

colectio
anima

INTRODUÇÃO À PSICOLOGIA DO SER

Abraham H. Maslow

ORELHAS DO LIVRO

A **Coleção Anima** tem por objetivo oferecer aos especialistas em Psicologia e áreas afins, bem como ao leitor interessado, textos de qualidade que, independentemente das correntes as quais os diversos autores aqui reunidos se filiem, contribuam para uma maior compreensão do fenômeno do psiquismo humano e da natureza do homem em geral.

O 1º volume desta Coleção — **Introdução à Psicologia do Ser, de Abraham H. Maslow** — é uma das obras mais representativas da Psicologia Humanística, movimento hoje solidamente firmado como a alternativa viável para resolver o impasse entre a psicologia experimental-positivista-behaviorista e o freudianismo ortodoxo.

Essa “Terceira Força” aglutina os partidários de Adler, Hank e Jung, além de todos os neofreudianos e pós-freudianos, psicólogos da personalidade, fenomenólogos, humanistas, rogerianos, existencialistas e muitos outros.

Introdução à Psicologia do Ser, cuja edição original vendeu mais de 100.000 exemplares nos E.U.A., caracteriza-se por um inabalável otimismo em relação ao futuro, baseado nos valores intrínsecos da humanidade.

Segundo Maslow, “A natureza interior, até onde podemos conhecê-la, não parece ser intrinsecamente má; é, antes, neutra ou positivamente “boa”. O que chamamos de comportamento mau vem a ser, via de regra, uma reação secundária à frustração dessa natureza intrínseca.”

Abraham Harold Maslow é atualmente o psicólogo mais popular nos Estados Unidos. Foi presidente da **The American Psychological Association**, tem 65 anos e é o chefe do Departamento de Psicologia da Universidade Brandeis.

Escritor vigoroso e de invulgar clareza, é autor de **The Psychology of Science** e **Motivation and Personality**, além de mais de 100 artigos.

Em sua teoria da metamotivação, procurou desenvolver as bases para uma ideologia que pudesse ser aceita por todos os seres humanos, que pudesse unir todos os seres humanos.

“Não pensem em mim como um antibehaviorista”, esclarece ele. “Sou antidoutrinário. Sou contra qualquer coisa que feche portas ou ampute

possibilidades.”

Coleção Anima

Próximo lançamento:

Entrevistas com Carl G. Jung (e as reações de Ernest Jones)

Richard I. Evans.

INTRODUÇÃO A PSICOLOGIA DO SER

<http://groups.google.com/group/digitalsource>



COLEÇÃO ANIMA

ABRAHAM H. MASLOW

INTRODUÇÃO À PSICOLOGIA DO SER

Tradução de ÁLVARO CABRAL



Título do original em inglês:

TOWARD A PSYCHOLOGY OF BEING

(C) by Litton Educational Publishing, Inc.

A presente tradução baseou-se na edição
publicada por Van Nostrand Reinhold Company, New York.

Direitos desta tradução reservados à
LIVRARIA ELDORADO TIJUCA LTDA.

Departamento Editorial:

Maura Ribeiro Sardinha

Cristina Mary P. da Cunha

Carmen Lúcia R. de Oliveira

Capa: AG Comunicação Visual e Arquitetura Ltda.

Impresso no Brasil

Printed in Brazil

LIVRARIA ELDORADO TIJUCA LTDA.

Rua Conde Bonfim, 422, loja K, Rio de Janeiro — GB

Tels.: 254-2615

264-0398

Este livro é dedicado a
KURT GOLDSTEIN

Índice

Prefácio da Segunda Edição	11
Prefácio da Primeira Edição	15
PARTE I — UMA JURISDIÇÃO MAIS AMPLA PARA A PSICOLOGIA	
1. Introdução: Para uma Psicologia da Saúde	27
2. O que a Psicologia Pode Aprender dos Existencialistas	35
PARTE II — CRESCIMENTO E MOTIVAÇÃO	
3. Motivação de Deficiência e Motivação de Crescimento	47
4. Defesa e Crescimento	71
5. A Necessidade de Saber e o Medo do Conhecimento	87
PARTE III — CRESCIMENTO E COGNIÇÃO	
6. Cognição do Ser em Experiências Culminantes	99
7. Experiências Culminantes como Agudas Experiências de Identidade	133
8. Alguns Perigos da Cognição do Ser	147
9. Resistência à Rubricação do Ser	159
PARTE IV — CRIATIVIDADE	

10. Criatividade nas Pessoas Individuacionantes	167
PARTE V — VALORES	
11. Dados Psicológicos e Valores Humanos	181
12. Valores, Crescimento e Saúde	201
13. A Saúde como Transcendência do Ambiente	213
PARTE VI — TAREFAS PARA O FUTURO	
14. Algumas Proposições Básicas de uma Psicologia do Crescimento e da Individuação.....	223
APÊNDICE A — Serão as Nossas Publicações e Convenções Adequadas às Psicologias Pessoais?	251
APÊNDICE B — É Possível uma Psicologia Social Normativa?	257
Bibliografia	261
Bibliografia Adicional	269
A Rede Eupsiquiana	275

Prefácio da Segunda Edição

Muita coisa aconteceu no mundo da Psicologia desde que este livro foi publicado pela primeira vez. A Psicologia Humanista — como vem sendo mais freqüentemente chamada — está hoje solidamente estabelecida como terceira alternativa viável da psicologia objetivista e behaviorista (mecanomórfica) e do freudianismo ortodoxo. A sua literatura é vasta e está em rápido crescimento. Além disso, está começando a ser *usada*, especialmente na educação, indústria, organização e administração, terapia e auto-aperfeiçoamento e por vários indivíduos, revistas e organizações “eupsiquianos” (ver a Rede Eupsiquiana, págs. 275-279).

Devo confessar que acabei pensando nessa tendência humanista da Psicologia como uma revolução no mais verdadeiro e mais antigo sentido da palavra, o sentido em que Galileu, Darwin, Enstein, Freud e Marx fizeram revoluções, isto é, novos caminhos de perceber e de pensar, novas imagens do homem e da sociedade, novas concepções éticas e axiológicas, novos rumos por onde enveredar.

Esta Terceira Psicologia é agora uma faceta de uma *Weltanschauung* geral, uma nova filosofia da vida, uma nova concepção do homem, o começo de um novo século de trabalho (isto é, se conseguirmos sustar, entrementes, um holocausto). Para qualquer homem de boa vontade, qualquer homem “pró vida”, há um trabalho a ser feito aqui, efetivo, probo e eficaz, satisfatório, que pode proporcionar um significado fecundo à nossa própria vida e à dos outros.

Essa Psicologia *não* é puramente descritiva ou acadêmica; sugere ação e implica conseqüências. Ajuda a gerar [pág. 11] um modo de vida, não só para a própria pessoa, dentro da sua psique particular, mas também para a mesma pessoa como ser social, como membro da sociedade. De fato, ajuda a compreender até que ponto esses dois aspectos da vida estão realmente relacionados entre si. Fundamentalmente, a pessoa que fornece a melhor ajuda é a “boa pessoa”. Quantas

vezes, tentando ajudar, a pessoa doente ou inadequada causa, pelo contrário, sérios danos.

Devo também dizer que considero a Psicologia Humanista, ou Terceira Força da Psicologia, apenas transitória, uma preparação para uma Quarta Psicologia ainda “mais elevada”, transpessoal, transumana, centrada mais no cosmo do que nas necessidades e interesses humanos, indo além do humanismo, da identidade, da individuação e quejandos. Haverá em breve (1968) um *Journal of Transpersonal Psychology*, organizado pelo mesmo Tony Sutich que fundou o *Journal of Humanistic Psychology*. Esses novos avanços podem muito bem oferecer uma satisfação tangível, usável e efetiva do “idealismo frustrado” de muita gente entregue a um profundo desespero, especialmente os jovens. Essas Psicologias comportam a promessa de desenvolvimento de uma filosofia da vida, de um substituto da religião, de um sistema de valores e de um programa de vida cuja falta essas pessoas estão sentindo. Sem o transcendente e o transpessoal, ficamos doentes, violentos e niilistas, ou então vazios de esperança e apáticos. Necessitamos de algo “maior do que somos”, que seja respeitado por nós próprios e a que nos entreguemos num novo sentido, naturalista, empírico, não-eclesiástico, talvez como Thoreau e Whitman, William James e John Dewey fizeram.

Creio que outra tarefa que precisa ser realizada antes de podermos ter um mundo bom é o desenvolvimento de uma psicologia humanista e transpessoal do mal, uma que seja escrita com um sentimento de compaixão e amor pela natureza humana e não de repulsa ou de irremediabilidade. As correções que fiz nesta nova edição encontram-se, primordialmente, nessa área. Sempre que pude, sem incorrer numa dispendiosa tarefa de reescrever, aclarei a minha psicologia do mal — o “mal de cima” e não de baixo. Uma leitura atenta localizará essas revisões, muito embora sejam extremamente condensadas. **[pág. 12]**

Essas alusões ao mal talvez soem aos leitores do presente livro como um paradoxo, ou uma contradição com as suas principais teses, mas *não* é, decididamente não é. Existem certamente homens bons, fortes e bem sucedidos no mundo — santos, sábios, bons líderes, responsáveis, candidatos a políticos, estadistas, homens de espírito forte, vencedores mais do que perdedores, pais em vez de filhos. Tais pessoas estão à disposição de quem quiser estudá-los como eu fiz.

Mas nem por isso deixa de ser verdade que existem muito poucos, embora *pudesse* haver muitos mais, e são freqüentemente maltratados pelos seus semelhantes. Assim, isso também deve ser estudado, esse medo da bondade e da grandeza humanas, essa falta de conhecimento sobre como ser bom e forte, essa incapacidade para converter a nossa ira em atividades produtivas, esse temor da maturidade e da sublimação que nos chega com a maturidade, esse receio de nos sentirmos virtuosos, de nos amarmos a nós próprios, de sermos dignos de amor e de respeito. Especialmente, devemos aprender como transcender a nossa tendência insensata para deixar que a compaixão pelos fracos gere o ódio pelos fortes.

É essa espécie de pesquisa que recomendo mais insistente e urgentemente aos jovens e ambiciosos psicólogos, sociólogos e cientistas sociais em geral. E a outras pessoas de boa vontade, que querem ajudar a construir um mundo melhor, recomendo veementemente que considerem a ciência — a ciência humanista — uma forma de fazer isso, uma forma muito boa e necessária, talvez até a melhor de todas.

Simplesmente, não dispomos hoje de conhecimentos bastante idôneos para avançar na construção de Um Mundo Bom. Não dispomos sequer de conhecimentos suficientes para ensinar aos *indivíduos* como se amarem uns aos outros — pelo menos, com uma razoável dose de certeza. Estou convencido de que a melhor resposta está no progresso do conhecimento. Minha *Psychology of Science*, assim como *Personal Knowledge*, da autoria de Polanyi, são claras demonstrações de que a vida da ciência também pode ser uma vida de paixão, de beleza, de esperança para a humanidade e de revelação de valores. [pág. 13]

AGRADECIMENTOS

Desejo agradecer a bolsa que me foi concedida pelo Fundo para o Progresso da Educação, da Fundação Ford. Ela pagou-me não só um ano de licença, mas também o trabalho de duas secretárias dedicadas, as Sr.^{as} Hilda Smith e Nona Wheeler, a quem desejo expressar aqui a minha gratidão.

Dediquei este livro a Kurt Goldstein, originalmente, por inúmeras razões. Gostaria agora de expressar também a minha dívida para com Freud e todas as teorias que ele produziu e as contrateorias que *elas* geraram. Se eu tivesse de

expressar numa única frase o que a Psicologia Humanista significou para mim, eu diria que constitui uma integração de Goldstein (e da Psicologia da *Gestalt*) com Freud (e as várias psicologias psicodinâmicas), o todo combinado com o espírito científico que me foi ensinado pelos meus professores da Universidade de Wisconsin.

A. H. MASLOW

[pág. 14]

Prefácio da Primeira Edição

Tive muitas dificuldades ao escolher o título para este livro. O conceito de “saúde psicológica”, embora ainda seja necessário, tem várias deficiências intrínsecas para fins científicos, as quais serão analisadas em vários lugares apropriados, no decorrer do livro. O mesmo pode ser dito de “doença psicológica”, como Szasz (160a) e os psicólogos existenciais (110, 111) recentemente sublinharam. Ainda podemos usar esses termos normativos e, de fato, por razões heurísticas, *devemos* utilizá-los, desta vez; entretanto, estou convencido de que se tornarão obsoletos dentro de uma década.

Um termo muito melhor é “individuação”,* no sentido em que o usei. Ele sublinha a “humanidade plena do indivíduo”, o desenvolvimento da natureza humana biologicamente alicerçada e, portanto, é (empiricamente) normativo para toda a espécie, em vez de sê-lo para determinados tempos e lugares; quer dizer, é menos culturalmente relativo. Ajusta-se mais ao destino biológico do que aos modelos de valor historicamente arbitrários e culturalmente locais, como freqüentemente ocorre com os termos “saúde” e “doença”. Também tem conteúdo empírico e significado operacional. [pág. 15]

Contudo, à parte ser desgracioso de um ponto de vista literário, esse termo provou ter imprevistas deficiências, como: a) implicar egoísmo em vez de altruísmo; b) encobrir o aspecto de dever e de dedicação as tarefas da vida; c) negligenciar os vínculos com outras pessoas e a sociedade, e a dependência da plena realização

* O termo cunhado por Kurt Goldstein foi *self-actualization* para descrever os processos de desenvolvimento das capacidades e talentos do *indivíduo*; de compreensão e aceitação do *próprio eu* (“oneself”); de harmonização ou integração dos *motivos individuais*. Além disso, como se verá, a *self-actualization* representa uma variedade de dados, que são melhor entendidos quando tomados globalmente do que quando analisados, e assinala problemas que o psicólogo deve estudar — em vez de um problema resolvido. O próprio autor indicaria como sinônimos “aceitáveis”: *self-development* (enfatizando a evolução temporal da unidade interior), *self-realization*, *productiveness*, *autonomy* e *individuation*. Optamos pela tradução deste último, “Individuação”, talvez por nos parecer menos “desgracioso, de um ponto de vista literário”. (N. do T.)

individual de uma “boa sociedade”; d) negligenciar o caráter exigente* da realidade não-humana e o seu fascínio e interesse intrínsecos; e) negligenciar o despreendimento do ego e a possibilidade de transcendência do eu; e, finalmente, f) sublinhar, por implicação, a atividade, mais do que a passividade ou receptividade. E tudo isso aconteceu apesar dos meus cuidadosos esforços para descrever o *fato* empírico de que as pessoas individuacionantes são altruístas, dedicadas, sociais, capazes de se transcenderem etc. (97, capítulo 14).

A palavra “eu” parece desconcertar as pessoas, e as minhas redefinições e descrição empírica são amiúde impotentes diante do poderoso hábito lingüístico de identificar “eu” com “egoísta” e com autonomia pura. Para minha consternação, também verifiquei que alguns psicólogos inteligentes e capazes (70, 134, 157a) persistem em tratar a minha descrição empírica das características de pessoas individuacionantes como se eu tivesse arbitrariamente inventado essas características, em vez de descobri-las.

“Plena realização humana” evita, segundo me parece, alguns desses equívocos. E “diminuição ou deficiência humana” também serve como melhor substituto para “doença” e até, porventura, para neurose, psicose e psicopatia. Pelo menos, esses termos são mais úteis para a teoria psicológica e social geral, quando não para a prática psicoterapêutica.

Os termos “Ser” e “Devir” ou “Vir a Ser”, tal como os emprego em todo este livro, são ainda melhores, se bem que não estejam utilizados, por enquanto, de maneira suficientemente generalizada para servir como moeda corrente. Isso é deveras lamentável, porque a Psicologia do [pág. 16] Ser é certamente muito diferente da Psicologia do Devir e da Psicologia da Deficiência, como veremos. Estou convencido de que os psicólogos devem caminhar no sentido da reconciliação da S-psicologia com a D-psicologia,* isto é, do perfeito com o imperfeito, do ideal com o real, do eupsiquismo com o existente, do intemporal com o temporal, da Psicologia como fim com a Psicologia como meio.

* Caráter exigente (*demand-character*) é empregado por Maslow de acordo com o conceito gestaltista que caracteriza os atributos provocadores de necessidade dos objetos. Assim, uma reluzente maçã vermelha “exige” ser comida; um quadro impressionante “exige” ser olhado e admirado. (N. do T.)

* Por mera facilidade expositiva e narrativa, o Prof. Maslow decidiu referir-se à *Being-psychology* (Psicologia do Ser) como *B-psychology*, que vertemos para S-psicologia; e à *deficiency-psychology* (Psicologia da Deficiência) como *D-psychology* que, naturalmente, mantemos como D-Psicologia. (N. do T.)

Este livro é uma continuação do meu *Motivation and Personality*, publicado em 1954. Foi elaborado mais ou menos da mesma maneira, isto é, fazendo uma peça de cada vez da mais vasta estrutura teórica. É um antecessor do trabalho a ser ainda realizado para a construção de uma Psicologia e Filosofia Geral, abrangente, sistemática e empiricamente baseada, que inclua as profundezas e as alturas da natureza humana. O último capítulo é, em certa medida, um programa para esse trabalho futuro e serve de ponte para ele. É uma primeira tentativa para integrar a “Psicologia da Saúde e Crescimento” com a Psicopatologia e a dinâmica psicanalítica, a dinâmica com a holística, o Devir com o Ser, o bem com o mal, o positivo com o negativo. Por outras palavras, constitui um esforço para construir, numa base psicanalítica geral e numa base científico-positivista de Psicologia experimental, a superestrutura eupsiquiana, S-psicológica e metamotivacional que falta a esses dois sistemas, superando os seus limites.

Descobri que é muito difícil comunicar a outros o meu respeito e a minha impaciência simultâneos, ante essas duas psicologias abrangentes. Tantas pessoas insistem em ser *ou* a favor de Freud ou contra Freud, a favor da Psicologia Científica *ou* contra Psicologia Científica etc.! Na minha opinião, todas as posições de lealdade desse gênero são idiotas. A nossa missão é integrar essas várias verdades na verdade *total*, que deverá constituir a nossa única lealdade.

Para mim, é perfeitamente claro que os métodos científicos (concebidos em termos gerais) são o nosso único meio fundamental de estarmos certos de que *temos* a [pág. 17] verdade. Mas também aqui é demasiado fácil cometer um equívoco e cair numa dicotomia: a favor da ciência ou contra a ciência. Já escrevi sobre o assunto (97, capítulos 1, 2 e 3). Trata-se de críticas ao cientificismo ortodoxo do século XIX e tenciono prosseguir nesse empreendimento, no sentido de ampliar os métodos e a jurisdição da ciência, de modo a torná-la mais capaz de assumir as tarefas das novas psicologias pessoais e experienciais (104).

A ciência, tal como é habitualmente concebida pelos ortodoxos, é inadequada para essas tarefas. Mas estou certo de que não precisa limitar-se a esses métodos ortodoxos. Não precisa abdicar dos problemas do amor, criatividade, valor, beleza, imaginação, ética e alegria, deixando tudo isso para os “não-cientistas”, os poetas, profetas, sacerdotes, dramaturgos, artistas ou diplomatas. Todas essas pessoas

podem ter maravilhosas intuições, formular interrogações que têm de ser feitas, aventar hipóteses desafiadoras e podem até estar certas e dizer a verdade na maioria das vezes. Mas, por muito seguras que *elas* possam estar, nunca poderão tornar a humanidade segura. Podem apenas convencer aqueles que já concordam com elas e alguns mais. A ciência é o único meio de que dispomos para enfiar a verdade pela goela abaixo dos relutantes. Somente a ciência pode superar as diferenças caracterológicas no ser e no crer. Somente a ciência pode progredir.

