sua caminhada (item 8) que “só o amor cura”. Duas senhoras que escolheram como objetivos principais o social e a democracia plena, encontraram como aprendizado “mais conscientização e clareza da realidade”. Uma delas salientou que em sua caminhada aprendeu sobre as contradições do ser

¹**Internet:** “http://en.wikipedia.org/wiki/Abraham_Maslow#Hierarchy_of_Needs”.

humano e que ela não está só. Por isso, disse que sua meta é uma luta coletiva.

Quanto ao aprendizado de vida que esperam alcançar durante a caminhada para atingir os objetivos, depende de cada um. Por exemplo, quem escolheu ser feliz em todas as áreas (item 3) afirmou que “a felicidade independe de fatores externos, pois é um estado de espírito que temos que buscar internamente, mesmo com todas as adversidades”.

4.2 *Considerações Finais*

Com o apoio de um questionário para reflexão, no Capítulo IV houve a constatação de que as pessoas em geral sabem que para alcançar suas metas e objetivos seja em que áreas forem, precisam desenvolver diversas qualidades, principalmente à vontade e a perseverança.

Sem vontade, um ser humano saudável física e mentalmente, encontra mil desculpas para não perseverar. Alguns alegam a depressão e a ansiedade e apelam para as bebidas e as drogas tentando fugir de si mesmos. Outros não se amam e não tem nenhuma fé espiritual. E ainda, aqueles que não tentam com medo de falhar e sentem medo ou orgulho até de pedir ajuda.

No entanto, outros, com grandes limitações físicas ou econômicas, fazem coisas extraordinárias, que muitos nascidos em “berço de ouro”, estão longe de alcançar. Exemplos como de um homem nascido sem os braços, que aprendeu a pintura com os pés e faz trabalhos belíssimos e de outro que mesmo sem visão, é capaz de se aventurar a pedir carona a um desconhecido em uma estrada.

Vale lembrar a história recente de um homem, Luís Inácio Lula da Silva, saído de uma situação financeira precária no sertão nordestino do Brasil e com fibra e o amor da mãe, que dizia sempre “teima, teima que você consegue tudo o que quiser na vida” chegou a ser presidente do país.

E de pessoas que passaram por um campo de concentração nazista e sobreviveram para contar a história, como Max Wolguer, um ourives que morou em Belo Horizonte e contou no livro “Quero Viver”, sem traços de ódio por seus algozes, a extrema vontade que tinha que viver. Ele passou aos 10 anos por esta dolorosa experiência e foi ajudado pelo seu irmão de 14 anos que dava parte de sua parca ração para que o irmão franzino pudesse sobreviver.

Pode-se dizer que são casos raros, ou seja, um em um milhão, mas se eles não tivessem tentado não teriam conseguido nada. Já estariam derrotados antes de tentar. Alguns tentaram, mas o comodismo e a preguiça ou basicamente a falta de vontade encontrou desculpas para desistir. Conta-se que Thomas Edson tentou 600 vezes até que obteve a luz de uma lâmpada.

Roberto Assagioli, mais do que um médico, era um iniciado e queria ajudar os seus irmãos a encontrar o caminho para o auto-domínio e espiritualização. Com a Psicossíntese resumida no Capítulo I desenvolveu uma forma de integrar as dificuldades humanas ou fraquezas a que chamou de sub-personalidades, identificando cada uma e desapegando-se delas encontrou uma maneira de iluminar os recantos da personalidade.

Ao colocar como centro deste trabalho, o Ato da Vontade, que está no Capítulo II, Assagioli trouxe a grande responsabilidade para a Psicologia Transpessoal de conduzir o processo de ascensão do espírito humano. A descoberta de que a vontade e a Eu superior estão intimamente ligados proporciona uma reavaliação na vida pessoal e coletiva.

A vontade não vai se limitar mais ao atendimento das necessidades básicas dos seres humanos. A vontade espiritual, abordada no Capítulo III é o impulso para alcançar a harmonia plena, alçar vãos mais altos, distante das turbulências, proporcionando um bem-estar permanente.

