

NA LINHA DE FRENTE, UM EGO CONSCIENTE.

Já se perguntou de onde vem esta sensação de aprisionamento emocional, essa estagnação psíquica que faz parecer que sua auto realização não pode ser alcançada?

Então, chega o momento em que a psique começa a lhe apresentar situações, em que tenta provocar um certo diálogo entre planejamento e execução. Como temperar este caldeirão de planos e ideias que esperam por uma oportunidade de se expressarem e se realizarem, antes que uma sensação de esgotamento e excesso de preocupações lancem mão de toda a energia disponível?

A psique em sua mais honesta parceria com o que de melhor se possa configurar, começa a enviar mensagens de alerta; o lembrete é da sua natureza pessoal, dizendo que precisa fluir: sonhos como os de tentar gritar e não conseguir soltar a voz, ou então intencional percorrer grandes distâncias em um veículo sem rodas, ou ainda um pássaro impedido de alçar seu voo por estar preso em uma gaiola, ou também, a rosa dos contos de fada presa em uma redoma de vidro.

Sonhos são expressão da natureza inconsciente e como diz Carl Gustav Jung, “Sonho é uma criação psíquica.”. Não estou determinando estas imagens de forma casualística, como num dicionário de sonhos, isto seria de toda forma, uma abordagem que negligencia toda a riqueza de desdobramentos criativos, todo “tesouro escondido” aos quais nossa psique, tão generosamente, nos disponibiliza no sentido de uma direção à realização criativa.

Diversamente a isto, objetivamos uma viagem em busca de si mesmo, um autoconhecimento e a individuação com a ciência da análise dos sonhos:

Uma interpretação sintética e construtiva – aquela que não tenta reduzir o conteúdo do sonho a “nada além da satisfação de um desejo” ou a outro “nada além” e que, em vez disso, segue o encadeamento construtivo do sonho, enriquecendo seus temas – atua como o ‘pão da vida’. (von Franz, Marie Louise. Psicoterapia p. 15).

Espero que a citação seguinte dê um parecer ainda mais claro:

Em uma antiga carta, Jung chega mesmo a dizer que o terapeuta só deveria analisar o aspecto patológico da psique do paciente. É porque a compreensão intelectual é destrutiva. Afinal de contas, compreender (*comprehendere*, em latim) significa “apoderar-se, “agarrar”, correspondendo assim a um exercício de poder. (von Franz, Marie Louise. Psicoterapia p. 19).

Porém, não raro, estes são exemplos de imagens de como a psique pode representar um alerta desta natureza, isto nos ajuda a traçar uma linha de referência, ou então, de escolhermos a paleta dos tons que vamos usar para pintar o quadro deste trabalho específico; mas existem outras maneiras da psique nos alertar, quando algo está de forma tendenciosa pendendo mais para um lado do que para outro.

Mas, o foco aqui, é o elemento de nossa psique, capaz de fazer com que possamos nos relacionar com o mundo exterior, da psique humana, e este elemento é o Ego. Subjugamos esse elemento da psique que por estar na “linha de frente” é ao mesmo tempo comissário de bordo da nave, condutor e primeiro alvo.

O Ego, ou O Eu, expressa o “planejamento interior” e é responsável pelas consequências da ação, então fica se equilibrando entre ser diminuído e exaltado de acordo com as circunstâncias e interesses envolvidos dentro de um contexto. Minha próxima argumentação faz alusão a esta passagem:

Se eu tivesse um dom musical como o de Beethoven, mas nunca o descobrisse nem fizesse uso dele, seria a mesma coisa que não existisse. Somente o ego consciente é capaz de realizar conteúdos psíquicos. Até mesmo algo assim grande, até divino, como o Si-mesmo só pode ser realizado pelo ego. Essa é a auto-realização a partir da perspectiva junguiana.” (von Franz, Marie Louise. Psicoterapia p. 18)

É para esta diferenciação entre Ego e Ego consciente que estou colocando meu foco, um ego consciente não intenciona realizar-se a si mesmo, quando isto equivocadamente acontece, o torna depósito de tudo o que vai contra a corrente do que se estabeleceu, ou se convencionou por um coletivo. A auto realização não está nem a mercê do ego e nem a mercê de regras convencionadas por determinado coletivo.

Um ego consciente, favorece a realização do Si-mesmo, centro da psique em sua totalidade, consciente e inconsciente, e que portanto pode levar em si, potencialidades criativas, capazes de promover mudanças nas convenções antes consideradas como definidas; bem como respaldar uma função egóica consciente. Com esta afirmação tento diminuir a ideia inexata que confunde auto realização com o conceito de identidade do ego, e de individuação.

Este é um equívoco que coloca muitas vezes o Ego sob ataque, ou sob uma tentativa de aprisiona-lo, porque desta forma, ele toma para si, uma autonomia que não lhe corresponde, nem a partir do mundo interior e nem a partir do mundo exterior.

Um ego consciente, é flexível e não teme, parecer tolo, ou “voltar atrás” em uma resolução, ou seguir em frente em uma nova perspectiva; ele pode ser e conter a expressão da autenticidade, não “sinsericida”, só mais honesta e flexível. Um ego consciente reconhece que “Toda verdade humana é apenas a penúltima verdade.” (C. G. Jung).

Desta forma, respeitamos a natureza da psique e temos uma chance de lidar com as perturbações conflitivas, quando nos forçamos a nos enquadrar em correntes, que de uma forma inconsequente tentam esvaziar, capturar, ou subjugar o Ego.

A atitude humilde, que mantém sempre a porta aberta, é a aceitação necessária do fato de que podemos estar errados, moral ou cientificamente, ou de que podemos saber até certo ponto mas não com certeza absoluta, e de que mesmo a maior certeza pode ser apenas negativa, ou algo plausível de acordo com que eu atuo. (von Franz; Marie-Louise. Alquimia).

Então o ego consciente, que busca agir verdadeiramente de maneira ética, menos permeável as correntes das modas, das manias, ou da cegueira dos “ismos” políticos ou ideológicos, sem um espaço aberto para um cuidadoso pensamento crítico, está no mínimo, sujeito a um trabalho de autoconhecimento.

Um ego consciente, requer muito trabalho, muito conhecimento, com a abertura para o relacionamento com o próprio Si-mesmo e vice e versa; isto tudo sem deixar de se colocar à disposição da construção de uma sociedade saudável o melhor que pode, ou seja, à serviço do equilíbrio entre o que planejamos e nossa ação, a aplicabilidade, a auto realização.

Mais uma vez afirmo que a psicologia analítica é um bom caminho, é uma boa parceria, para colocar nosso mundo interior e nosso mundo exterior em diálogo, no sentido de fortalecer um ego consciente. E este é o mais claro sinal de uma psique saudável.

Sandra Paris

CRP 06/78.740

@sandraparispsico

@psyque mundos por Sandra Paris

sandraparispsicologa@gmail.com