Entretanto, permanece o fato de que ela chegou a uma espécie de beco sem saída e (em algumas de suas formas) *pode* ser encarada como uma ameaça e um perigo para a humanidade ou, pelo menos, para as mais elevadas e nobres qualidades e aspirações da humanidade. Muitas pessoas sensíveis, especialmente os artistas, receiam que a ciência macule e deprima, que dilacere coisas em vez de integrá-las e, por conseguinte, mate em vez de criar.

Acho que nada disso é necessário. Tudo o que a ciência precisa para ser uma ajuda à plena realização humana positiva é ampliar e aprofundar a concepção da sua natureza, das suas metas e dos seus métodos.

Espero que o leitor não ache esse credo incompatível com o tom algo literário e filosófico deste livro e daquele que o precedeu. De qualquer modo, eu não acho. Quando se esboça, a traços largos, uma teoria geral, é necessário [pág. 18] esse tipo de tratamento — temporariamente, pelo menos. Em parte, isso também se deve ao fato de a maioria dos capítulos deste livro ter sido preparada, inicialmente, como conferências.

Este livro, tal como o anterior, está repleto de afirmações que se baseiam em pesquisas-piloto, fragmentos de provas, observações pessoais, deduções teóricas e simples palpites. De um modo geral, estão redigidas de forma que se possa demonstrar a sua verdade ou falsidade. Quer dizer, são hipóteses, apresentadas mais para exame do que para crença final. Também são obviamente pertinentes, isto é, a sua possível correção ou incorreção é importante para outros ramos da Psicologia. Despertam interesse. Portanto, devem gerar pesquisas e assim espero que aconteça. Por todas essas razões, considero que este livro se situa mais no domínio da ciência, ou pré-ciência, do que no da exortação, ou da filosofia pessoal, ou da expressão literária.

Uma palavra sobre as correntes intelectuais contemporâneas em Psicologia talvez ajude a situar este livro no seu lugar próprio. As duas teorias abrangentes da natureza humana que mais influenciaram a Psicologia até uma época recente foram a freudiana e a experimental-positivista-behaviorista. Todas as outras teorias são menos abrangentes e os seus adeptos formaram numerosos grupos dissidentes e minoritários. Nos últimos anos, porém, esses vários grupos aglutinaram-se rapidamente numa terceira, cada vez mais abrangente, teoria da natureza humana — teoria essa a que poderíamos chamar uma “Terceira Força”. Esse grupo inclui os adlerianos, rankianos e junguianos, assim como todos os neofreudianos (ou neoadlerianos) e os pós-freudianos (os egopsicólogos psicanalíticos, assim como autores da linha de Marcuse, Wheelis, Marmor, Szasz, Norman Brown, H. Lynd e Schachtel, que estão tomando o lugar dos psicanalistas talmúdicos). Além disso, a influência de Kurt Goldstein e da sua Psicologia Organísmica está aumentando firmemente. Cada vez mais influentes são também a Gestalt-terapia, os psicólogos gestaltistas e lewinianos, os semânticos gerais e os psicólogos da personalidade como G. Allport, G. Murphy, J. Moreno e H. A. Murray. Uma nova e poderosa influência é a Psicologia Existencial e a Psiquiatria. Dezenas de outros contribuintes destacados podem ser agrupados como [pág. 19] psicólogos do Eu, psicólogos fenomenológicos, psicólogos rogerianos, psicólogos humanistas etc. etc. Uma lista completa é impossível. Um modo mais simples de agrupá-los está à disposição do leitor nas cinco revistas em que esse grupo tem maiores probabilidades de publicar seus trabalhos, todas relativamente novas. São elas: *Journal of Individual Psychology* (Universidade de Vermont, Burlington, Vt.), *American Journal of Psychoanalysis* (220 W. 98th Street, Nova York 25, N. Y.), *Journal of Existential Psychiatry* (679 N. Michigan Avenue, Chicago 11, Ill.), *Review of Existential Psychology and Psychiatry* (Universidade Duquesne, Pittsburgh, Pa.) e a mais recente de todas, o *Journal of Humanistic Psychology* (2637 Marshall Drive, Palo Alto, Calif.). Além disso, a revista *Manas* (P.O. Box 32.112, El Sereno Station, Los Angeles 32, Calif.) aplica este ponto de vista à filosofia pessoal e social do leigo inteligente. A bibliografia no final deste volume, embora não completa, é uma razoável amostra dos escritos desse grupo. O presente livro pertence a essa corrente de pensamento.

AGRADECIMENTOS

Não repetirei aqui os agradecimentos já feitos no Prefácio de *Motivation and Personality*. Desejo agora acrescentar apenas os seguintes.

Fui extraordinariamente feliz com os meus colegas de departamento, Eugenia Hanfmann, Richard Held, Richard Jones, James Klee, Ricardo Morant, Ulric Neisser, Harry Rand e Walter Toman, os quais foram todos colaboradores, examinadores e companheiros de debate para várias partes deste livro. Desejo expressar-lhes aqui o meu afeto e respeito, e agradecer-lhes toda a ajuda que me deram.

Foi para mim um privilégio ter mantido, durante dez anos, contínuas discussões com um douto, brilhante e céptico colega, o Dr. Frank Manuel, do Departamento de História da Universidade Brandeis. Gozei não só da sua amizade, mas também aprendi muito com ele.

Tenho tido relações análogas com outro amigo e colega, o Dr. Harry Rand, um psicanalista. Durante dez anos, exploramos juntos, continuamente, os significados mais profundos das teorias freudianas e um produto dessa [pág. 20] colaboração já foi publicado (103). Tanto o Dr. Manuel como o Dr. Rand não concordam com o meu ponto de vista geral, nem Walter Toman, também psicanalista, com quem tive muitas discussões e debates. Talvez por essa razão eles tivessem me ajudado a aprimorar as minhas próprias conclusões.

O Dr. Ricardo Morant e eu colaboramos em seminários, experimentos e em vários escritos. Isso ajudou-me a permanecer mais próximo da corrente principal da Psicologia Experimental. Os capítulos 3 e 6, especialmente, muito devem à ajuda do Dr. James Klee.

Os acirrados, mas amistosos, debates no *Graduate Colloquium* do nosso Departamento de Psicologia com esses e meus outros colegas, e com os nossos estudantes finalistas, foram continuamente instrutivos. Do mesmo modo, aprendi também muito através dos contatos formais e informais diários com muitos membros do corpo docente da Brandeis, um grupo tão culto, sofisticado e controverso de intelectuais quanto o que possa existir em qualquer lugar.

Aprendi muito com os meus colegas do Simpósio de Valores, realizado no MIT (102), especialmente Frank Bowditch, Robert Hartman, Gyorgy Kepes, Dorothy Lee e Walter Weiskopf. Adrian van Kaam, Rollo May e James Klee introduziram-me na literatura do existencialismo. Frances Wilson Schwartz (179, 180) foi quem me deu as primeiras lições sobre educação artística criadora e suas numerosas implicações para a Psicologia do Crescimento. Aldous Huxley (68a) foi um dos primeiros a convencer-me de que era melhor eu encarar a sério a Psicologia da Religião e do Misticismo. Feliz Deutsch ajudou-me a aprender Psicanálise de dentro para fora, experimentando-a. A minha dívida intelectual para com Kurt Goldstein é tão grande que lhe dediquei este livro.

Grande parte deste livro foi escrita durante um ano de licença remunerada que devo à esclarecida política administrativa da minha Universidade. Desejo agradecer também ao *Ella Lyman Cabot Trust* a concessão de uma bolsa que me ajudou a libertar-me de preocupações monetárias durante esse ano dedicado a escrever. É muito difícil realizar um trabalho teórico contínuo durante o ano letivo normal. [pág. 21]

A Sr.^{ta} Verna Collette realizou a maior parte da datilografia deste livro. Desejo agradecer-lhe a sua incomum solicitude, paciência e árduo trabalho, pelo que estou extremamente grato. Devo também agradecimentos a Gwen Whately, Lorraine Kaufman e Sandy Mazer por sua ajuda secretarial.

O *capítulo 1* é uma versão revista de uma parte de uma conferência proferida na *Cooper Union*, Nova York, em 18 de outubro de 1954. O texto integral foi publicado em *Self*, um volume organizado por Clark Moustakas para a editora Harper & Bros., 1956, e é aqui usado com devida autorização da editora. Também foi reproduzido em J. Coleman, F. Libaw e W. Martinson, *Success in College*, em edição Scott, Foresman, 1961.

O *capítulo 2* é uma versão revista de uma dissertação lida perante um Simpósio sobre Psicologia Existencial, durante a Convenção de 1959 da Associação Psicológica Americana. Foi publicada inicialmente em *Existentialist Inquiries*, 1960, 1, 1-5, e é utilizada aqui com permissão do editor. Depois disso, foi reproduzido em *Existential Psychology*, volume organizado por Rollo May, Random House, 1961, e na revista *Religious Inquiry*, 1960, n.º 28, 4-7.

O *capítulo 3* é uma versão condensada de uma conferência lida no Simpósio sobre Motivação da Universidade de Nebraska, em 13 de janeiro de 1955, e publicada no *Nebraska Symposium on Motivation*, 1955, volume organizado por M. R. Jones, University of Nebraska Press, 1955. É usado aqui com autorização do editor. Também foi reproduzido no *General Semantics Bulletin*, 1956, n.^{os} 18 e 19, 32-42, e em J. Coleman, *Personality Dynamics and Effective Behavior*, Scott, Foresman, 1960.

O *capítulo 4* foi, originalmente, uma conferência proferida no Seminário sobre Crescimento da *Merrill-Palmer School*, em 10 de maio de 1956. Foi publicada no *Merrill-Palmer Quarterly*, 1956, 3, 36-47, e é utilizada aqui com permissão do editor.

O *capítulo 5* é uma revisão da segunda parte de uma conferência pronunciada na Universidade Tufts e que foi publicada na íntegra em *The Journal of General Psychology*, em 1963. É usada aqui com autorização do editor. A primeira metade da conferência resume todas as provas [pág. 22] existentes para justificar a proposição de uma necessidade instintóide de conhecimento.

O *capítulo 6* é uma versão revista da oração de posse na presidência da Divisão de Personalidade da Associação Psicológica Americana, em 1.º de setembro de 1956. O trabalho original foi publicado no *Journal of Genetic Psychology*, 1959, 94, 43-66, e utilizado aqui com permissão do editor. Foi reproduzido no *International Journal of Parapsychology*, 1960, 2, 23-54.

O *capítulo 7* é uma versão revista de uma conferência proferida durante uma sessão do *Karen Horney Memorial Meeting on Identity and Alienation*, celebrado em Nova York, em 5 de outubro de 1960, pela *Association for the Advancement of Psychoanalysis*. Publicada no *American Journal of Psychoanalysis*, 1961, 21, 254, é usada aqui com autorização dos editores.

O *capítulo 8* foi publicado primeiro no número de Kurt Goldstein do *Journal of Individual Psychology*, 1959, 15, 24-32, e é reproduzido aqui com permissão dos editores.

O *capítulo 9* é uma versão revista de um estudo publicado originalmente em *Perspectives in Psychological Theory*, volume organizado por B. Kaplan e S. Wapner, International Universities Press, 1960, uma coletânea de ensaios em

homenagem a Heinz Werner. É aqui reproduzido com autorização dos organizadores e do editor.

O *capítulo 10* é uma versão revista de uma aula dada em 28 de fevereiro de 1959 na Universidade Estadual do Michigan, East Lansing, Michigan, dentro do curso sobre Criatividade. O curso completo foi publicado pela Harper & Bros. em 1959, num volume organizado por H. H. Anderson sob o título de *Creativity and Its Cultivation*. Essa lição é aqui usada com a permissão do organizador e da editora. Foi posteriormente reproduzido em *Electro-Mechanical Design*, 1959 (números de janeiro e agosto) e no *General Semantics Bulletin*, 1959-60, n.ºs 23 e 24, 45-50.

O *capítulo 11* é uma revisão e ampliação de uma dissertação lida perante a *Conference on New Knowledge in Human Values*, 4 de outubro de 1954, organizada pelo Instituto de Tecnologia de Massachusetts, Cambridge, Mass. Foi publicada em *New Knowledge in Human Values*, A. H. Maslow (org.), Harper & Bros., 1958, e é aqui usada com autorização da editora. **[pág. 23]**

O *capítulo 12* é uma versão revista e ampliada de uma conferência lida durante um Simpósio sobre Valores, Academia de Psicanálise, Nova York, em 10 de dezembro de 1960.

O *capítulo 13* foi uma comunicação apresentada ao Simpósio sobre as Implicações da Pesquisa de Saúde Mental Positiva, organizada pela Associação Psicológica do Leste, 15 de abril de 1960. Foi publicada no *Journal of Humanistic Psychology*, 1961, 1, 1-7, e usada aqui com autorização do editor.

O *capítulo 14* é uma versão revista e ampliada de um ensaio escrito em 1958 para o volume *Perceiving, Behaving, Becoming: A New Focus for Education*, organizado por A. Combs e publicado no *1962 Yearbook of the Association for Supervision and Curriculum Development* (ASCD), NEA, Washington, DC, capítulo 4, págs. 34-39. Copyright (C) 1962 by the Association for Supervision and Curriculum Development, NEA. Reproduzido com autorização. Em parte, essas proposições constituem um resumo deste livro e do seu antecessor (97). Também em parte, é uma extrapolação programática para o futuro. **[pág. 24]**

PARTE I

**UMA JURISDIÇÃO MAIS AMPLA
PARA A PSICOLOGIA**

1

Introdução: Para uma Psicologia da Saúde

Está surgindo agora no horizonte uma nova concepção de doença humana e de saúde humana, uma Psicologia que acho tão emocionante e tão cheia de maravilhosas possibilidades que cedi à tentação de apresentá-la publicamente, mesmo antes de ser verificada e confirmada, e antes de poder ser denominada conhecimento científico idôneo.

Os pressupostos básicos desse ponto de vista são:

1. Cada um de nós tem uma natureza interna essencial, biologicamente alicerçada, a qual é, em certa medida, “natural”, intrínseca, dada e, num certo sentido limitado, invariável ou, pelo menos, invariante.

2. A natureza interna de cada pessoa é, em parte, singularmente sua e, em parte, universal na espécie.

3. É possível estudar cientificamente essa natureza interna e descobrir a sua constituição (não *inventar*, mas *descobrir*).

4. Essa natureza interna, até onde nos é dado saber hoje, parece não ser intrinsecamente, ou primordialmente, ou necessariamente, má. As necessidades básicas (de vida, de segurança, de filiação e de afeição, de respeito e de dignidade pessoal, e de individuação ou autonomia), as [pág. 27] emoções humanas básicas e as capacidades humanas básicas são, ao que parece, neutras, pré-morais ou positivamente “boas”. A destrutividade, o sadismo, a crueldade, a premeditação malévola etc. parecem não ser intrínsecos, mas, antes, constituiriam reações violentas *contra* a frustração das nossas necessidades, emoções e capacidades intrínsecas. A cólera, *em si mesma*, não é má, nem o medo, a indolência ou até a ignorância. É claro, podem

levar (e levam) a um comportamento maligno, mas não forçosamente. Esse resultado não é intrinsecamente necessário. A natureza humana está muito longe de ser tão má quanto se pensava. De fato, pode-se dizer que as possibilidades da natureza humana têm sido, habitualmente, depreciadas.

5. Como essa natureza humana é boa ou neutra, e não má, é preferível expressá-la e encorajá-la, em vez de a suprimir. Se lhe permitirmos que guie a nossa vida, cresceremos sadios, fecundos e felizes.

6. Se esse núcleo essencial da pessoa for negado ou suprimido, ela adoece, por vezes de maneira óbvia, outras vezes de uma forma sutil, às vezes imediatamente, algumas vezes mais tarde.

7. Essa natureza interna não é forte, preponderante e inconfundível, como os instintos dos animais. É frágil, delicada, sutil e facilmente vencida pelo hábito, a pressão cultural e as atitudes errôneas em relação a ela.

8. Ainda que frágil, raramente desaparece na pessoa normal — talvez nem desapareça na pessoa doente. Ainda que negada, persiste subjacente e para sempre, pressionando no sentido da individuação.

9. Seja como for, essas conclusões devem ser todas articuladas com a necessidade de disciplina, privação, frustração, dor e tragédia. Na medida em que essas experiências revelam, estimulam e satisfazem à nossa natureza interna, elas são experiências desejáveis. Está cada vez mais claro que essas experiências têm algo a ver com um sentido de realização e de robustez do ego; e, portanto, com o sentido de salutar amor-próprio e autoconfiança. A pessoa que não conquistou, não resistiu e não superou continua duvidando de que *possa* consegui-lo. Isso é certo não só a respeito dos perigos externos; também é válido para a capacidade de controlar e de protelar os próprios impulsos e, portanto, para não ter medo deles. **[pág. 28]**

Assinale-se que, se a verdade desses pressupostos for demonstrada, eles prometem uma ética científica, um sistema natural de valores, uma corte de apelação suprema para a determinação do bem e do mal, do certo e errado. Quanto mais aprendemos sobre as tendências naturais do homem, mais fácil será dizer-lhe como ser bom, como ser feliz, como ser fecundo, como respeitar-se a si próprio, como amar, como preencher as suas mais altas potencialidades. Isso equivale à solução automática de muitos problemas da personalidade do futuro. A coisa a fazer,

segundo me parece, é descobrir o que é que *realmente* somos em nosso âmago, como membros da espécie humana e como indivíduos.

O estudo de tais pessoas, em sua plena individuação, poderá nos ensinar muito sobre os nossos próprios erros, as nossas deficiências, as direções adequadas em que devemos crescer. Todas as idades, exceto a nossa, tiveram seu modelo, seu ideal. Todos eles foram abandonados pela nossa cultura: o santo, o herói, o cavalheiro, o místico. Quase tudo o que nos resta é o homem bem ajustado, sem problemas, um substituto muito pálido e duvidoso. Talvez estejamos aptos em breve a usar como nosso guia e modelo o ser humano plenamente desenvolvido e realizado, aquele em que todas as suas potencialidades estão atingindo o pleno desenvolvimento, aquele cuja natureza íntima se expressa livremente, em vez de ser pervertida, desvirtuada, suprimida ou negada.

A coisa mais séria que cada pessoa vivida e pungentemente reconheceu, cada uma por si própria, é que toda e qualquer abjuração da virtude da espécie, todo e qualquer crime contra a nossa própria natureza, todo e qualquer ato maldoso, *cada um sem exceção*, se registra no nosso próprio inconsciente e faz com que nos desprezemos a nós mesmos. Karen Horney usou uma boa palavra para descrever essa percepção e recordação inconsciente; ela falou de “lançamento”. Se fazemos algo de que nos envergonhamos, isso é “lançado” a nosso descrédito, se fazemos algo honesto, ou admirável, ou bom, é “lançado” a nosso crédito. Os resultados líquidos, em última análise, só podem ser uma coisa ou outra: ou nos respeitamos e aceitamos, ou nos desprezamos e sentimos desprezíveis, inúteis e repulsivos. Os teólogos costumavam [pág. 29] usar a palavra “*accidie*” para descrever o pecado de não fazermos da nossa vida o que sabíamos que podia ser feito.