A paz começa dentro de cada um. O homem ao buscar se auto-conhecer e desenvolver sua própria vontade precisa trabalhar as suas sub-personalidades. Algumas possuem medo, angústia, raiva, o que impede o desenvolvimento em direção à Luz. Ao tomar consciência disso, precisa perdoar estes

sentimentos internos, como filhos necessitados, compreendendo-os e não se sentindo culpado por tê-los. Lembrar que não deve julgar ninguém e, por isso, também não se julgar ou permitir que outros o julguem.

É preciso conversar com o SELF, buscar as respostas verdadeiras na consciência pura, esta parte interna que liga ao todo. Cada vez que surgirem os conflitos internos, precisa dar atenção a eles e não mascarar estes sentimentos. Orando, pedindo sabedoria, paz e serenidade, vai-se fortalecendo a luz interna em comunhão com o Pai criador. Ao acender essa centelha divina, cada ser humano pode se transformar em estrela luminosa, clareando o seu redor.

Como a luz física atrai os insetos, a luz espiritual atrai espíritos de vários graus e muitos são necessitados de luz interior, pois não sabem se ligar diretamente à Fonte Divina. Por isso, o homem em busca de iluminação precisa estar sempre conectado com a Luz Maior, para que a sua luz não cesse e não se apague aos primeiros vôos dos pequeninos “insetos”. Eles precisam de luz, assim como todos e precisam ser ajudados a se iluminar também.

Na realidade, não existe o mal e sim ausência do bem, como não existe as trevas, mas ausência de luz. Ao acender uma luz em um quarto escuro, ela ilumina todos os seus cantos. Assim como o Sol, ilumina a todos e se ausenta, chegando à noite, no dia seguinte ele voltará mesmo que por trás das nuvens. Por que desanimar com as dificuldades encontradas e com as posições erradas adotadas? Como se processa este endireitamento e qual a técnica de funcionamento deste fenômeno? Qual é o jogo de forças por meio do qual se chega aos resultados desejados e com que método se consegue realizá-los?

Nos capítulos sobre a Psicossíntese, o Ato da Vontade e outras visões sobre a vontade, vários autores traçaram os seus caminhos, que somente os verdadeiros “buscadores” encontrarão com o seu próprio esforço. A parte prática abordada pelas entrevistas por meio de questionário mostrou principalmente a necessidade da força de vontade no quesito da motivação e da perseverança para o alcance da meta.

A Paz no Mundo todo surgirá quando cada um fizer o seu trabalho interior, através do **ATO DA VONTADE** e iluminar permanentemente o seu redor. Assim, todos juntos atrairão e serão co-autores de uma nova era de **AMOR**, com mais alegria e certeza do futuro venturoso que espera a todos.

A associação da vontade com a alegria pode parecer surpreendente, visto que a vontade tem sido geralmente considerada exigente, severa e proibitiva. Poder-se-ia dizer que o prazer é concomitante e advém da satisfação de uma necessidade, ou seja, de qualquer necessidade.

Por ser a natureza humana tão multifacetada, por existirem várias sub-personalidades conflitantes, a alegria de certo nível pode coexistir com o sofrimento em outros níveis. Pode haver, por exemplo, a alegria de dominar uma sub-personalidade desregrada, embora ela própria possa sentir esse fato como doloroso. Também a vívida antevisão de uma realização ou satisfação futura da vontade pode causar alegria, mesmo enquanto se sente dor.

Pode-se chamar de prazer, a satisfação de uma necessidade básica. O estado subjetivo geral de uma pessoa cujas necessidades “normais” e desejos são - pelo menos temporariamente - satisfeitos pode ser chamado de felicidade. Da satisfação de necessidades mais elevadas provém a alegria. A boa vontade é alegre! Ela cria uma atmosfera harmoniosa, feliz, e os atos de boa vontade apresentam resultados ricos e, às vezes, surpreendentes. Atividades altruístas e humanistas proporcionam uma profunda satisfação e o sentimento de ter cumprido o propósito para o qual se veio ao mundo. Finalmente, a plena Auto-realização Transpessoal ou, até mais, a comunhão e identificação com a realidade transcendente universal têm sido chamadas de bem-aventurança.