Esse ponto de vista não desmente, em absoluto, o usual quadro freudiano. Pelo contrário, adiciona-se-lhe e suplementa-o. Para simplificar a questão, é como se Freud nos tivesse fornecido a metade doente da Psicologia e nós devêssemos preencher agora a outra metade sadia. Talvez essa Psicologia da Saúde nos proporcione mais possibilidades para controlar e aperfeiçoar as nossas vidas e fazer de nós melhores pessoas. Talvez isso seja mais proveitoso do que indagar “como ficar *não-doente*”.

De que forma poderemos encorajar o livre desenvolvimento? Quais são as

melhores condições educacionais para isso? Sexuais? Econômicas? Políticas? De que espécie de mundo precisamos para que tais pessoas nele cresçam? Que espécie de mundo essas pessoas criarão? As pessoas doentes são feitas por uma cultura doente; as pessoas sadias são possíveis através de uma cultura saudável. Melhorar a saúde individual é um método para fazer um mundo melhor. Por outras palavras, o encorajamento do desenvolvimento individual é uma possibilidade real; a cura dos sintomas neuróticos reais é muito menos possível sem ajuda exterior. É relativamente fácil tentar, deliberadamente, tornarmo-nos homens mais honestos; é muito difícil tentar curar as nossas próprias compulsões ou obsessões.

O método clássico de encarar os problemas da personalidade considera-os problemas num sentido indesejável. Luta, conflito, culpa, autopunição, sentimento de inferioridade ou de indignidade, má consciência, ansiedade, depressão, frustração, tensão, vergonha — tudo isso causa dor psíquica, perturba a eficiência do desempenho e é incontrolável. Portanto, as pessoas são automaticamente consideradas doentes e indesejáveis, e têm de ser “curadas” o mais depressa possível.

Mas todos esses sintomas são igualmente encontrados em pessoas sadias ou em pessoas que estão crescendo saudavelmente. Suponhamos que o leitor *devia* sentir-se culpado e não se sente? Suponhamos que atingiu uma bela estabilização de forças e *está* ajustado? Será, talvez, que o ajustamento e a estabilização, conquanto bons porque [pág. 30] eliminam a dor, também são maus, visto que cessa o desenvolvimento no sentido de um ideal superior?

Erich Fromm, num livro muito importante (50), atacou a clássica noção freudiana de um Superego porque esse conceito era inteiramente autoritário e relativista. Quer dizer, Freud supunha que o nosso superego ou a nossa consciência era, primordialmente, a internalização dos desejos, exigências e ideais do pai e da mãe, quem quer que eles fossem. Mas, supondo que eram criminosos? Então, que espécie de consciência temos? Ou supondo que temos um pai rigidamente moralizante, que detesta divertimentos? Ou um psicopata? Essa consciência existe — Freud estava certo. Obtemos os nossos ideais, em grande parte, dessas primeiras figuras e não dos livros recomendados pela Escola Dominical, que lemos mais tarde. Mas existe também outro elemento na consciência ou, se preferirem, outra espécie

de consciência, que todos nós possuímos, seja ela débil ou vigorosa. Trata-se da “consciência intrínseca”. Esta baseia-se na percepção inconsciente ou pré-consciente da nossa própria natureza, do nosso próprio destino ou das nossas próprias capacidades, da nossa própria “vocação” na vida. Ela insiste em que devemos ser fiéis à nossa natureza íntima e em que não a neguemos, por fraqueza, por vantagem ou qualquer outra razão. Aquele que acredita no seu talento, o pintor nato que, em vez de pintar, vende roupas feitas, o homem inteligente que leva uma vida estúpida, o homem que vê a verdade, mas conserva a boca fechada, o covarde que renuncia à sua virilidade, todas essas pessoas percebem, de uma forma profunda, que fizeram mal a si próprias e desprezam-se por isso. Dessa autopunição só pode resultar neurose, mas também poderá resultar muito bem uma coragem renovada, uma legítima indignação, um aumento de amor-próprio, quando se faz, posteriormente, a coisa certa; numa palavra, crescimento e aperfeiçoamento podem ocorrer através da dor e do conflito.

Em essência, estou deliberadamente rejeitando a nossa atual e fácil distinção entre doença e saúde, pelo menos, no que diz respeito aos sintomas superficiais. Enfermidade significa ter sintomas? Sustento agora que enfermidade poderá consistir em não ter sintomas quando se devia. Saúde significa estar livre de sintomas? Nego-o. Em Auschwitz ou Dachau, quais os nazistas que eram **[pág. 31]** sadios? Os que tinham sua consciência ferida e perturbada ou os que tinham uma consciência tranqüila, cristalina e feliz? Era possível, para uma pessoa profundamente humana, não sentir conflito, sofrimento, angústia, depressão, raiva etc.?

Numa palavra, se o leitor me disser que tem um problema de personalidade, enquanto não o conhecer melhor não poderei ter a certeza de que a minha resposta adequada será “Ótimo!” ou “Lamento muito”, Tudo depende das razões. E estas, segundo parece, podem ser más razões ou boas razões.

Um exemplo é a mudança de atitude dos psicólogos em relação à popularidade, ao ajustamento, até em relação à delinqüência. Popular com quem? Talvez seja melhor para um jovem ser *impopular* com os esnobes da vizinhança ou com os sócios do Country Club local. Ajustado a quê? A uma cultura má? A um pai dominante? O que deveremos pensar de um escravo bem ajustado? De um prisioneiro bem ajustado? Até o comportamento de um rapaz problemático está

sendo encarado com uma nova tolerância. *Por que* é que ele é delinqüente? Na maioria dos casos, é por razões patológicas. Mas, ocasionalmente, será por boas razões e o rapaz está, simplesmente, resistindo à exploração, à prepotência, à negligência, ao desdém e ao tripúdio.

Claramente, o que será chamado problemas de personalidade depende de quem lhes dá essa designação. O dono do escravo? O ditador? O pai patriarcal? O marido que quer que a sua esposa permaneça uma criança? Parece evidente que os problemas de personalidade podem, às vezes, ser protestos em voz alta contra o esmagamento da nossa ossatura psicológica, da nossa verdadeira natureza íntima. O que é patológico, nesse caso, é *não* protestar enquanto o crime está sendo cometido. E eu lamento muito dizer que a minha impressão é que a maioria das pessoas não protesta, sob tal tratamento. Aceitam-no e pagam-no anos depois, em sintomas neuróticos e psicossomáticos de várias espécies; ou, talvez, em alguns casos, nunca se apercebam de que estão doentes, de que perderam a verdadeira felicidade, a verdadeira realização de promessas, uma vida emocional rica e fecunda, e uma velhice serena e produtiva; de que jamais saberão até que [pág. 32] ponto é maravilhoso ser criativo, reagir esteticamente, achar a vida apaixonante e sensacional.

A questão da mágoa ou dor desejável, ou da sua necessidade, também deve ser enfrentada. O crescimento e a realização plena da pessoa serão possíveis sem dor, aflição e atribulações? Se estas são, em certa medida, necessárias e inevitáveis, então até que ponto? Se a aflição e a dor são, por vezes, necessárias ao crescimento da pessoa, então devemos aprender a não proteger delas as pessoas, automaticamente, como se fossem sempre coisas más. Por vezes, podem ser boas e desejáveis, tendo em vista as boas conseqüências finais. Não permitir às pessoas que expiem seu sofrimento e protegê-las da dor poderá resultar numa espécie de superproteção que, por seu turno, implica uma certa falta de respeito pela integridade, a natureza intrínseca e o desenvolvimento futuro do indivíduo. [pág. 33]

2

O que a Psicologia Pode Aprender dos Existencialistas

Se estudarmos o existencialismo do ponto de vista de “O que é que nele interessa ao psicólogo?”, encontramos muita coisa que é demasiado vaga e demasiado difícil de entender no plano científico (não confirmável ou desconfirmável). Mas também encontramos muita coisa proveitosa. De um tal ponto de vista, verificamos que não se trata tanto de uma revelação totalmente nova quanto de uma ênfase, confirmação, refinamento e redescoberta de tendências já existentes na “Psicologia da Terceira Força”.

Quanto a mim, a Psicologia Existencial significa, essencialmente, duas ênfases principais. Primeiro, é uma acentuação radical do conceito de identidade e da experiência de identidade como um *sine qua non* da natureza humana e de qualquer filosofia ou ciência da natureza humana. Escolho esse conceito como o básico, em parte porque o compreendo melhor do que termos como essência, existência, ontologia etc.; e, em parte, porque também acho que pode ser trabalhado empiricamente, se não agora, pelo menos em breve.

Mas, então, resulta um paradoxo, pois os psicólogos americanos *também* ficaram impressionados com a busca de identidade. (Allport, Rogers, Goldstein, Fromm, Wheelis, Erikson, Murray, Murphy, Horney, May e outros.) E devo acrescentar que esses autores são muito mais [pág. 35] claros e estão muito mais próximos dos fatos concretos, isto é, são mais empíricos do que, por exemplo, os alemães, Heidegger, Jaspers.

Em segundo lugar, incute grande ênfase a que se parta do conhecimento experimental, e não de sistemas de conceitos ou categorias abstratas ou apriorísticas.

O existencialismo assenta na fenomenologia, isto é, usa a experiência pessoal e subjetiva como fundação sobre a qual o conhecimento abstrato é construído.

Mas houve muitos psicólogos que também partiram dessa mesma ênfase, para não mencionar as várias escolas de psicanalistas.

1. Portanto, a conclusão número 1 é que os filósofos europeus e os psicólogos americanos não estão tão distanciados uns dos outros quanto parece à primeira vista. Nós, americanos, estivemos “fazendo prosa o tempo todo sem saber”. Em parte, é claro, esse desenvolvimento simultâneo em diferentes países é, por si mesmo, uma indicação de que as pessoas que chegaram ou estão chegando independentemente às mesmas conclusões estão respondendo todas a algo real, fora delas próprias.

2. Esse algo real, creio eu, é o colapso total de todas as fontes de valores fora do indivíduo. Muitos existencialistas europeus estão reagindo, em grande parte, à conclusão de Nietzsche de que Deus está morto e talvez ao fato de que Marx também está morto. Os americanos aprenderam que a democracia política e a prosperidade econômica não resolvem, por si sós, qualquer dos problemas em torno dos valores básicos. Não há outro lugar para onde nos voltarmos senão para dentro, para o eu, como local de valores. Paradoxalmente, até alguns existencialistas religiosos concordam em boa parte com essa conclusão.

3. É extremamente importante, para os psicólogos, que os existencialistas possam suprir a Psicologia de uma Filosofia subjacente que lhe falta agora. O positivismo lógico foi um fracasso, especialmente para os psicólogos clínicos e da personalidade. De qualquer modo, os problemas filosóficos básicos certamente serão reabertos para [pág. 36] discussão e talvez os psicólogos deixem de confiar em pseudo-soluções ou em Filosofias inconscientes, não examinadas, que aprenderam quando crianças.

4. Um enunciado alternativo do âmago (para nós, americanos) do existencialismo europeu é que se ocupa, radicalmente, daquela situação humana criada pelo hiato entre as aspirações e as limitações do homem (entre o que o ser humano é, o que ele *gostaria* de ser e o que *poderia* ser). Isso não está tão longe quanto poderá parecer, à primeira vista, do problema de identidade. Uma pessoa é realidade e potencialidade.

Não tenho dúvida alguma, em meu espírito, de que uma preocupação séria com essa discrepância poderia revolucionar a Psicologia. Várias literaturas já apóiam tal conclusão, por exemplo, os testes projetivos, a individuação, as várias experiências culminantes¹ (em que esse hiato é superado), as Psicologias de raiz junguiana, os vários pensadores teológicos etc.

Não só isso, mas também levantam os problemas e técnicas de integração dessa natureza dupla do homem, a inferior e a superior, a sua condição de criatura e a sua sublimação divina. De um modo geral, a maioria das filosofias e religiões, tanto as orientais como as ocidentais, procedeu a uma dicotomia dessa dupla natureza, ensinando que a forma de nos tornarmos “superiores” é renunciando e subjugando “o inferior”. Contudo, os existencialistas nos ensinam que *ambas* são, simultaneamente, características definidoras de uma natureza humana. Nenhuma delas pode ser repudiada; só podem ser integradas.

Mas já conhecemos alguma coisa dessas técnicas de integração — a introvisão (*insight*), o intelecto, na sua mais ampla acepção, o amor, a criatividade, o humor e a tragédia, o jogo, a arte. Desconfio que focalizaremos doravante os nossos estudos nessas técnicas integradoras, mais do que fizemos no passado.

Outra conseqüência para o que penso a respeito dessa ênfase sobre a dupla natureza do homem é a compreensão [pág. 37] de que alguns problemas devem permanecer eternamente insolúveis.

5. Disso decorre, naturalmente, um interesse pelo ser humano ideal, autêntico, perfeito ou de essência divina, um estudo das potencialidades humanas tal como existem *agora*, num certo sentido, como realidade *corrente* cognoscível. Isso pode também soar com um timbre meramente literário, mas não é. Lembro ao leitor que isso é apenas uma maneira diferente de formular as velhas e irrespondidas perguntas: “Quais são as metas da terapia? Da educação? Da criação dos filhos?”

Também implica outra verdade e outro problema que requer atenção urgente. Praticamente, toda e qualquer descrição séria da “pessoa autêntica” existente implica que uma tal pessoa, em virtude daquilo em que se tornou, assume uma nova relação

¹ O Prof. Maslow deu-lhes o nome de *peak-experiences*. Creio que a minha tradução para “experiências culminantes” corresponde fielmente à idéia do Autor. Cf. por exemplo, no capítulo 7: “3. A pessoa nas experiências culminantes sente-se no auge de seus poderes, usando todas as suas capacidades da melhor e da mais completa forma”. (N. do T.)

com a sua sociedade e, de fato, com a sociedade em geral. Ela não só se transcende, de vários modos, como transcende também a sua cultura. A pessoa resiste à enculturação. Torna-se mais desligada da sua cultura e da sua sociedade. Passa a ser um pouco mais um membro da sua espécie e um pouco menos um membro do seu grupo local. O meu pressentimento é que a maioria dos sociólogos e antropólogos terão dificuldade em aceitar isso. Portanto, aguardo confiantemente uma controvérsia nessa área. Mas isso constitui, claramente, uma base para o “universalismo”.

6. Dos autores europeus, podemos e devemos aproveitar a sua maior ênfase sobre o que designam como “Antropologia Filosófica”, isto é, a tentativa de definir o homem, as diferenças entre o homem e quaisquer outras espécies, entre o homem e os objetos, e entre o homem os robôs. Quais são as suas características ímpares e definidoras? O que é tão essencial ao homem que, sem isso, ele não poderia continuar sendo definido como homem?

De um modo geral, essa é uma das tarefas de que a Psicologia americana abdicou. Os vários behaviorismos não geram qualquer definição desse gênero, pelo menos, nenhuma que possa ser tomada a sério (como *seria* um homem E-R? E quem gostaria de ser um deles?). O retrato do homem de Freud era claramente inadequado, deixando [pág. 38] de fora suas aspirações, suas esperanças realizáveis, suas qualidades divinas. O fato de Freud nos ter fornecido os mais completos e abrangentes sistemas de Psicopatologia e Psicoterapia não vem ao caso, como os egopsicólogos contemporâneos estão descobrindo.

7. Alguns filósofos existenciais estão enfatizando de forma demasiado exclusiva a autoformação do eu. Sartre e outros falam do “eu como um projeto”, o qual é inteiramente criado pelas contínuas (e arbitrárias) escolhas da própria pessoa, quase como se ela pudesse fazer-se qualquer coisa que tivesse decidido ser. É claro, numa forma tão extrema, isso será quase certamente uma afirmação exagerada, que é diretamente contraditada pelos fatos da Genética e da Psicologia Constitucional. De fato, não passa de um rematado disparate.

Por outra parte, os freudianos, os terapeutas existenciais, os rogerianos e os psicólogos do crescimento pessoal falam-nos todos mais sobre *descobrir* o eu e sobre terapia de *desvendamento*, e talvez tenham menosprezado os fatores de

vontade, decisão, bem como os processos pelos quais nos *fazemos* a nós próprios, através das nossas opções pessoais.

(Não devemos esquecer, é claro, que ambos esses grupos podem ser considerados superpsicologizantes e subsociologizantes. Quer dizer, não destacam suficientemente, em seu pensamento sistemático, o grande poder das determinantes sociais e ambientais autônomas, de tais forças estranhas ao indivíduo como a pobreza, a exploração, o nacionalismo, a guerra e a estrutura social. Por certo, nenhum psicólogo em seu sã juízo sonharia sequer em *negar* um certo grau de impotência pessoal, perante essas forças. Mas, afinal de contas, a sua obrigação profissional precípua é o estudo da pessoa individual e não de determinantes sociais extrapsíquicas. Do mesmo modo, os psicólogos acham que os sociólogos estão destacando exclusivamente demais as forças sociais e se esquecem da autonomia da personalidade, da vontade, da responsabilidade etc. Seria melhor pensar em ambos os grupos como especialistas, em vez de cegos ou insensatos.)

Em qualquer dos casos, parece como se, *simultaneamente*, nos descobríssemos e desvendássemos e também [pág. 39] decidíssemos sobre o que seremos. Esse choque de opiniões é um problema que pode ser resolvido empiricamente.

8. Não só temos estado a evitar o problema da responsabilidade e da vontade, mas também os seus corolários de força e coragem. Recentemente, os egopsicólogos psicanalíticos despertaram para essa grande variável humana e passaram a dedicar enorme atenção à “força do ego”. Para os behavioristas, isso ainda é um problema intocado.

9. Os psicólogos americanos escutaram o apelo de Allport para a formulação de uma Psicologia Idiográfica, mas não fizeram muita coisa a respeito. Nem mesmo os psicólogos clínicos o fizeram. Temos agora um novo impulso nessa direção pelos fenomenologistas e existencialistas — impulso esse a que será *muito* difícil resistir; na verdade, penso que, teoricamente, será *impossível* resistir-lhe. Se o estudo da singularidade do indivíduo não se ajusta ao que sabemos de ciência, então pior para esse conceito de ciência. Também ele terá de sofrer uma recriação.

10. A fenomenologia tem uma história no pensamento psicológico americano (87), mas, de um modo geral, creio que definiu. Os fenomenologistas europeus,

com as suas demonstrações excruciantemente meticulosas e laboriosas, podem reensinar-nos que a melhor maneira de compreender outro ser humano ou, pelo menos, *uma* maneira necessária para alguns fins, é penetrar na *Wettanschauung* desse ser humano e ser capaz de ver o *seu* mundo, através dos *seus* olhos. É claro, uma tal conclusão é rudimentar, à luz de qualquer Filosofia positivista da ciência.

11. A ênfase existencialista sobre a solidão fundamental do indivíduo é um útil lembrete para nós, não só para uma elaboração mais completa dos conceitos de decisão, ou responsabilidade, de escolha, de formação do eu e autonomia, enfim, o próprio conceito de identidade. Também torna mais problemático e mais fascinante o mistério da comunicação entre solidões, através, de por exemplo, intuição e empatia, amor e altruísmo, identificação [pág. 40] com outros e a homonomia em geral. Consideramos tais coisas axiomáticas. Seria melhor que as considerássemos milagres a serem explicados.

12. Outra preocupação dos autores existencialistas pode ser, creio eu, descrita de maneira muito simples. Trata-se da seriedade e profundidade da existência (ou, talvez, o “sentimento trágico da vida”), em contraste com a vida superficial e frívola, que é uma espécie de existência diminuída, uma defesa contra os problemas fundamentais da vida. Isso não é um mero conceito literário. Tem verdadeiro significado operacional, por exemplo, na psicoterapia. Tenho ficado (como outros) cada vez mais impressionado com o fato da tragédia poder, por vezes, ser terapêutica, e da terapia parecer, com frequência, atuar melhor quando as pessoas são *impelidas* para ela pela dor. É quando a vida frívola não funciona que é posta em dúvida e ocorre então um apelo aos valores fundamentais. A superficialidade tampouco funciona em Psicologia, como os existencialistas estão demonstrando muito claramente.

13. Os existencialistas, a par de muitos outros grupos, estão ajudando a ensinar-nos os limites da racionalidade verbal, analítica e conceptual. Fazem parte do atual retorno à experiência concreta, como anterior a quaisquer conceitos ou abstrações. Isso equivale ao que acredito ser uma justificada crítica a todo o modo de pensar do mundo ocidental no século XX, incluindo a Ciência e a Filosofia positivistas ortodoxas, as quais estão precisando urgentemente de reexame.

14. Possivelmente, a mais importante de todas as mudanças a serem forçadas

pelos fenomenologistas e existencialistas é uma revolução, há muito esperada, na teoria da Ciência. Eu não devia dizer “forjadas”, mas “coadjuvadas”, porque há muitas outras forças ajudando a destruir a Filosofia oficial da Ciência, ou o “cientificismo”. Não é apenas a divisão cartesiana entre sujeito e objeto que precisa ser superada. Há outras mudanças radicais que se tornaram necessárias pela inclusão da psique e da experiência concreta na realidade; e tal mudança afetará não só a Ciência da Psicologia, mas também todas as outras ciências, por exemplo, a parcimônia, a simplicidade, [pág. 41] a precisão, a ordem, a lógica, a elegância, a definição etc., são mais do domínio da abstração do que da experiência.

15. Termino com o estímulo que mais poderosamente me afetou na literatura existencialista, a saber, o problema do tempo futuro em Psicologia. Não que isso, como todos os outros problemas ou influências que mencionei até agora, me fosse totalmente estranho nem, imagino eu, para *qualquer* estudioso sério da teoria da personalidade. Os escritos de Charlotte Buhler, Gordon Allport e Kurt Goldstein também nos devem ter sensibilizado para a necessidade de abordar e sistematizar o papel dinâmico do futuro na personalidade atualmente existente, por exemplo, o crescimento, o devir e a possibilidade apontam, necessariamente, para o futuro; o mesmo pode dizer-se dos conceitos de potencialidade e de expectativa, de desejar e de imaginar; a redução ao concreto é uma perda de futuro; a ameaça e a apreensão apontam para o futuro (sem futuro = sem neurose); a individuação é desprovida de significado sem referência a um futuro correntemente ativo; a vida pode ser uma *gestalt* no tempo etc. etc.

Entretanto, a importância *básica e central* desse problema para os existencialistas tem algo a ensinar-nos, por exemplo, o estudo de Erwin Strauss no volume de Rollo May (110). Acho que é de justiça dizer-se que nenhuma teoria da Psicologia será jamais completa se não incorporar, de forma central, o conceito de que o homem tem o seu futuro dentro dele próprio, dinamicamente ativo neste momento presente. Nesse sentido, o futuro pode ser tratado como a-histórico, no sentido de Kurt Lewin. Também devemos compreender que *somente* o futuro é, em *princípio*, desconhecido e incognoscível, o que significa que todos os hábitos, defesas e mecanismos de resistência são duvidosos e ambíguos, visto que se baseiam na experiência passada. Somente a pessoa flexivelmente criadora pode realmente

dominar o futuro, *unicamente* aquela que é capaz de enfrentar a novidade com confiança e sem medo. Estou convencido de que muito do que chamamos hoje Psicologia consiste no estudo dos artifícios que usamos para evitar a ansiedade da novidade absoluta, fazendo acreditar que o futuro será como o passado. [pág. 42]

Conclusão

Estas considerações corroboram a minha esperança de que estamos testemunhando uma expansão da Psicologia, não o desenvolvimento de um novo “ismo” que possa redundar numa antipsicologia ou uma anticiência.

É possível que o existencialismo não só enriqueça a Psicologia, mas constitua também um impulso adicional no sentido do estabelecimento de outro *ramo* da Psicologia: a Psicologia do Eu autêntico e plenamente desenvolvido, e de seus modos de ser. Sutich sugeriu que se desse a isso o nome de Ontopsicologia.

Sem dúvida, parece cada vez mais evidente que aquilo a que chamamos “normal” em Psicopatologia é, realmente, uma Psicopatologia do indivíduo comum, tão vulgar e tão generalizada que, habitualmente, nem a notamos. O estudo existencialista da pessoa autêntica e da existência autêntica ajuda a colocar esse artificialismo geral, essa existência baseada em ilusões e no medo, sob uma luz crua e forte que revela claramente a sua natureza doentia, ainda que amplamente compartilhada.

Não creio que necessitemos tomar excessivamente a sério o martelar exclusivo dos existencialistas europeus sobre o temor, a angústia, o desespero etc., para os quais o único remédio parece ser a manutenção de uma conduta de altaneira superioridade e estoicismo. Essa lamúria em torno de um alto QI numa escala cósmica ocorre sempre que uma fonte externa de valores deixa de funcionar. Eles deveriam ter aprendido com os psicoterapeutas que a perda de ilusões e a descoberta de identidade, embora dolorosas no começo, podem ser, finalmente, estimulantes e fortalecedoras. E depois, é claro, a ausência de qualquer menção de experiências culminantes, de experiências de júbilo ou êxtase, ou mesmo de felicidade normal, leva à forte suspeita de que esses autores são “não-culminativos”, isto é, pessoas que não experimentam alegria em toda a sua plenitude. É como se pudessem ver apenas

com um olho e esse olho tivesse sua visão deformada. A maioria das pessoas experimenta tragédia e alegria em diversas proporções. Qualquer Filosofia que deixe de fora uma ou [pág. 43] outra não pode ser considerada abrangente.² Colin Wilson (307) distingue claramente entre existencialistas “afirmativos” e existencialistas “negativos”. Quanto a esta distinção, devo concordar completamente com ele. [pág. 44]

² Para uma exposição mais detalhada deste mesmo tema, ver o meu livro *Eupychian Management* (Irwin-Dorsey, 1965), págs. 194-201.

PARTE II

**CRESCIMENTO E
MOTIVAÇÃO**

3

Motivação de Deficiência e Motivação de Crescimento

O conceito de “necessidade básica” pode ser definido em função das perguntas a que responde e das operações que o desvendam (97). A minha interrogação original foi sobre psicopatogênese. “O que é que faz as pessoas neuróticas?” A minha resposta (uma modificação e, penso eu, um progresso em relação à resposta analítica) foi, em resumo, que a neurose parecia ser, em seu núcleo e em seu começo, uma doença de deficiência; que se originava na privação de certas satisfações, a que chamei necessidades, no mesmo sentido em que a água, os aminoácidos e o cálcio são necessidades, isto é, a sua ausência produz doença. A maioria das neuroses envolve, a par de outras determinantes complexas, desejos insatisfeitos de segurança, de filiação e de identificação, de estreitas relações de amor, de respeito e prestígio. Os meus “dados” foram reunidos ao longo de doze anos de trabalho psicoterapêutico e pesquisa, e de vinte anos de estudo da personalidade. Uma óbvia pesquisa de controle (feita ao mesmo tempo e na mesma operação) foi sobre o efeito da terapia de substituição, a qual mostrou, com muitas complexidades, que as doenças tendiam a desaparecer quando essas deficiências eram eliminadas.

Essas conclusões, que hoje, de fato, são compartilhadas pela maioria dos psicólogos clínicos, dos psicoterapeutas e dos psicólogos infantis (muitos deles usariam [pág. 47] uma fraseologia diferente da minha) tornaram mais possível, ano após ano, definir necessidade, de uma forma natural, fácil e espontânea, como uma generalização dos dados experienciais concretos (em vez de, arbitrária e prematuramente, por “decreta”, *antes* da acumulação de conhecimentos e não

subseqüentemente (141), tão-só por uma questão de maior objetividade).

As características de deficiência são, pois, a longo prazo, as seguintes. Ela é uma necessidade básica ou instintóide se

1. a sua ausência gerar doença,
2. a sua presença evitar a doença,
3. a sua restauração curar a doença,
4. em certas situações (muito complexas) de livre escolha, for preferida a outras satisfações pela pessoa privada,
5. for comprovadamente inativa, num baixo nível, ou funcionalmente ausente na pessoa sadia.

Duas características adicionais são subjetivas, a saber, o anseio e desejo consciente ou inconsciente, e a sensação de carência ou deficiência, como de algo que falta, por uma parte, e, por outra, de palatabilidade. (“Isso sabe bem.”)

Uma última palavra sobre definição. Muitos dos problemas que têm flagelado os autores nessa área, quando tentaram definir e delimitar a motivação, são uma conseqüência da demanda exclusiva de critérios comportamentais, externamente observáveis. O critério original de motivação e aquele que ainda é usado por todos os seres humanos, exceto os psicólogos behavioristas, é o subjetivo. Sou motivado quando sinto desejo, ou carência, ou anseio, ou desejo, ou falta. Ainda não foi descoberto qualquer estado objetivamente observável que se correlacione decentemente com essas informações subjetivas, isto é, ainda não foi encontrada uma boa definição comportamental de motivação.

Ora, evidentemente, nós devemos persistir na procura de correlatos ou indicadores objetivos de estados subjetivos. No dia em que descobrirmos um tal indicador público e externo do prazer, da ansiedade ou do desejo, a Psicologia terá avançado um século. Mas, até que o descubramos, não devemos fazer crer que já o conseguimos. Nem devemos [pág. 48] negligenciar os dados subjetivos de que dispomos. É uma pena que não possamos pedir a um rato que nos forneça informações subjetivas. Felizmente, porém, *podemos* pedi-las ao ser humano e não existe razão alguma no mundo que nos impeça de fazê-lo, enquanto não dispusermos de melhor fonte de dados.

Essas necessidades é que constituem, essencialmente, *deficits* no organismo,

por assim dizer, buracos vazios que devem ser preenchidos a bem da saúde e, além disso, devem ser preenchidos de fora por *outros* seres humanos que *não sejam* o próprio sujeito; e é às que eu chamo necessidades por *deficit* ou de deficiência para os fins dessa exposição e para situá-las em contraste com outra e muito diferente espécie de motivação.

Não ocorreria a ninguém pôr em dúvida a afirmação de que “necessitamos” de iodo ou vitamina C. Quero lembrar que a prova de que “necessitamos” de amor é exatamente do mesmo tipo.

Em anos recentes, um número cada vez maior de psicólogos viu-se compelido a postular alguma tendência para o crescimento ou autoperfeição, a fim de suplementar os conceitos de equilíbrio, homeostase, redução de tensão, defesa e outras motivações conservadoras. Isso ocorreu por várias razões.

1. *Psicoterapia*. A pressão no sentido da saúde torna possível a terapia. É um *sine qua non* absoluto. Se não existisse tal tendência, a terapia seria inexplicável, na medida em que vai além da construção de defesas contra a dor e a ansiedade (6, 142, 50, 67).

2. *Soldados com lesões cerebrais*. O trabalho de Goldstein (55) é bem conhecido de todos. Ele considerou necessário inventar o conceito de individuação para explicar a reorganização das capacidades da pessoa, depois da lesão.

3. *Psicanálise*. Alguns analistas, notadamente, Fromm (50) e Horney (67), consideraram impossível compreender até as neuroses, a menos que se postule que elas são uma versão distorcida de um impulso para o crescimento, a perfeição do desenvolvimento, a plena realização das possibilidades da pessoa. [pág. 49]

4. *Criatividade*. Muita luz está sendo projetada sobre a questão geral da criatividade pelo estudo do crescimento de pessoas sadias, especialmente em contraste com pessoas doentes. Em particular, a teoria da arte e da educação artística requer um conceito de crescimento e espontaneidade (179, 180).

5. *Psicologia Infantil*. A observação de crianças mostra-nos cada vez mais claramente que as crianças sadias *comprazem-se* no crescimento e no movimento para diante ou progresso, na aquisição de novas aptidões, capacidades e poderes. Isso está em franca contradição com aquela versão da teoria freudiana que concebe

cada criança como se ela se atarrasse desesperadamente a cada ajustamento que realiza e a cada estado de repouso ou equilíbrio. Segundo essa teoria, a criança relutante e conservadora tem que ser continuamente espicaçada para cima, desalojando-a do seu confortável e preferido estado de repouso para jogá-la numa nova e aterradora situação.

Conquanto essa concepção freudiana seja continuamente confirmada pelos clínicos, ela é predominantemente verdadeira no caso de crianças inseguras e assustadas; e, se bem que seja parcialmente verdadeira para todos os seres humanos, ela é substancialmente *inverídica* no caso de crianças sadias, felizes e seguras. Nessas crianças, observamos claramente uma ânsia de crescer, de amadurecer, de abandonar o velho ajustamento como algo imprestável e gasto, como um velho par de sapatos. Vemos nelas, com especial clareza, não só a avidez de novas aptidões, mas também o mais óbvio prazer em desfrutá-las repetidamente, aquilo a que Karl Buhler (24) chamou *Funktionslust* [prazer de função.]

Para os autores nesses vários grupos, notadamente, Fromm (50), Horney (67), Jung (73), C. Buhler (22), Angyal (6), Rogers (143) e G. Allport (2), Schachtel (147) e Lynd (92), e, recentemente, alguns psicólogos católicos (9, 128), crescimento, autonomia, auto-atualização, individuação, autodesenvolvimento, produtividade, auto-realização, são todos sinônimos, de uma forma rudimentar, designando mais uma área vagamente percebida do que um conceito nitidamente definido. Na minha opinião, *não é* possível definir atualmente essa área em termos precisos. [pág. 50] Tampouco é desejável fazê-lo, visto que uma definição que não surge fácil e naturalmente de fatos bem conhecidos é mais suscetível de inibir e destorcer do que de ajudar, porquanto é bem provável que esteja errada ou equivocada se tiver sido estabelecida por um ato de vontade, em bases apriorísticas. Simplesmente, ainda não sabemos o bastante sobre crescimento para podermos defini-lo bem.

O seu significado pode ser mais *indicado* do que definido, em parte assinalando positivamente e em parte contrastando negativamente, isto é, indicando o que *não é*. Por exemplo, não é o mesmo que equilíbrio, homeostase, redução de tensão etc.

A sua necessidade apresentou-se aos seus proponentes, em parte, por causa da insatisfação decorrente do fato de certos fenômenos recém-observados não serem,

simplesmente, cobertos pelas teorias existentes; e, em parte, pela necessidade positiva de teorias e conceitos que servissem melhor aos novos sistemas humanistas de valor que estavam surgindo do colapso dos antigos sistemas de valor.

Contudo, esse tratamento atual deriva, em grande parte, de um estudo direto de indivíduos psicologicamente sadios. Esse estudo foi empreendido não só por razões de interesse pessoal e intrínseco, mas também para fornecer uma base mais sólida à teoria da terapia, da patologia e, portanto, de valores. As verdadeiras metas da educação, do adestramento familiar, da psicoterapia e do desenvolvimento do eu só podem ser descobertas, segundo me parece, por meio desse ataque direto. O produto final do crescimento nos ensina muito sobre os processos de crescimento. Num livro recente (97), descrevi o que era aprendido através desse estudo e, além disso, teorizei muito livremente sobre várias conseqüências possíveis, para a Psicologia Geral, desse gênero de estudo direto dos seres humanos bons, em vez de maus, de pessoas sadias, em vez de doentes, do positivo assim como do negativo. (Devo advertir que os dados só podem ser considerados idôneos quando o estudo for repetido por outrem. As possibilidades de projeção são muito concretas num tal estudo e, é claro, têm poucas probabilidades de ser percebidas pelo próprio investigador.) Quero agora examinar algumas das diferenças cuja existência observei entre a vida motivacional de pessoas sadias e outras, isto é, pessoas motivadas [pág. 51] por necessidades de crescimento, em contraste com as que são motivadas pelas necessidades básicas.

No que diz respeito ao *status* motivacional, as pessoas sadias satisfizeram suficientemente as suas necessidades básicas de segurança, filiação, amor, respeito e amor-próprio, de modo que são primordialmente motivadas pelas tendências para a individuação (definida como o processo de realização de potenciais, capacidades e talentos, como realização plena de missão (ou vocação, destino, apelo), como um conhecimento mais completo e a aceitação da própria natureza intrínseca da pessoa, como uma tendência incessante para a unidade, a integração ou sinergia, dentro da própria pessoa).

A essa definição genérica seria muito preferível uma definição de caráter descritivo e operacional, que por mim já foi publicada (97). Essas pessoas sadias são aí definidas mediante a descrição de suas características clinicamente observadas.

São elas:

1. Percepção superior da realidade.
2. Aceitação crescente do eu, dos outros e da natureza.
3. Espontaneidade crescente.
4. Aumento de concentração no problema.
5. Crescente distanciamento e desejo de intimidade.
6. Crescente autonomia e resistência à enculturação.
7. Maior originalidade de apreciação e riqueza de reação emocional.
8. Maior frequência de experiências culminantes.
9. Maior identificação com a espécie humana.
10. Relações interpessoais mudadas (o clínico diria, neste caso, melhoradas).
11. Estrutura de caráter mais democrática.
12. Grande aumento de criatividade.
13. Certas mudanças no sistema de valores.

Além disso, também descrevemos neste livro as limitações impostas à definição por inevitáveis deficiências na amostragem e na acessibilidade dos dados.

Uma grande dificuldade nessa concepção, tal como foi apresentada até agora, consiste no seu caráter algo estático. A individuação, dado que a tenho estudado sobretudo em pessoas mais velhas, tende a ser vista como um estado final ou último de coisas, uma meta distante, em vez de um processo dinâmico e ativo durante a vida inteira, Ser em vez de Vir a Ser. [pág. 52]

Se definirmos o crescimento como os vários processos que levam a pessoa no sentido da sua individuação final, então isso ajusta-se melhor ao fato observado que se está desenrolando o tempo *todo*, na biografia do indivíduo. Também desencoraja a concepção gradativa, saltante, de *tudo* ou nada, da progressão motivacional para a individuação, em que as necessidades básicas são completamente satisfeitas, uma por uma, antes de surgir na consciência a necessidade seguinte e mais elevada. Assim, o crescimento é visto não só como a satisfação progressiva de necessidades básicas, até ao ponto em que elas “desaparecem”, mas também na forma de motivações específicas do crescimento, além e acima dessas necessidades básicas, por exemplo, talentos, capacidades, tendências criadoras, potencialidades constitucionais. Dessa maneira, somos também ajudados a compreender que

necessidades básicas e individuação não se contradizem entre si mais do que a infância e a maturidade. Uma pessoa transita de uma para a outra e a primeira é condição prévia e necessária da segunda.

A diferenciação entre essas necessidades de crescimento e as necessidades básicas, que iremos explorar aqui, é uma consequência da percepção clínica de diferenças qualitativas entre a vida motivacional dos que conquistaram a sua própria autonomia ou individuação e das outras pessoas. Essas diferenças, abaixo enumeradas, são razoavelmente, ainda que não perfeitamente, descritas pelos nomes de necessidades por deficiências e necessidades de crescimento. É claro que nem todas as necessidades fisiológicas são *deficits*, por exemplo, sexo, eliminação, sono e repouso.