Sabe-se que existem muitos fatores que interferem positiva ou negativamente nas diversas situações humanas. Mas pode-se concluir que é o amor que está presente em todas as situações de vitória. O Amor a Deus, a si mesmo e ao próximo. Seja para aguentar as torturas físicas ou morais, a falta de

alimento e de saúde, como tornar a ver os entes queridos para os que se afastaram involuntariamente, ou melhorar a situação de um povo ou apenas de uma família, o Ato da Vontade é o mecanismo para a realização de tudo.

4.3 *Questionário*

Questionário sobre fatores positivos e negativos que interferem na obtenção das metas individuais e coletivas.

1) Qual o seu objetivo ou meta principal?

Resposta:

2) Em que faixa etária você despertou para este objetivo?

- (a) infância - 7 a 14 anos
- (b) adolescência - 14 a 21 anos
- (c) adulto - 22 a 48 anos
- (d) idoso - 49 a ...

3) Em que área é este objetivo ou meta?

- (a) profissional
- (b) científico
- (c) político
- (d) espiritual
- (e) outros; cite-os

4) Quais os fatores facilitaram a busca de sua meta?

- (a) família
- (b) situação econômica
- (c) crença religiosa
- (d) amigos
- (e) força de vontade
- (f) outros; cite-os

5) Quais os fatores dificultaram a busca de sua meta?

- (a) falta de equipe
- (b) conhecimento
- (c) condições financeiras
- (d) saúde
- (e) falta de força de vontade
- (f) falta de ética
- (g) outros; cite-os

6) Quais as qualidades positivas são necessárias ao desenvolvimento de sua meta?

- (a) perseverança

- (b) paciência
- (c) solidariedade
- (d) compaixão
- (e) fortaleza
- (f) justiça
- (g) alegria
- (h) amor
- (i) outros; cite-os

7) Quais as qualidades negativas impediram ou dificultaram o desenvolvimento de sua meta?

- (a) impaciência
- (b) dispersão
- (c) agressividade
- (d) egoísmo
- (e) depressão
- (f) falta de amor
- (g) falta de fé
- (h) outros; cite-os:

8) Qual foi o aprendizado de vida durante a caminhada para alcançar seu objetivo?

Resposta:

4.4 *Bibliografia*

Referências Bibliográficas

- [1] Assagioli, Roberto. *“O Ato da Vontade”*. São Paulo: Cultrix, 1993.
- [2] Assagioli, Roberto. *“Psicossíntese - Manual de Princípios e Técnicas”*. São Paulo: Cultrix, 1991.
- [3] Assagioli, Roberto. *“Revista Psychology Today”*. 1931.
- [4] Aveline, Carlos. *“O Poder da Vontade Espiritual”*. Brasília, Nova Era, 1996.
- [5] Budhananda. *“A mente e o seu controle”*. Calcutá, Filosofia Esotérica, 1992
- [6] Calò, Anthony. *“Enciclopédia Universal Ilustrada Europeu-Americana Espasa Calpe”*. Espanha, Union Roman, 1945.
- [7] Cobra, Rubem Q. - Arthur Schopenhauer. *“Filosofia Contemporânea”*, Cobra Pages - www.cobra.pages.nom.br, Internet, 2003.
- [8] Maslow, Abraham. *“Motivation and Personality”*. New York: Harper & Row, 1970.
- [9] Robbins, Anthony. *“Passos de Gigante”*. São Paulo, Record, 1995.
- [10] Ubaldi, Pietro. *“A Lei de Deus, Obras Completas”*. Vol.17. Rio de Janeiro, Fundapu, 1982.