Em qualquer dos casos, a vida psicológica da pessoa, em muitos dos seus aspectos, é vivida de forma diferente quando ela é propensa à satisfação das necessidades de deficiência e quando é dominada pelo crescimento, ou “metamotivada”, ou motivada pelo crescimento ou pela necessidade de individuação. As seguintes diferenças deixam isso bem claro.

1. Atitude em Relação ao Impulso: Rejeição de Impulso e Aceitação de Impulso

Praticamente, todas as teorias históricas e contemporâneas de motivação se unem na consideração das necessidades, [pág. 53] impulsos e estados motivadores, em geral, como importunos, irritantes, indesejáveis, desagradáveis, enfim, como algo de que nos devemos livrar. O comportamento motivado, a procura de metas, as respostas consumatórias, são técnicas para reduzir esses tipos de desconforto. Essa atitude é assumida, de maneira muito explícita, em numerosas descrições amplamente usadas da motivação como redução de necessidade, redução de tensão, redução de impulso e redução de ansiedade.

Tal abordagem é compreensível na Psicologia Animal e no Behaviorismo, que se baseia tão substancialmente no trabalho com animais. É possível que os animais tenham *unicamente* necessidades por deficiência. Se assim é ou não, temos tratado os animais, em todo o caso, *como se* assim fosse, a bem da objetividade. Um objeto-meta tem de ser algo fora do organismo animal, para que possamos medir o esforço despendido pelo animal na realização desse objetivo.

Também é compreensível que a Psicologia Freudiana tenha sido erguida sobre a mesma atitude em relação à motivação, ou seja, que os impulsos são perigosos e devem ser combatidos. No fim de contas, essa Psicologia baseia-se, toda ela, na experiência com pessoas doentes, pessoas que, de fato, sofrem de más experiências com as suas necessidades, e com as suas satisfações e frustrações. Não admira, pois, que essas pessoas temam ou odeiem até os seus impulsos que lhes causaram tais perturbações e que elas manipulam tão mal; e que uma forma usual de manipulação seja a repressão.

Essa degradação do desejo e da necessidade tem sido, é claro, um tema constante ao longo da história da Filosofia, Teologia e Psicologia. Os estóicos, a maioria dos hedonistas, praticamente todos os teólogos, muitos filósofos políticos e a maior parte dos teorizadores econômicos uniram-se na afirmação do fato de que o bem, ou felicidade, ou prazer, é essencialmente a consequência da melhoria desse desagradável estado de coisas de carência, de desejo, de necessidade.

Para dizê-lo da maneira mais sucinta possível, todas essas pessoas acham que o desejo ou impulso é um inconveniente ou mesmo uma ameaça; e, portanto, tentarão livrar-se dela, negá-lo ou evitá-lo. [pág. 54]

Essa asserção é, por vezes, uma explicação exata do caso. As necessidades fisiológicas, as necessidades de segurança, amor, respeito, informação, constituem, de fato, com frequência, inconvenientes para muitas pessoas, fatores de perturbação psíquica e geradores de problemas, especialmente para aquelas que tiveram experiências mal sucedidas na tentativa de satisfazê-las e para aquelas que não podem contar agora com a sua satisfação.

Contudo, mesmo no caso dessas deficiências, as alegações não sublinham adequadamente o que se passa: podemos aceitar e desfrutar as nossas necessidades e acolhê-las na consciência se a) a experiência passada com elas foi satisfatória e b) se podemos contar com a satisfação presente e futura. Por exemplo, se uma pessoa sentiu, em geral, prazer em comer e se dispõe agora de boa comida, o surgimento de apetite na consciência é bem recebido, em vez de ser temido. (“O inconveniente de comer é que mata o meu apetite.”) Algo do mesmo gênero é verdadeiro no tocante à sede, ao sono, ao sexo, às necessidades de dependência e às necessidades de amor. Contudo, uma refutação muito mais poderosa da teoria da “necessidade-é-um-

inconveniente” é encontrada na consciência emergente da motivação de crescimento (individuação) e na preocupação com esta.

A multidão de motivos idiossincrásicos que é abrangida pela designação geral de “individuação” dificilmente pode ser enumerada, visto que cada pessoa tem diferentes talentos, capacidades e potencialidades. Mas algumas características são gerais para todas elas. E uma é que esses impulsos são desejados e bem acolhidos, são desfrutáveis e agradáveis, a pessoa prefere mais do que menos desses impulsos e, se acaso constituem tensões, são tensões *agradáveis*. Usualmente, o criador acolhe favoravelmente os seus impulsos criadores; a pessoa talentosa gosta de usar e expandir os seus talentos.

É simplesmente inexato falar, nesses casos, de redução de tensão, subentendendo com isso que a pessoa se desenvencilha de um estado incômodo. Pois esses estados não são, em absoluto, incômodos.

2. Efeitos Diferenciais da Satisfação

Quase sempre associada às atitudes negativas em relação à necessidade está a concepção de que a finalidade [pág. 55] primordial do organismo é livrar-se da necessidade incômoda e, por conseguinte, lograr uma cessação de tensão, um equilíbrio, uma homeostase, uma aquietação, um estado de repouso, uma ausência de dor.

O impulso ou necessidade pressiona no sentido da sua própria eliminação. O seu único esforço é para a cessação, para a sua própria extinção, para um estado de inexistência. Levado ao seu extremo lógico, vamos acabar no instinto de morte de Freud.

Angyal, Goldstein, G. Allport, C. Buhler, Schachtel e outros criticaram com eficácia essa posição essencialmente circular. Se a vida motivacional consiste, em sua essência, numa remoção defensiva de tensões irritantes e se o único produto final da redução de tensão é um estado de expectativa passiva de que surjam mais irritações indesejáveis que, por seu turno, terão de ser dissipadas, então como é que ocorrem mudanças, como se dá o desenvolvimento, ou movimento, ou se define uma direção? Por que é que as pessoas melhoram ou se aperfeiçoam ou progridem? Como ficam mais experientes ou mais criteriosas? O que significa o gosto pela vida?

Charlotte Buhler (22) sublinhou que a teoria da homeostase é diferente da teoria do repouso. Esta última teoria fala, simplesmente, de remoção de tensão, o que implica que a tensão zero é a melhor. Homeostase significa chegar, não a zero, mas a um nível ótimo. Isso quer dizer por vezes, redução da tensão, outras vezes aumento da tensão, por exemplo, a pressão sanguínea pode ser excessivamente baixa ou excessivamente elevada.

Num caso ou noutro, a falta de direção constante durante o período de vida é óbvia. Em ambos os casos, o crescimento da personalidade, os aumentos em sabedoria, individuação, fortalecimento do caráter e o planejamento da nossa própria vida não estão nem podem ser explicados. Algum vector a longo prazo ou tendência direcional terá de ser invocado para dar sentido ao desenvolvimento durante todo o tempo de vida (72).

Essa teoria deve ser abandonada como uma descrição inadequada até da própria motivação por deficiência. O que está faltando, neste caso, é a conscientização do princípio dinâmico que conjuga e relaciona entre si todos esses distintos episódios motivacionais. As diferentes necessidades [pág. 56] básicas estão mutuamente relacionadas numa ordem hierárquica, de tal modo que a satisfação de uma necessidade e sua conseqüente remoção do centro do palco provocam não um estado de repouso ou de apatia estóica, mas, antes, o aparecimento na consciência de outra necessidade “mais alta”; a carência e o desejo continuam, mas em nível “superior”. Assim, a teoria de “retorno ao repouso” não é adequada nem mesmo para a motivação por deficiência.

Contudo, quando examinamos pessoas que são predominantemente motivadas para o crescimento, a concepção motivacional de “retorno ao repouso” torna-se completamente inútil. Em tais pessoas, a satisfação gera uma crescente, não decrescente, motivação, uma excitação intensificada, não atenuada. Os apetites são intensificados. Avolumam-se e, em vez de querer cada vez menos, a pessoa quer cada vez mais, por exemplo, educação. Em vez de chegar a um estado de repouso, a pessoa torna-se mais ativa. O apetite de crescimento é estimulado pela satisfação, não aliviado. O crescimento é, em *si mesmo*, um processo compensador e excitante, por exemplo, a realização de anseios e ambições, como ser um bom médico; a aquisição de aptidões admiradas, como tocar violino ou ser um bom carpinteiro; o

recrudescimento constante da compreensão sobre outras pessoas ou sobre o universo, ou sobre nós próprios; o desenvolvimento da criatividade em qualquer campo ou, mais importante ainda, a simples ambição de ser um bom ser humano?

Wertheimer (1922) salientou há muito tempo outro aspecto dessa mesma diferenciação, ao afirmar, num aparente paradoxo, que a atividade para a realização de autênticos objetivos cobre menos de 10% do seu tempo. A atividade pode ser desfrutada intrinsecamente (a atividade pela atividade) ou então só tem valor porque constitui um instrumento para gerar uma satisfação desejada. Neste último caso, perde o seu valor e deixa de ser agradável quando não consegue ser eficiente ou bem sucedida. Mais frequentemente, *não é motivo de prazer algum*, visto que só o objetivo é saboreado. Isso é semelhante àquela atitude em relação à vida que a aprecia menos pelo que ela é o pelo que nos oferece do que pelo fato de, no fim dela, irmos para o Céu. A observação em que se baseia essa generalização é que as pessoas dotadas de capacidade; [pág. 57] de individuação desfrutam a vida em geral e, praticamente, em todos os seus aspectos, enquanto que as outras pessoas gozam apenas de momentos dispersos de triunfo, de realização ou de clímax ou experiências culminantes.

Em parte, essa validade intrínseca da existência provém da natureza inerentemente agradável do crescimento e do ser crescido. Mas também promana da capacidade das pessoas sadias para transformarem a atividade-meio em experiência-fim, de modo que até a atividade instrumental é desfrutada como se fosse uma atividade final (97). A motivação do crescimento pode ter um caráter a longo prazo. A maioria do tempo de vida poderá estar envolvida em tornarmo-nos bons psicólogos ou bons artistas. Todas as teorias de equilíbrio, ou homeostase, ou repouso, tratam apenas de episódios a curto prazo, cada um dos quais nada tem a ver com os outros. Allport, em particular, sublinhou esse ponto. Traçar planos e pensar no futuro, acentuou ele, fazem parte da substância central ou da natureza humana sadia. Concorda Allport (2) que “os motivos de *déficit* requerem, de fato, a redução de tensão e a restauração do equilíbrio. Os motivos de crescimento, por outro lado, mantêm a tensão no interesse de objetivos distantes e frequentemente inatingíveis. Como tal, eles fazem distinção entre o devir animal e o devir humano, e entre o devir infantil e o do adulto”.

3. Efeitos Clínicos e Personológicos da Satisfação

As satisfações da necessidade por *déficit* e as satisfações da necessidade de crescimento têm efeitos subjetivos e objetivos diferenciais sobre a personalidade. Se me permitem enunciar o que pretendo dizer aqui de uma forma generalizada, os termos são os seguintes: a satisfação de deficiências evita a doença; as satisfações do crescimento produzem a saúde positiva. Devo reconhecer que, no presente, isso será difícil de fixar para fins de pesquisa. Entretanto, existe uma verdadeira diferença *clínica* entre rechaçar ameaças ou ataques e o triunfo e a realização positivos; entre proteger, defender e preservar o eu e esforçar-se por atingir a plena realização, a excitação e a ampliação do eu. Tentei expressar isso como um contraste entre viver plenamente e a *preparação* para viver plenamente, entre crescer e ser crescido. Outro contraste [pág. 58] que usei (94, capítulo 10) foi entre mecanismos de defesa (para eliminar a dor) e mecanismos de interação (para triunfar e superar as dificuldades).

4. Diferentes Espécies de Prazer

Erich Fromm (50) realizou um interessante e importante esforço para distinguir os prazeres superiores dos inferiores, como fizeram tantos antes dele. Isso é uma necessidade crucial para romper caminho através da relatividade ética subjetiva e é um requisito prévio para uma teoria científica de valores.

Fromm distingue o prazer de escassez do prazer de abundância, o prazer “inferior” da saciação de uma necessidade do prazer “superior” de produção, criação e desenvolvimento da introversão. A saciedade, o relaxamento e a perda de tensão que se segue à saciação de deficiência podem, na melhor das hipóteses, ser denominados “alívio”, em contraste com o *Funktionslust*, o êxtase, a serenidade, que uma pessoa experimenta quando funciona facilmente, perfeitamente e no auge de seus poderes — por assim dizer, em “superprise” (ver o capítulo 7).

O “alívio”, dependendo tão fortemente de algo que desaparece, tem maiores probabilidades de desaparecer. Deve ser menos estável, menos duradouro, menos constante do que o prazer que acompanha o crescimento, o qual pode continuar se desenrolando para sempre.

5. *Estados-Metas Atingíveis (Episódicos) e Inatingíveis*

A satisfação da necessidade por deficiência tende a ser episódica e ascendente. O mais freqüente esquema, neste caso, começa com um estado instigador e motivador que desencadeia o comportamento motivado, destinado a realizar um estado-meta que, aumentando gradual e constantemente em desejo e excitação, atinge finalmente um pico, num momento de sucesso e consumação. Desse pico, a curva de desejo, excitação e prazer cai rapidamente para um platô de sereno alívio de tensão e falta de motivação.

Esse esquema, embora não seja universalmente aplicável, contrasta acentuadamente, em todo o caso, com a situação de motivação de crescimento, porquanto, neste caso, caracteristicamente, não existe clímax ou consumação, [pág. 59] nenhum momento orgástico, nenhum estado final, nem sequer uma meta, se esta for definida em termos de clímax. Pelo contrário, o crescimento é um desenvolvimento contínuo, mais ou menos em constante progressão. Quanto mais se obtém, mais se quer, de modo que essa espécie de carência é interminável e nunca pode ser atingida ou satisfeita.

Por essa razão é que a separação usual entre instigação, comportamento em função de um objetivo, o objeto-meta e o efeito concomitante se decompõe completamente. O comportamento é, em si mesmo, o objetivo; e diferenciar a meta do crescimento da instigação para o crescimento é impossível. Uma e outra são, de fato, a mesma coisa.

6. *Metas da Espécie e Metas Idiossincrásicas*

As necessidades deficitárias são compartilhadas por todos os membros da espécie humana e, em certa medida, também por outras espécies. A individuação é idiossincrásica, visto que as pessoas são todas diferentes umas das outras. Os *deficits*, isto é, os requisitos da espécie, devem ser ordinariamente satisfeitos, de maneira razoável, antes da individualidade real poder desenvolver-se plenamente.

Assim como todas as árvores precisam de sol, água e alimento do ambiente, também todas as pessoas necessitam de segurança, amor e *status* em *seu* próprio meio. Contudo, em ambos os casos, isso é justamente onde o verdadeiro

desenvolvimento da individualidade pode começar, pois uma vez saciadas essas necessidades elementares de toda a espécie cada árvore e cada pessoa passa a desenvolver-se em seu estilo próprio, singularmente, usando essas necessidades para os seus fins particulares. Num sentido muito significativo, o desenvolvimento torna-se, pois, mais determinado de dentro para fora do que de fora para dentro.

7. Dependência e Independência do Ambiente

— As necessidades de segurança, filiação, relações de amor e respeito só podem ser satisfeitas por outras pessoas, isto é, somente de fora da pessoa. Isso significa uma considerável dependência do ambiente. De uma pessoa nessa [pág. 60] posição dependente não se pode dizer, realmente, que se governa a si mesma ou que exerce o controle do seu próprio destino. Ela *deve* estar vinculada às fontes de suprimento das satisfações necessárias. Os desejos, caprichos, regras e leis dessas fontes governam a pessoa e têm de ser apaziguados, para que ela não ponha em risco as suas fontes de abastecimento. Em certa medida, ela *deve* ser “alterdirigida” e *deve* ser sensível à aprovação, afeição e boa-vontade de outras pessoas. Isso é o mesmo que dizer que ela deve adaptar-se e ajustar-se, sendo flexível e receptiva, e modificando-se para se harmonizar à situação externa. *Ela* é a variável dependente; o ambiente é a variável fixa, independente.

Por isso é que o homem motivado pela deficiência deve temer mais o seu ambiente, visto que existe sempre a possibilidade de que o ambiente não o ajude ou o desaponte. Sabemos agora que esse tipo de dependência ansiosa também gera hostilidade. Tudo isso se soma numa ausência de liberdade, dependendo, mais ou menos, da boa ou má fortuna do indivíduo.

Em contraste, o indivíduo capaz de individuação, aquele que, por definição, satisfaz as suas necessidades básicas, é muito menos dependente, está muito menos vinculado, é muito mais autônomo e egodirigido. Longe de precisar de outras pessoas, o indivíduo motivado para o crescimento pode, realmente, ser embaraçado por elas. Já descrevi (97) a sua predileção especial pela vida íntima, pelo distanciamento e pela meditação (ver também o capítulo 13).

Essas pessoas tornam-se muito mais auto-suficientes e senhoras de si. As determinantes que as governam são agora, primordialmente, de natureza interna, em

vez de sociais ou ambientais. Elas são as leis de sua própria natureza íntima, de suas potencialidades e capacidades, seus talentos, seus recursos latentes, seus impulsos criadores, suas necessidades de se conhecerem a si próprias e de se tornarem cada vez mais integradas e unificadas, cada vez mais cômicas do que realmente são, do que realmente querem, da natureza de sua vocação ou destino.

Como dependem menos de outras pessoas, são menos ambivalentes a respeito delas, menos ansiosas e menos hostis, necessitando menos de seu apreço e afeição. Estão [pág. 61] menos ansiosas pela obtenção de honras, prestígio e recompensas.

A autonomia ou relativa independência do ambiente também significa a independência relativa de circunstâncias externas adversas, como os azares, os reveses, tragédia, tensão e privação. Como Allport sublinhou, a noção do ser humano como essencialmente reativo, o homem E-R, poderíamos chamá-lo, que é posto em movimento por estímulos externos, torna-se completamente ridículo e insustentável para as pessoas com capacidade de individuação. As fontes de *suas* ações são mais internas do que reativas. Essa *relativa* independência do mundo externo e de seus desejos e pressões não significa, é claro, falta de intercurso com esse mesmo mundo ou de respeito pelo seu “caráter exigente”. Significa apenas que, nesses contatos, os desejos e planos da pessoa individuacionante são os fatores determinantes primordiais, em vez das tensões do meio. A isso chamei liberdade psicológica, em contraste com a liberdade geográfica.

O contraste expressivo de Allport (2) entre determinação “oportunista” e determinação “propriada”^{*} do comportamento corresponde estreitamente à nossa oposição exoterodeterminada e intradeterminada. Também nos recorda a concordância uniforme entre os teóricos biológicos ao considerarem a crescente autonomia e independência dos estímulos ambientais como sendo *as* características definidoras da individualidade total, da verdadeira liberdade, do processo evolucionário em seu todo (156).

* Segundo Allport, *proprie* (propriado) é tudo o que pertence ao *proprium*. aqueles aspectos da personalidade (eu, ego) que, coletivamente, formam a individualidade e a unidade interna peculiares de um ser humano. Foi ainda Allport quem criou o termo *proprie* para caracterizar um padrão de comportamento em que a pessoa procura lograr os objetivos do seu próprio eu em desenvolvimento, sem esperar a intervenção de circunstâncias ou *oportunidades* externas, mas, pelo contrário, criando as condições favoráveis aos seus próprios fins. (N. do T.)

8. *Relações Interpessoais Interessadas e Desinteressadas*

Em essência, o homem *deficit*-motivado é muito mais dependente de outras pessoas do que o homem que é predominantemente motivado para o crescimento. Ele é mais “interessado”, mais necessitado, mais vinculado, mais desejoso. [pág. 62]

Essa dependência dá cor e fixa os limites às relações interpessoais. Ver as pessoas, primordialmente, como saciadoras de necessidades ou como fontes de abastecimento é um ato abstrativo. Elas são vistas não como todos, como indivíduos complicados e singulares, mas, antes, do ponto de vista da utilidade. O que nelas não está relacionado com as necessidades do percebedor ou é inteiramente negligenciado ou então irrita, entedia ou ameaça. Isso equipara-se às nossas relações com vacas, cavalos e ovelhas, assim como com motoristas de táxi, criados, carregadores, policiais ou outros a quem *usamos*.

A percepção totalmente desinteressada, isenta de desejo, objetiva e holística de outro ser humano só se torna possível quando nada se precisa dele, quando *ele* não é necessário. A percepção idiográfica, estética, da pessoa toda é muito mais viável para as pessoas individuacionantes (ou em momentos de individuação); e, além disso, a aprovação, a admiração e o amor baseiam-se menos na gratidão pela utilidade e mais nas qualidades objetivas e intrínsecas da pessoa percebida. Ela é admirada mais por qualidades objetivamente admiráveis do que por causa de lisonjas ou elogios. Ela é amada mais porque é digna de amor do que por dar amor. Isso é o que será analisado mais adiante como amor desinteressado, por exemplo, por Abraham Lincoln.

Uma característica das relações “interessadas” e supridoras de necessidade com outras pessoas é que, em grande parte, essas pessoas supridoras de necessidade são intermutáveis. Como, por exemplo, a moça adolescente necessita de admiração *per se*, pouca diferença faz, portanto, quem fornece essa admiração; um supridor de admiração é tão bom quanto qualquer outro. O mesmo ocorre com o supridor de amor ou o supridor de segurança.

A percepção desinteressada, não-premiada, inútil, sem desejo, do outro como ser único, independente, um fim-em-si — por outras palavras, como pessoa e não como instrumento — é tanto mais difícil quanto mais o percebedor estiver ávido por satisfazer o *deficit*. Uma Psicologia interpessoal de “teto alto”, isto é, uma

compreensão do desenvolvimento mais elevado possível das relações humanas, não pode basear-se na teoria deficitária da motivação. [pág. 63]

9. Egocentrismo e Egotranscendência.

Deparamos cora um difícil paradoxo quando tentamos descrever a complexa atitude em relação ao eu ou ego da pessoa orientada para o crescimento e a individuação. É justamente essa pessoa, em quem o vigor do ego está no auge, aquela que mais facilmente esquece ou transcende o ego, a que pode ser mais centrada no problema, mais desprendida do ego, mais espontânea em suas atividades, mais homônoma, para usar o termo de Angyal (6). Em tais pessoas, a absorção em perceber, em fazer, em fruir e em criar, pode ser muito completa, muito integrada e muito pura.

Essa capacidade para centrar-se no mundo em vez de ser autoconsciente, egocêntrica e orientada para a satisfação, torna-se tanto mais difícil quanto mais *deficits* de necessidades a pessoa tem. Quanto mais motivada para o crescimento a pessoa for, mais centrada no problema poderá ser, e, quanto mais deixar para trás a consciência de si própria, mais envolvida estará com o mundo objetivo.

10. Psicoterapia Interpessoal e Psicologia Intrapessoal

Uma característica principal das pessoas que recorrem à psicoterapia é uma antiga e (ou) presente deficiência de satisfação de uma necessidade básica. A neurose pode ser considerada uma doença de deficiência. Sendo assim, uma necessidade básica de cura fornece o que estava faltando ou possibilita que o doente o faça por si mesmo. Como esses suprimentos provêm de outras pessoas, a terapia comum *deve* ser interpessoal.

Mas esse fato foi erroneamente generalizado, de uma forma excessiva. É certo que as pessoas cujas necessidades por deficiência foram satisfeitas e são, primordialmente, motivadas para o crescimento, de maneira nenhuma estão isentas de conflito, infelicidade, confusão e angústia. Em tais momentos, elas também são passíveis de procurar ajuda e poderão muito bem recorrer à terapia interpessoal. Contudo, não será prudente esquecer que, freqüentemente, os problemas e conflitos da pessoa motivada para o crescimento são resolvidos por ela própria, recolhendo-se

à meditação, isto é, analisando-se e perscrutando o seu íntimo, em vez de procurar a ajuda de outrem. Mesmo em [pág. 64] princípio, muitas das tarefas da individuação são largamente intrapessoais, como a elaboração de planos, a descoberta do eu, a seleção de potencialidades a desenvolver, a construção de uma perspectiva geral da vida.

Na teoria do aperfeiçoamento da personalidade, um lugar deve ser reservado para o auto-aperfeiçoamento e a auto-análise, para a contemplação e a meditação sobre o eu. Nas fases subseqüentes do crescimento, a pessoa está essencialmente só e pode confiar unicamente em si mesma. A esse aperfeiçoamento de uma pessoa que já está bem chamou Oswald Schwarz (151) psicogogia. Se a psicoterapia faz das pessoas doentes não-doentes e remove os sintomas, então a psicogogia começa onde a terapia -parou e faz das não-doentes pessoas sadias. Fiquei interessado ao notar em Rogers (142) que a terapia bem sucedida elevava o “score” médio dos pacientes na Escola de Maturidade de Willoughby do 25.º para o 50.º percentil. Quem o elevará depois para o 75.º percentil? Ou para o 100.º? E não será possível que necessitemos de novos princípios e novas técnicas para fazer isso?

11. Aprendizagem Instrumental e Mudança de Personalidade

A chamada teoria de aprendizagem, nos Estados Unidos, baseou-se, quase inteiramente, na motivação por *deficit* com objetivos usualmente externos ao organismo, isto é, aprender a melhor maneira de satisfazer uma necessidade. Por essa razão, entre outras, a nossa Psicologia da Aprendizagem é um corpo limitado de conhecimento, útil apenas em pequenas áreas da vida e de real interesse unicamente para outros “teóricos da aprendizagem”.

Isso ajuda pouco na resolução do problema do crescimento e da individuação. Aqui, as técnicas de aquisição repetida, do mundo exterior, das satisfações de deficiências motivacionais são muito menos precisas. A aprendizagem associativa e as canalizações cedem lugar à aprendizagem perceptual (123), ao aumento de compreensão e introvisão, ao conhecimento do eu e ao crescimento firme e constante da personalidade, isto é, sinergia, integração e coesão interna aumentadas. A mudança passa a ser menos uma aquisição de hábitos ou associações, uma a uma, e muito [pág. 65] mais uma transformação total da pessoa total, isto é, uma nova

pessoa em vez da mesma pessoa com alguns hábitos adicionados, como se fossem novos bens externos.

Essa espécie de aprendizagem de mudança de caráter significa mudar um organismo holístico, muito complexo e altamente integrado, o que significa, por seu turno, que muitos impactos não provocarão mudança alguma, visto que um número cada vez maior de tais impactos será rejeitado, à medida que a pessoa se torna mais estável e mais autônoma.

As mais importantes experiências de aprendizagem que me foram relatadas pelos meus sujeitos eram, com muita freqüência, experiências singulares da vida, como tragédias, mortes, traumas, conversões e súbitas introvisões, as quais impuseram uma mudança na perspectiva da vida da pessoa e, por conseguinte, em tudo o que ela fazia. (É claro, a chamada “elaboração” da tragédia ou da introvisão ocorreu num período mais longo de tempo, mas tampouco isso é, primordialmente, uma questão de aprendizagem associativa.)

Na medida em que o crescimento consiste em despojar-se de inibições e limitações, permitindo à pessoa “ser ela própria”, emitir comportamento — por assim dizer, “radiantemente” — em vez de repeti-lo, permitir à sua natureza íntima que se expresse, nessa medida, repetimos, o comportamento das pessoas que se realizam a si próprias e alcançam a sua própria individuação é não-aprendido, criado e libertado, em vez de adquirido, é expressivo e não interatuante. (97, pág. 180.)

12. Percepção Motivada pela Deficiência e Motivada pelo Crescimento

O que talvez resulte ser a mais importante diferença de todas é a maior proximidade das pessoas *deficit-satisfeitas* do domínio próprio do Ser (163). Os psicólogos ainda não foram capazes, até agora, de reivindicar essa vaga jurisdição dos filósofos, essa área tenuemente vislumbrada, mas que, não obstante, tem uma base indiscutível na realidade. Mas talvez se torne agora viável, através do estudo do indivíduo auto-realizador, ter os olhos abertos para toda a espécie de introvisões básicas, velhas para os filósofos, mas novas para nós. [pág. 66]

Por exemplo, penso que o nosso entendimento da percepção e, portanto, do mundo percebido, será muito alterado e ampliado se estudarmos cuidadosamente a distinção entre percepção interessada na necessidade e percepção desinteressada na

necessidade ou isenta de desejos. Dado que esta última é muito mais concreta e menos abstrata e seletiva, é possível a tal pessoa ver mais claramente a natureza intrínseca do objeto da percepção. Além disso, ela também pode perceber simultaneamente os opostos, as dicotomias, as polaridades, as contradições e os incompatíveis (97, pág. 232). É como se as pessoas menos desenvolvidas vivessem num mundo aristotélico em que as classes e conceitos têm fronteiras nítidas e são mutuamente exclusivas e incompatíveis, por exemplo, macho-fêmea, egoísta-altruista, adulto-criança, generoso-cruel, bom-mau. A é A e tudo o mais é não-A, na lógica aristotélica, e os dois nunca se encontrarão. Mas as pessoas individuacionantes vêem o fato de que A e não-A se interpenetram e são um, de que qualquer pessoa é, simultaneamente, boa e má, adulto e criança, macho e fêmea. Não se pode colocar uma pessoa toda num contínuo, apenas um aspecto extraído de uma pessoa. Os todos não são comparáveis.

Podemos não estar cômnicos disso quando *percebemos* de um modo determinado pela necessidade. Mas certamente estamos cômnicos disso quando *somos percebidos* dessa maneira, por exemplo, simplesmente como um supridor de dinheiro, um supridor de alimento, um supridor de segurança, alguém de quem se pode depender, ou como um criado ou outro servidor anônimo ou objeto-meio. Quando isso acontece, não gostamos. Queremos ser tomados por nós próprios, ser aceitos como indivíduos completos e totais. Não nos agrada sermos percebidos como objetos úteis ou instrumentos. Desagrada-nos ser “usados”.

Visto que, habitualmente, as pessoas individuacionantes não têm que extrair qualidades gratificadoras de necessidades nem ver as pessoas como instrumentos, é muito mais possível para aquelas adotar uma atitude não-avaliatória, não-judicativa, não-interferente e não-condenatória em relação a outras, uma “consciência sem escolha” (85) e isenta de desejos. Isso permite uma percepção e compreensão mais clara e mais penetrante do que “aí está”. É a espécie de percepção despreendida e desafetada [pág. 67] que se supõe que os cirurgiões e terapeutas tentam manter e que as pessoas individuacionantes alcançam *sem* se esforçar por isso.

Especialmente quando a estrutura da pessoa ou objeto visto é difícil, sutil e não óbvia, essa diferença no estilo da percepção é de suma importância. É então, sobretudo, que o percebedor deve ter respeito pela natureza do objeto. A percepção

deve ser então sutil, delicada; não deve ser importuna nem insistente; deve estar apta a ajustar-se passivamente à natureza das coisas, tal como a água penetra docemente nas fendas do solo. *Não* deve ser a espécie de percepção motivada pela necessidade que *molda* as coisas de uma forma tempestuosa, violenta, exploradora e deliberada, à maneira de um açougueiro talhando uma carcaça.

O modo mais eficiente de perceber a natureza intrínseca do mundo é ser mais receptivo do que ativo, determinado, tanto quanto possível, pela organização intrínseca do que é percebido e o menos possível pela natureza do percebedor. Essa espécie de consciência desprendida, tauísta, passiva e não-interferente de todos os aspectos simultaneamente existentes do concreto tem muito em comum com algumas descrições da experiência estética e da experiência mística. A tônica é a mesma. Vemos, de fato, o mundo real e concreto ou vemos o nosso próprio sistema de rubricas, motivos, expectativas e abstrações que projetamos no mundo real? Ou, em palavras mais claras ainda, vemos ou somos cegos?

13. Amor Interessado e Amor Desinteressado

A necessidade de amor, tal como é usualmente estudada, por exemplo, por Bowlby (17), Spitz (159) e Levy (91), é uma necessidade de *deficit*. É um buraco que tem de se encher, um vazio em que se despeja o amor. Se essa necessidade curativa não estiver ao alcance do indivíduo, resultará uma grave patologia; se *estiver* acessível no momento certo, nas quantidades certas e no estilo apropriado, então a patologia será evitada. Estados intermédios de patologia e saúde acompanham os estados intermédios de frustração e saciação. Se a patologia não for muito severa e for percebida suficientemente cedo, a terapia de substituição pode curar. Isso quer dizer que a doença, a “fome de amor”, pode ser curada, em certos [pág. 68] casos, suprimindo a deficiência patológica. A fome de amor é uma doença de deficiência, como a carência de sal ou as avitaminoses.

A pessoa sadia, não tendo essa deficiência, não precisa receber amor, salvo em pequenas e regulares doses de manutenção, e pode até passar sem elas durante razoáveis períodos de tempo. Mas se a motivação é inteiramente uma questão de satisfação de *deficits* e, portanto, de eliminação de necessidades, então ocorre uma contradição. A satisfação da necessidade deveria causar o seu desaparecimento, o

que significa que as pessoas que mantêm satisfatórias relações de amor seriam, precisamente, as *menos* suscetíveis de dar e receber amor! Mas o estudo clínico de pessoas mais sadias, que foram saciadas em sua necessidade de amor, mostram que, embora precisem menos de *receber* amor, são as mais suscetíveis de *dar* amor. Nesse sentido, são pessoas *mais* amantes.

Esta conclusão expõe, só por si, a limitação da teoria comum de motivação (centrada na necessidade por deficiência) e indica a necessidade de uma teoria de “meta-motivação” (ou teoria de motivação de crescimento ou de individuação) (260, 261).

Já descrevi de forma preliminar (9Y) a dinâmica contrastante do S-amor (amor pelo Ser de uma outra pessoa, amor desinteressado, amor altruísta) e do D-amor (amor-deficiência, necessidade de amor, amor egoísta). Neste ponto, desejo apenas usar esses dois grupos contrastantes de pessoas para exemplificar e ilustrar algumas das generalizações acima formuladas.

1. O S-amor é acolhido na consciência e completamente fruído. Visto que é não-possessivo, e mais admirador do que exigente, não causa perturbações e, praticamente, é sempre uma fonte de prazer.

2. Nunca pode ser saciado; pode ser interminavelmente fruído. Usualmente, em vez de desaparecer, cresce e avoluma-se. É intrinsecamente agradável. É mais um fim do que um meio.

3. A experiência de S-amor é freqüentemente descrita como idêntica à experiência estética ou à experiência mística e tendo os mesmos efeitos. (Ver os capítulos 6 e 7 sobre “Experiências Culminantes”. Ver também a Referência 104.)

[pág. 69]

4. Os efeitos terapêuticos e psicogógicos da experiência de S-amor são muito profundos e generalizados. Semelhantes são os efeitos caracterológicos do amor relativamente puro de uma mãe sadia pelo seu bebê, ou o amor perfeito do seu Deus que alguns místicos descreveram (69, 36).

5. Sem sombra de dúvida, o S-amor é uma experiência subjetiva mais rica, “superior”, mais valiosa, do que o D-amor (que todos os S-amantes também experimentaram previamente). Essa experiência também é relatada pelos meus outros sujeitos mais velhos e mais comuns, muitos dos quais experimentam

simultaneamente ambas as espécies de amor em diversas combinações.

6. O D-amor *pode* ser satisfeito. O conceito de “satisfação” dificilmente se aplica ao amor-admiração por outra pessoa digna de admiração e digna de amor.

7. No S-amor há um mínimo de ansiedade-hostilidade. Para todos os fins humanos práticos, podemos considerar até que está ausente. *Pode* haver, é claro, ansiedade-pelo-outro. No D-amor, entretanto, devemos esperar sempre um certo grau de ansiedade-hostilidade.

8. Os S-amantes são mais independentes um do outro, mais autônomos, menos ciumentos ou ameaçados, menos exigentes, mais individuais, mais desinteressados, mas, simultaneamente, também mais pressurosos em ajudar o outro no sentido da individuação, mais orgulhosos de seus triunfos, mais altruístas, generosos e estimulantes.

9. O S-amor torna possível uma percepção mais verdadeira e mais penetrante do outro. É uma reação, como já enfatizei (97, pág. 257), que tem tanto de cognitiva quanto de emocional-volitiva. Isso é tão impressionante e tem sido tão freqüentemente validado pela experiência subsequente de outras pessoas que, longe de aceitar o lugar-comum trivial de que o amor cega as pessoas, tornei-me cada vez mais propenso a pensar que a verdade é precisamente o *oposto*, isto é, que o não-amor nos cega.

10. Finalmente, posso dizer que o S-amor, num sentido profundo, mas demonstrável, cria o parceiro. Dá-lhe uma imagem e uma aceitação do próprio eu, um sentimento de dignidade no amor, o que lhe permite crescer. A verdadeira questão é se o pleno desenvolvimento do ser humano é possível sem ele. [pág. 70]

4

Defesa e Crescimento

Este capítulo representa um esforço para ser um pouco mais sistemático na área da teoria do crescimento. Pois desde que aceitemos a noção de crescimento, surgem muitas questões de pormenor. Como é que o crescimento ocorre? Por que é que as crianças se desenvolvem ou não se desenvolvem? Como é que sabem em que direção crescer? Como é que se desviam na direção da patologia?

Afinal de contas, os conceitos de individuação, crescimento e eu são abstrações de alto nível. Temos de nos aproximar muito mais dos processos reais, dos dados em bruto, dos acontecimentos concretos da existência.

Existem objetivos remotos. Os bebês e as crianças que crescem sadiamente não vivem em função de objetivos remotos ou de um futuro distante; estão demasiado ocupados em divertir-se e em viver espontaneamente para o momento. Estão *vivendo*, não *preparando-se* para viver. Como é que conseguem apenas ser, espontaneamente, não se *esforçando* por crescer, procurando apenas desfrutar a atividade presente e, no entanto, avançar, seguir em frente passo a passo? Isto é, crescer de uma forma saudável? Descobrir os seus eus reais? Como podemos reconciliar os fatos de Ser com os fatos de Devir? O crescimento não é, no caso puro, um objetivo adiante, nem é individuação ou descoberta do Eu. Na criança, não tem um propósito específico; apenas acontece. Ela descobre mais do que busca. As leis da motivação de deficiência e de esforço deliberado não valem para o crescimento, a espontaneidade e a criatividade. [pág. 71]

O perigo com uma Psicologia pura do Ser é que pode tender para ser estática, não explicando os fatos do movimento, direção e crescimento. Somos propensos a descrever estados de Ser, de individuação, como se fossem estados nirvânicos de

perfeição. Uma vez que aí estamos, aí ficamos, e parece como se tudo o que um indivíduo poderá fazer é repousar, contente, na perfeição.

A resposta que acho satisfatória é muito simples, a saber: o crescimento ocorre quando o seguinte passo em frente é subjetivamente mais agradável, mais feliz, mais intrinsecamente satisfatório do que a satisfação anterior com que já nos familiarizamos e é, inclusive, motivo de tédio; a única maneira de que dispomos para saber o que está bem para nós é optando por aquilo que, subjetivamente, nos agrada mais do que qualquer alternativa. A nova experiência valida-se *a si própria* e não por qualquer critério exterior. É autojustificante e autovalidante.

Não o fazemos porque é bom para nós ou porque os psicólogos aprovam, ou porque alguém nos pediu, ou porque nos fará viver mais tempo, ou porque é bom para a espécie, ou porque trará recompensas externas, ou porque é lógico. Fazemo-lo pela mesma razão porque escolhemos uma sobremesa em vez de outra. Já descrevi isso como um mecanismo básico para enamorar-se ou para escolher um amigo, isto é, beijar uma pessoa dá mais prazer do que beijar outra, ser amigo de *a* é subjetivamente mais satisfatório do que ser amigo de *b*.

Assim, aprendemos em que somos bons, o que realmente nos agrada ou desagradar, quais são os nossos gostos, juízos e capacidades. Numa palavra, é essa a maneira pela qual descobrimos o Eu e respondemos às interrogações básicas: Quem sou? O que sou?

As iniciativas e as escolhas são empreendidas por pura espontaneidade, de dentro para fora. A criança sadia, apenas como Ser, como *parte* do seu Ser, é aleatória e espontaneamente curiosa, exploratória, maravilhada e interessada. Mesmo quando é espontânea, não-deliberada, não-interatante, expressiva, não motivada por qualquer deficiência do tipo comum, a sua tendência será para exercitar os seus poderes, esforçar-se por alcançar alguma coisa, deixar-se absorver e fascinar, mostrar-se interessada, jogar e representar, querer saber, explorar, manipular o [pág. 72] mundo. *Explorar, manipular, experimentar, interessar-se, escolher, deliciar-se, gozar*, podem ser considerados atributos do puro Ser e, no entanto, levam ao Vir a Ser, embora de um modo acidental, fortuito, imprevisto e não-programado. A experiência espontânea e criadora pode acontecer (e acontece)

sem expectativas, planos, previsões, deliberação ou meta.¹ Só quando a criança se sacia, quando fica entediada, é que está pronta para se voltar para outros prazeres, talvez “mais elevados”.

Surgem então as perguntas inevitáveis: O que é que retém a criança? O que impede o seu desenvolvimento? Onde se localiza o conflito? Qual é a alternativa para o progresso? Por que é tão árduo e penoso para algumas progredir? Aqui, devemos nos tornar mais plenamente conscientes do poder regressivo e fixador das necessidades por deficiência que não foram satisfeitas, dos atrativos da segurança, das funções de defesa e proteção contra a dor, o medo, a perda e a ameaça, da necessidade de coragem para seguir adiante.

Todo o ser humano tem dentro de si *ambos* os conjuntos de forças. Um conjunto apega-se à segurança e à defensiva por medo, tendendo a regredir, a aferrar-se ao passado, *receoso* de se desenvolver longe da comunicação primitiva com o útero e o seio maternos, *receoso* de correr riscos, *receoso* de pôr em perigo o que já possui, *receoso* de independência, liberdade e separação. O outro conjunto de forças impele-o para a totalidade do Eu e a singularidade do Eu, para o funcionamento pleno de todas as suas capacidades, para a confiança em face do mundo externo, ao mesmo tempo que pode aceitar o seu mais profundo, real e inconsciente Eu.

Posso reunir tudo isso num esquema que, embora muito simples, também é muito poderoso, tanto heurística como teoricamente. Esse dilema ou conflito básico entre as forças defensivas e as tendências de crescimento é por mim concebido como existencial, imbuído na mais profunda [pág. 73] natureza do ser humano, agora e para sempre no futuro. O seu diagrama é este:

Segurança ← PESSOA → Crescimento

Então, podemos classificar muito simplesmente os vários mecanismos de crescimento de uma forma nada complicada, na medida em que

¹ “Mas, paradoxalmente, a experiência artística não pode ser efetivamente *usada* para este fim ou qualquer outro. Deve ser uma atividade sem propósito determinado, até onde entendemos o significado de “propósito”. Só pode ser uma experiência em *ser* — ser um organismo humano que faz o que deve fazer e o que tem o privilégio de fazer — experimentando a vida intensa e totalmente, consumindo energia e criando beleza no seu próprio estilo — e a maior sensibilidade, integridade, eficiência e sensação de bem-estar são subprodutos” (179, pág. 213).

- a. Promovem os vectores do crescimento, por exemplo, tornam o crescimento mais atraente e gerador de prazer.
- b. Minimizam os temores do crescimento.
- c. Minimizam os vectores de segurança, isto é, tornam esses vectores menos atraentes.
- d. Elevam ao máximo os temores de segurança, defesa, patologia e regressão.

Podemos então adicionar ao nosso esquema básico estes quatro conjuntos de valências:

Promover os perigos

Promover os atrativos

Segurança ← PESSOA → Crescimento

Minimizar os atrativos

Minimizar os perigos

Portanto, podemos considerar o processo de crescimento sadio uma série interminável de situações de livre escolha, com que cada indivíduo se defronta a todo o instante, ao longo da vida, quando deve escolher entre os prazeres da segurança e do crescimento, dependência e independência, regressão e progressão, imaturidade e maturidade. A segurança tem suas angústias e seus prazeres; o crescimento tem suas angústias e seus prazeres. Progredimos quando os prazeres do crescimento e a ansiedade da segurança são maiores do que a ansiedade do crescimento e os prazeres da segurança.

Até aqui, isso soa a truísmo. Mas não o é para os psicólogos que se esforçam, acima de tudo, por ser objetivos, públicos e behavioristas. E foram necessários muitos experimentos com animais e muita teorização para convencer os estudiosos da motivação animal de que devem recorrer ao que P. T. Young (185) chamou um fator [pág. 74] hedonista, além e acima da redução da necessidade, para explicar os resultados até agora obtidos na experimentação de livre escolha. Por exemplo, a sacarina é redutora de necessidade, sob qualquer forma; e, entretanto, os ratos brancos preferirão a água pura e simples. O seu gosto (inútil) *deve* ter algo a ver com isso.

Observe-se, além disso, que o prazer subjetivo na experiência é algo que podemos atribuir a *qualquer* organismo; por exemplo, tanto se aplica à criança como

ao adulto, tanto ao animal como ao ser humano.

A possibilidade que assim se nos abre é muito sedutora para o teórico. Talvez todos esses conceitos de alto nível — Eu, Crescimento, Individuação e Saúde Psicológica — possam ser reunidos no mesmo sistema de explicação, em conjunto com os experimentos sobre apetite em animais, as observações de livre escolha na alimentação do bebê e nas decisões vocacionais, e os fecundos estudos de homeostase (27).

É claro, essa formulação do crescimento através do prazer também nos vincula à necessária postulação de que o que sabe bem também é, no sentido de crescimento, “melhor” para nós. Fundamo-nos aqui na crença de que, se a livre escolha é *realmente* livre e se quem escolhe não está demasiado doente ou assustado para escolher, escolherá sensatamente, numa direção saudável e progressiva, na maioria das vezes.

Para esse postulado já existe considerável apoio experimental, mas, na sua maioria, é em nível animal e impõe-se a necessidade de pesquisas mais detalhadas sobre livre escolha, mas com seres humanos. Devemos conhecer muito mais sobre as razões por que se fazem escolhas ruins e insensatas, ao nível constitucional e ao nível psicodinâmico.

Existe outra razão pela qual o meu lado sistematizador gosta dessa noção de crescimento através do prazer. É porque acho possível, assim, conjugá-la perfeitamente com a teoria dinâmica, com todos as teorias dinâmicas de Freud, Adler, Jung, Schachtel, Horney, Fromm, Burrow, Reich e Rank, assim como com as teorias de Rogers, Buhler, Combs, Angyal, Allport, Goldstein, Murray, Moustakas, Perls, Bugental, Assagioli, Frankl, Jourard, May, White e outros. [pág. 75]

Eu critico os freudianos clássicos pela sua tendência (no caso extremo) para patologizar tudo e por não ver com suficiente clareza as possibilidades de desenvolvimento sadio no ser humano, e verem tudo através de lentes sombrias. Mas a escola do crescimento (no caso extremo) é igualmente vulnerável, pois é propensa a ver tudo através de lentes cor-de-rosa e, geralmente, contorna os problemas de patologia, de fraqueza, de *fracasso* no desenvolvimento. Uma é como uma teologia onde o mal inexistente por completo e, portanto, é igualmente incorreta e irrealista.

Uma relação adicional entre segurança e crescimento deve ser especialmente

mencionada. Segundo parece, o crescimento tem lugar, habitualmente, através de pequenos passos e cada passo em frente só é possível mediante a sensação de se estar seguro, de se operar em campo desconhecido a partir de uma base de apoio onde se pode regressar em segurança, de se avançar com audácia porque a retirada é possível. Podemos usar como paradigma a criança pequena que esboça os primeiros passos e se aventura a penetrar em terrenos estranhos, longe do colo da mãe. Caracteristicamente, a criança agarra-se primeiro à mãe, enquanto explora o quarto com os olhos. Depois, atreve-se a fazer uma pequena excursão, certificando-se continuamente de que a mãe-segurança está intacta. Essas excursões tornam-se cada vez mais extensas. Dessa maneira, a criança pode explorar um mundo perigoso e desconhecido. Se, de súbito, a mãe desaparecesse, a criança ver-se-ia jogada na angústia, deixaria de estar interessada em explorar o mundo, desejaria unicamente regressar à segurança e poderia até perder as suas aptidões, por exemplo, em vez de se atrever a andar, talvez voltasse a engatinhar.

Creio que podemos generalizar sem perigo esse exemplo. A segurança garantida permite que surjam necessidades e impulsos e que o seu domínio se consolide gradualmente. Pôr a segurança em perigo significa regressão às fundações mais básicas. O que isso quer dizer é que, na escolha entre renunciar à segurança ou renunciar ao desenvolvimento, a segurança usualmente levará a melhor. As necessidades de segurança são prepotentes sobre as necessidades do crescimento. Isso significa uma expansão da nossa fórmula básica. Em geral, somente uma [pág. 76] criança que se sente segura se atreve a progredir saudavelmente. As suas necessidades de segurança devem ser satisfeitas. Ma não pode ser *empurrada* para diante, porque as necessidades de segurança insatisfeitas permanecerão para sempre subjacentes, exigindo sempre a sua satisfação. Quanto mais necessidades de segurança forem satisfeitas, menos valência elas têm para a criança, menos lhe acenarão e reduzem a sua coragem.

Ora, como poderemos saber quando uma criança se sente bastante segura para se atrever a escolher o novo passo em frente? Em última análise, a única forma como poderemos sabê-lo é pelas *suas* próprias escolhas; por outras palavras, somente *ela* pode realmente saber o momento certo em que as forças que lhe acenam adiante são superiores às que lhe acenam atrás, e a coragem suplanta o medo.

Fundamentalmente, a pessoa, mesmo a criança, tem de escolher por si mesma. Ninguém pode fazer a escolha por ela com demasiada frequência, pois isso debilita-a, reduz a sua autoconfiança e desorienta a sua *capacidade* de percepção do seu próprio prazer interno na experiência, dos seus *próprios* impulsos, juízos e sentimentos, assim como de diferenciá-los dos padrões interiorizados dos outros.²
[pág. 77]

Assim sendo, se a própria criança deve, finalmente, realizar a escolha pela qual o seu crescimento se processa, se unicamente pode conhecer a sua experiência de prazer subjetivo, então como podemos reconciliar essa necessidade fundamental de confiança no mais íntimo do indivíduo com a necessidade de ajuda do meio circundante? Pois ele precisa de ajuda. Sem ajuda, ficará assustado demais para se

² “A partir do momento em que o embrulho está nas suas mãos, a criança sente-se livre para fazer o que quiser com ele. Abre-o, especula sobre o que é, reconhece o que é, expressa felicidade ou desapontamento, observa a disposição do conteúdo, descobre o folheto de instruções, sente o contato do aço, avalia os diferentes pesos das peças e o seu número etc. Faz tudo isso antes de ter tentado construir alguma coisa com o jogo. Depois, vem a excitação de montar algo. Pode ser apenas casar uma peça com outra. Por conseguinte, sozinha, ela adquire uma sensação de ter feito alguma coisa, de poder fazer alguma coisa e de que não é impotente para lidar com esse artigo. Seja qual for o padrão que se desenvolva subsequente, quer os seus interesses se ampliem à utilização total do jogo e, portanto, no sentido da aquisição de um sentimento de realização cada vez maior, quer decida pô-lo completamente de lado, o seu contato inicial com o jogo de armar foi significativo.

“Os resultados da experimentação ativa podem ser resumidos, aproximadamente, da seguinte maneira. Há um envolvimento físico, emocional e intelectual do eu; há um reconhecimento e exploração das próprias capacidades; há um começo de atividade ou de criatividade; há descoberta da cadência e ritmo pessoais e o pressuposto de que a tarefa é compatível com as próprias aptidões, em qualquer momento dado, o que inclui a evitação de querer fazer demais; há uma aquisição de proficiência, que pode ser aplicada a outros empreendimentos; e há uma oportunidade, cada vez que se tem parte ativa em alguma coisa, por menor que seja, de se apurar cada vez mais em que é que se está interessado.

“A situação acima pode ser contrastada com outra em que a pessoa que leva para casa o jogo de armar diz à criança:

“— Aqui está um jogo de armar, deixa que eu abro para você.”

“A pessoa assim faz e, depois, aponta para todas as coisas que estão dentro da caixa, o folheto de instruções, as várias peças etc. E, para cúmulo, resolve montar um dos modelos mais complicados, digamos, um guindaste. A criança pode estar muito interessada no que viu estar sendo feito, mas localizemos um aspecto do que esteve realmente acontecendo. A criança não teve oportunidade alguma de se sentir envolvida no jogo de armar, com o seu corpo, a sua inteligência ou os seus sentimentos; não teve oportunidade alguma de enfrentar-se com algo que é novo para ela, de comprovar o que é capaz de fazer ou de adquirir uma orientação adicional sobre os seus interesses. A construção de um guindaste pode ter acarretado outro fator. Pode ter deixado na criança uma exigência implícita de realizar outro tanto, sem que tivesse tido uma oportunidade para se preparar para uma tão complicada tarefa. A meta passa a ser o objeto, em vez da experiência envolvida no processo de se atingir o objetivo. Além disso, tudo o que possa realizar subsequente por si mesma parecerá pequeno e mesquinho, comparado com o que foi feito para ela por outra pessoa. Nada foi somado à sua experiência total que a habilite a enfrentar algo novo da próxima vez. Por outras palavras, ela não cresceu de dentro para fora, mas, pelo contrário, algo lhe foi sobreposto de fora para dentro... Cada fragmento de experimentação ativa é uma oportunidade para descobrir de que é que gosta ou o que lhe desagrada e, cada vez mais, o que quer fazer de si própria e por si própria. Isso constitui uma parte essencial do seu avanço para a fase de maturidade de ego-orientação” (186, pág. 179).

atrever. Como podemos ajudá-lo a avançar? Igualmente importante, como poderemos pôr em risco o seu desenvolvimento?

O oposto da experiência subjetiva de prazer (confiança em si próprio), no que diz respeito à criança, é a opinião de outras pessoas (amor, respeito, aprovação, admiração, recompensa de outros, confiar mais em outros do que em si próprio). Como os outros são tão importantes e vitais para o bebê impotente e para a criança, o meio de perdê-los (como supridores de segurança, alimento, amor, respeito etc.) é um perigo aterrador e primacial. Portanto, a criança, diante da difícil escolha entre as suas próprias experiências deleitosas e a experiência de aprovação por outros, deve geralmente optar pela aprovação por outros e, depois, manipular o seu prazer pela repressão ou deixando-o morrer, ou ignorando-o, ou controlando-o pela força de vontade. De um modo geral, desenvolver-se-á simultaneamente uma desaprovação da experiência deleitosa, ou um sentimento de vergonha, de embaraço e de [pág. 78] dissimulação a seu respeito, que redundará, finalmente, na incapacidade até de experimentá-la de novo.³

Assim, a escolha primacial, a encruzilhada na estrada, é entre o eu dos outros e

³ “Como é possível perder um eu? A insídia, desconhecida e inimaginável, começa com a nossa secreta morte psíquica na infância — se e quando não somos amados e somos separados dos nossos desejos espontâneos. (Pensamento: O que resta?) Mas espere — a vítima poderia até “esquecer” isso com o tempo — mas é um perfeito crime duplo, em que ela se liquida e a liquidam a ela — não é apenas esse simples assassinato de uma psique. Isso poderia ser cancelado, o minúsculo eu também participa, gradual e inadvertidamente. O indivíduo não foi aceito por si mesmo, *tal como é*. “Oh, eles “amam-no”, mas querem-no, ou forçam-no, ou esperem dele que seja diferente! Portanto, *ele deve ser inaceitável*. Ele próprio aprende a acreditar nisso e, finalmente, até o aceita como ponto assente. Verdadeiramente, ele renunciou a si mesmo. Agora, não interessa se lhes obedece ou não, se se obstina, revolta ou retrai — o seu comportamento, o seu desempenho, é tudo o que importa. O seu centro de gravidade está “neles”, não nele próprio — entretanto, se ao notá-lo pensasse nisso, acharia bastante natural. E a coisa é toda ela inteiramente plausível; tudo invisível, automático e anônimo!

“Isso é o perfeito paradoxo. Tudo parece normal; não houve intenção de crime; não há cadáver, não há culpa. Tudo o que podemos ver é o Sol nascer e morrer como de costume. Mas o que sucedeu? Ele foi rejeitado, não só por eles, mas por ele próprio. (Realmente, ele está sem eu.) O que foi que perdeu? Apenas a única parte verdadeira e vital de si mesmo: o seu próprio sentimento de afirmação, que é a sua própria capacidade de desenvolvimento, o seu sistema fundamental, as suas raízes. Mas, ai dele, não está morto. A “vida” continua e ele também deve continuar. A partir do momento em que renunciou a si mesmo e na medida em que o faz, ele decide, inconscientemente, criar e manter um pseudo-eu. Mas isso é apenas um expediente: um “eu” sem desejos. Este será amado (ou temido), quando é desprezado; será forte, quando é fraco; simulará ações (oh, mas são caricaturas!), não por diversão ou alegria, mas por uma questão de sobrevivência; não apenas porque quer mover-se, mas porque tem de obedecer. Essa necessidade não é vida — não a sua vida — é um mecanismo de defesa contra a morte. É também a máquina da morte. Doravante, ele será despedaçado por *necessidades* compulsivas (inconscientes) ou derrubado por conflitos (inconscientes) que o paralisam, cada movimento e cada instante neutralizando o seu ser, a sua integridade; e, durante todo esse tempo, ele está disfarçado de pessoa normal e todos esperam que ele se comporte como tal!

“Numa palavra, vejo que nos *tornamos* neuróticos ao criar ou defender um pseudo-eu, um sistema de eu; e somos neuróticos na medida em que carecemos de eu” (7, pág. 3).

o eu próprio. Se a única maneira de manter o eu é perder os outros, então a criança comum renunciará ao eu. Isso é verdade pela razão já mencionada, a de que a segurança é uma necessidade básica para as crianças e uma das mais prepotentes, de longe mais primordialmente necessária do que a independência e a individuação. Se os adultos a forçam a essa escolha — escolher entre a perda de uma necessidade vital (inferior e mais forte) ou outra necessidade vital (superior e mais fraca) — a criança deve escolher a segurança, mesmo à custa de renunciar ao eu e o desenvolvimento.

(Em princípio, não há a necessidade de forçar a criança a fazer tal escolha. As pessoas, simplesmente, *fazem-no* [pág. 79] com freqüência, por causa de suas próprias enfermidades e de sua própria ignorância. Sabemos que não é necessário porque temos bastantes exemplos de crianças a quem são oferecidos todos esses bens, simultaneamente, sem nenhum preço vital, isto é, que podem ter segurança e amor e também respeito.)

Neste ponto, podemos aprender importantes lições da situação terapêutica, da situação educativa criadora, da educação artística criadora, e acredito que também da educação através da dança criadora. Assim, quando a situação é estabelecida, diversamente, como tolerante, admirativa, elogiosa, receptiva, segura, gratificante, tranqüilizadora, sustentadora, livre de ameaças, não-judicativa e não-comparativa, isto é, quando a pessoa pode sentir-se completamente segura e livre de ameaças, então torna-se possível para ela elaborar e expressar toda a espécie de prazeres menores, por exemplo, hostilidade e dependência neurótica. Quando a catarse foi suficiente, a pessoa tende então, espontaneamente, para outros prazeres que os estranhos perceberão serem “superiores” ou estarem no rumo de desenvolvimento, como o amor e a criatividade, e que ela própria preferirá aos prazeres anteriores, uma vez que experimentou uns e outros. (Pouca diferença faz, freqüentemente, que espécie de teoria explícita é sustentada pelo terapeuta, o professor etc. O terapeuta realmente bom, que tenha abraçado uma teoria freudiana pessimista, *atua* como se o desenvolvimento fosse possível. O professor realmente bom, que adota, verbalmente, um quadro completamente róseo e otimista da natureza humana, *implicará* no ensino que ministra uma completa compreensão e um total respeito pelas forças regressivas e defensivas. Também é possível ter uma filosofia

maravilhosamente realista e abrangente, e negá-la na prática, na terapia, no ensino ou na paternidade. Somente aquele que respeita o medo e a defesa pode ensinar; somente aquele que respeita a saúde pode fazer terapia.)

Parte do paradoxo, nessa situação, está em que, de um modo muito concreto, até a “má” escolha é “boa para” o escolhedor neurótico ou, pelo menos, compreensível e mesmo necessária, nos termos da sua própria dinâmica. Sabemos que extirpar um sintoma neurótico funcional pela força, ou por um confronto ou interpretação demasiado [pág. 80] diretos, ou por uma situação de tensão que derrube as defesas da pessoa contra uma introversão insuportavelmente dolorosa, pode despedaçar completamente essa pessoa. Isso nos envolve na questão do *ritmo* de crescimento. E, uma vez mais, o bom pai, terapeuta ou educador *faz* como se entendesse que a gentileza, a ternura, o respeito pelo medo, a compreensão do caráter natural das forças defensivas e regressivas, são necessários, se não se quiser que o crescimento pareça um perigo esmagador, em vez de uma perspectiva deliciosa. Ele deixa entrever que compreende que o desenvolvimento só pode ser uma decorrência da segurança. Ele *sente* que, se as defesas de uma pessoa são muito rígidas, isso deve ser por uma boa razão; e está disposto a ser paciente e compreensivo, ainda que conheça o rumo que a criança “deveria” seguir.

Encaradas do ponto de vista dinâmico, *todas* as escolhas, em última instância, são, de fato, sábias — desde que aceitemos duas espécies de sabedoria: a sabedoria da segurança e a sabedoria do desenvolvimento. (Ver o capítulo 12, para uma análise de um terceiro tipo de “sabedoria”: a regressão sadia.) Uma conduta defensiva pode ser tão sábia quanto uma audaciosa; depende da própria pessoa, do seu *status* e da situação particular em que ela tem de escolher. A escolha de segurança é sábia quando evita uma situação dolorosa que pode ser mais do que a pessoa é capaz de suportar no momento. Se desejamos que ela se desenvolva (por sabermos que a escolha sistemática de segurança acabará, a longo prazo, por levá-la à catástrofe e lhe cortará possibilidades que ela própria desfrutaria com prazer, se pudesse saboreá-las), então tudo o que podemos fazer é ajudá-la, se pedir que a ajudem a sair do sofrimento, ou então, simultaneamente, permitir-lhe que se sinta segura e instigá-la a *tentar* a nova experiência, como a mãe cujos braços abertos convidam o bebê a tentar caminhar até ela. Não podemos *forçar* a pessoa a progredir, apenas podemos

instigá-la a que o faça, criar mais possibilidades para ela, confiando em que o simples fato dela aceitar uma nova experiência fará com que ela a prefira a outras já conhecidas. *Somente* ela pode preferir; ninguém pode preferir por ela. Se a [pág. 81] nova experiência tiver que fazer parte dela, é *ela* que deve gostar disso e não outrem. Se não gostar, devemos elegantemente aceitar que essa experiência não lhe era adequada, nesse momento.

Isso significa que a criança doente deve ser tão respeitada quanto a sadia, no que diz respeito ao processo de crescimento. Só quando os seus temores são aceitos respeitosamente, ela é capaz de se atrever a ser corajosa. Devemos compreender que as forças sombrias são tão “normais” quanto as forças de crescimento.

Isso é uma tarefa delicada, porquanto implica, simultaneamente, que sabemos o que é melhor para a criança (visto que a instigamos a avançar numa direção que escolhemos) e também que só ela sabe o que, a longo prazo, é melhor para ela própria. Devemos estar preparados não só para estimular o seu progresso, mas também para respeitar a retirada, a fim de sarar suas próprias feridas, recuperar forças, examinar toda a situação de uma posição segura ou até regressar a um domínio anterior ou um prazer “inferior”, para que a coragem necessária possa ser recuperada e o avanço reiniciado.

E é aqui que intervém de novo a ajuda de outra pessoa. Ela é necessária não só para possibilitar o desenvolvimento na criança sadia (estando “disponível” sempre que a criança o deseja) e sair do seu caminho em outros momentos, mas, muito mais urgentemente, para auxiliar a pessoa que está imobilizada numa fixação, em defesas rígidas, em medidas de segurança que lhe cortam todas as possibilidades de desenvolvimento. A neurose perpetua-se a si mesma; o mesmo ocorre com a estrutura de caráter. Podemos aguardar que a vida prove a essa pessoa que o seu sistema não funciona, isto é, deixando-a cair, eventualmente, num estado de sofrimento neurótico ou, então, compreendê-la e ajudá-la a crescer, mostrando respeito e compreensão tanto de suas necessidades por deficiência como de suas necessidades de crescimento.

Isso equivale a uma revisão do “deixe ser” tauísta, que freqüentemente não funciona porque a criança em crescimento precisa de ajuda. Pode ser formulado como um “deixe ser apoiado”. É um tauísmo *extremoso e respeitador*. [pág. 82]

Reconhece não só o crescimento e o mecanismo específico que o faz avançar na direção certa, mas também reconhece e respeita o temor de crescer, o ritmo lento do desenvolvimento, os bloqueios, a patologia, as razões para não haver progresso. Reconhece o lugar, a necessidade e a utilidade do meio exterior sem que, entretanto, lhe dê o controle. Implementa o crescimento interno mediante o conhecimento de seus mecanismos e a disposição de ajudá-lo, em vez de se limitar à esperança ou ao otimismo passivo, a respeito desse crescimento.

Tudo o que ficou acima dito pode ser agora relacionado com a teoria geral de motivação enunciada no meu livro *Motivation and Personality*, em particular, a teoria da satisfação de necessidades, a qual me parece constituir o mais importante princípio subentendido em todo o desenvolvimento humano sadio. O princípio holístico que conjuga a multiplicidade de motivos humanos é a tendência para o surgimento de uma nova e mais elevada necessidade quando, ao ser suficientemente satisfeita, a necessidade inferior é preenchida. A criança que tem a felicidade de crescer normalmente fica saciada e *entediada* com os prazeres que já saboreou suficientemente, e mostra-se *ávida* (sem necessidade de que a instiguem) de avançar para outros prazeres superiores e mais complexos, tão depressa lhe sejam acessíveis sem perigo ou ameaça.

Esse princípio pode ser visto exemplificado não só na mais profunda dinâmica motivacional da criança, mas também, em microcosmo, no desenvolvimento de qualquer das suas atividades mais modestas, por exemplo, aprender a ler, ou a patinar, ou a pintar, ou a dançar. A criança que domina palavras simples desfruta-as intensamente, mas não fica por aí. Numa atmosfera adequada, ela mostra, espontaneamente, a ânsia de avançar para mais e mais palavras novas, palavras mais extensas, frases mais complexas etc. Se for obrigada a permanecer no nível simples, aborrece-se e mostra-se irrequieta com o que anteriormente a deliciara. Ela quer *avançar*, progredir, crescer. Somente se a frustração, o fracasso, a reprovação ou o ridículo interferirem no próximo passo é que a criança se fixa ou regride, e estamos então diante das complexidades da dinâmica patológica e dos compromissos neuróticos [pág. 83], em que os impulsos permanecem vivos, mas insatisfeitos, ou até da perda de impulso e de capacidade.⁴

⁴ Penso ser possível aplicar este princípio geral à teoria freudiana da progressão das fases

Com o que deparamos é, pois, um recurso subjetivo a somar ao princípio da disposição hierárquica das nossas várias necessidades, um recurso que guia e dirige o indivíduo no sentido do crescimento “sadio”. O princípio mantém a sua validade em qualquer idade. A recuperação da capacidade de perceber os nossos próprios prazeres é a melhor maneira de redescobrir o eu sacrificado, até na idade adulta. O processo de terapia ajuda o adulto a descobrir que a necessidade infantil (reprimida) de aprovação por parte de outros já não precisa de continuar existindo na forma e grau infantis, e que o terror de perder esses outros, com o medo concomitante de ser fraco, impotente e abandonado já não tem qualquer justificação realista, como tinha para a criança. Para o adulto, os outros podem e devem ser menos importantes que para a criança. [pág. 84]

Portanto, a nossa fórmula final tem os seguintes elementos:

1. A criança sadiamente espontânea, em sua espontaneidade, de dentro para fora, em resposta ao seu próprio Ser íntimo, entra em contato com o meio ambiente e expressa seu encantamento e interesse mediante as aptidões que possui.
2. Na medida em que não for tolhida pelo medo, na medida em que se sentir bastante segura para se atrever.
3. Nesse processo, aquilo que lhe proporciona a experiência de prazer é encontrado fortuitamente ou é oferecido à criança pelas pessoas que a ajudam.
4. Deve estar suficientemente segura e confiante em si mesma para poder

libidinais. A criança na fase oral obtém a maioria dos seus prazeres através da boca. E um, em particular, que tem sido negligenciado é o domínio. Devemos recordar que a *única* coisa que um bebê pode fazer bem e eficientemente é chupar. Em tudo o mais ele é ineficaz, incapaz, e se, como penso, isso é o precursor mais remoto do amor-próprio (sentimento de domínio), então essa é a *única* maneira pela qual o bebê pode experimentar o prazer de domínio (eficiência, controle, auto-expressão, volição).

Mas a criança em breve estará desenvolvendo outras capacidades de domínio e controle. Refiro-me aqui não só ao controle anal que, embora correto, tem tido, em minha opinião, a sua importância extremamente exagerada. As capacidades sensoriais e a motilidade também se desenvolvem suficientemente, na chamada fase “anal”, para proporcionar à criança sensações de prazer e domínio. Mas o que para nós é importante aqui é que a criança oral tende a esgotar o seu domínio oral e o mostrar-se entediada com ele, tal como se cansa de ingerir apenas leite. Numa situação de livre escolha, ela tende a renunciar ao seio materno e ao leite, favorecendo atividades e gostos mais complexos ou, pelo menos, a adicionar ao seio esses outros desenvolvimentos “superiores”. Dada uma satisfação suficiente, livre escolha e ausência de ameaça, a criança supera a fase oral e renuncia a ela por sua própria iniciativa. Não precisa ser “empurrada para cima” ou forçada à maturidade, como tantas vezes é insinuado. Ela *escolhe* continuar crescendo para prazeres superiores e aborrecer-se com os mais antigos. Somente sob o impacto do perigo, ameaça, fracasso, frustração ou tensão, a criança será propensa à regressão ou fixação; só então preferirá a segurança ao desenvolvimento. Sem dúvida, a renúncia, a demora na satisfação e a capacidade de suportar a frustração também são necessárias para o robustecimento, e sabemos que a satisfação desenfreada é perigosa. Entretanto, permanece verdadeiro o fato de que essas qualificações são *subsidiárias* do princípio segundo o qual a satisfação de necessidades básicas é *sine qua non*.

escolher e preferir esses prazeres, em vez de ser assustada por eles.

5. Se *pode* escolher essas experiências que são validadas pela sensação de prazer, então pode retornar quantas vezes quiser à experiência, repeti-la e saboreá-la até ao ponto de repleção, saciedade ou tédio.

6. Neste ponto, manifesta a tendência para passar a experiências mais complexas e mais ricas, a cometimentos superiores e mais fecundos no mesmo setor (repetimos, se a criança se sentir suficientemente segura para se atrever).

7. Tais experiências não só significam um avanço como têm um efeito de retroalimentação sobre o Eu, no sentimento de certeza (“Gosto disto; isso eu não faço, com *certeza*”), de capacidade, domínio, autoconfiança, auto-estima.

8. Nessa interminável série de escolhas em que a vida consiste, a opção pode, em geral, ser esquematizada entre segurança (ou, em termos genéricos, atitude defensiva) e desenvolvimento; e como só não necessita de segurança aquela criança que já a tem, podemos esperar que a escolha de desenvolvimento será feita pela criança que viu satisfeita a sua necessidade de segurança.

9. Para estar apta a escolher de acordo com a sua própria natureza e desenvolvê-la, deve ser permitido à criança que retenha as experiências subjetivas de prazer e tédio como critérios de uma opção correta para ela. O critério alternativo é fazer a escolha em função do desejo de outra pessoa. O Eu está perdido quando isso acontece. [pág. 85] Isso também constitui a limitação da escolha à segurança, apenas, visto que a criança deixará de confiar, por meio (de perda de proteção, de amor etc.), no seu próprio critério de prazer.

10. Se a escolha é realmente livre e se a criança não é tolhida, então podemos esperar que ela, normalmente, escolha a progressão, a marcha em frente.⁵

11. As provas indicam que o que delicia a criança sadia, o que lhe sabe bem, também é, com grande frequência, o “melhor” para ela, em termos de metas distantes que são percebíveis pelo observador.

12. Nesse processo, o ambiente (pais, terapeutas, professores) é da maior

⁵ Tem lugar uma espécie de pseudocrescimento muito comum quando a pessoa tenta (por meio de repressão, negativa, formação de reação etc.) convencer-se a si mesma de que uma necessidade básica insatisfeita foi, realmente, satisfeita ou de que tal necessidade não existe. Nesse caso, ela permite-se passar a níveis superiores de necessidade que, é claro, daí em diante, assentarão sempre em alicerces muito frágeis e abalados. Chamo a isso “pseudocrescimento por evasão a uma necessidade que não foi satisfeita”. Essa necessidade, que assim foi ladeada, persistirá para sempre como uma força inconsciente (compulsão de repetição).

importância sob vários aspectos, ainda que a escolha final deva ser feita pela própria criança:

- a. pode satisfazer as suas necessidades básicas de segurança, pertença, amor e respeito, de modo que a criança não se sinta ameaçada, possa sentir-se autônoma, interessada e espontânea, atrevendo-se por conseguinte, a optar pelo desconhecido;
- b. pode ajudar a tornar a escolha de desenvolvimento positivamente atraente e menos perigosa, e a tornar a escolha regressiva menos atraente e mais custosa.

13. Dessa forma, a Psicologia do Ser e a Psicologia do Dever podem ser reconciliadas e a criança, sendo simplesmente ela própria, pode ainda avançar e desenvolver-se. **[pág. 86]**

5

A Necessidade de Saber e o Medo do Conhecimento

*O Medo do Conhecimento: Evasão do Conhecimento:
Dores e Perigos de Saber*

Do nosso ponto de vista, a maior descoberta de Freud foi que a grande causa de muita doença psicológica é o medo de conhecermo-nos a nós próprios — as nossas emoções, impulsos, recordações, capacidades, potencialidades, o nosso próprio destino. Descobrimos que o meio do conhecimento de nós próprios é, muito freqüentemente, isomórfico e paralelo ao medo do mundo exterior. Isto é, os problemas internos e os problemas externos tendem a ser profundamente semelhantes e a correlacionar-se entre si. Portanto, falamos simplesmente no medo de saber, em geral, sem discriminar com excessiva clareza o medo-do-íntimo do medo-do-exterior.

Em geral, essa espécie de medo é defensiva, no sentido de que constitui uma proteção de nossa auto-estima, de nosso amor e respeito por nós próprios. Somos propensos a temer qualquer conhecimento que possa causar o desprezo por nós próprios, ou fazer sentirmo-nos inferiores, fracos, inúteis, maus, indignos. Protegemo-nos e à imagem ideal que temos de nós próprios pela repressão e outras defesas semelhantes, as quais são, essencialmente, técnicas pelas quais evitamos ficar cômicos de verdades perigosas ou desagradáveis. E, em psicoterapia, às mãos pelas quais continuamos evitando essa conscientização [pág. 87] da verdade dolorosa, às formas pelas quais combatemos os esforços do terapeuta para ajudar-nos a ver a verdade, damos o nome de “resistências”. Todas as técnicas do terapeuta são, de uma forma ou de outra, reveladoras da verdade ou são estratégias para fortalecer o paciente, de modo que ele possa suportar a verdade. (“Ser completa-

mente honesto consigo próprio é o melhor esforço que um ser humano pode realizar.” S. Freud.)

Mas há outra espécie de verdade que somos propensos a evitar. Não só nos apegamos à nossa psicopatologia, mas também tendemos a esquivar-nos ao desenvolvimento pessoal, porque este também pode acarretar outra espécie de medo, de temor, de sentimentos de fraqueza e inadequação (31). E, assim, descobrimos outro gênero de resistência, uma negação do nosso lado melhor, dos nossos talentos, dos nossos mais delicados impulsos, das nossas mais altas potencialidades, da nossa criatividade. Em resumo, isso é a luta contra a nossa própria grandeza, o medo de *hubris*.

Neste ponto, lembramo-nos de que o nosso próprio mito de Adão e Eva, com a sua perigosa Árvore do Saber que não deve ser tocada, tem paralelo em muitas outras culturas que também crêem que o saber fundamental é algo reservado aos deuses. A maioria das religiões tem tido um veio de antiintelectualismo (a par de outros veios; é claro), certos traços de preferência pela fé ou crença ou pietismo, em lugar do conhecimento racional; ou o pressentimento de que *algumas* formas de conhecimento são demasiado perigosas e é melhor proibi-las ou reservá-las para um número restrito de pessoas especiais. Na maioria das culturas, aqueles revolucionários que desafiaram os deuses, ao pretenderem devassar os seus segredos, foram severamente punidos, como Adão e Eva, Prometeu e Édipo, e passaram a ser lembrados como advertências a todos os outros, para que não tentem igualar-se aos deuses.

E, se posso dizê-lo de uma forma muito condensada, é precisamente a respeito do divino em nós próprios que somos ambivalentes, ora fascinados, ora temerosos, tanto motivados “para” como defensivos “contra”. Este é um aspecto do predicamento humano básico: somos, simultaneamente, vermes e deuses (178). Cada um dos nossos grandes criadores, a nossa gente semelhante a deuses, deu **[pág. 88]** testemunho do elemento de coragem que é necessário no momento solitário da criação, ao afirmar-se algo de novo (em contradição com o antigo). Isso é um tipo de audácia, de sair sozinho na frente de todos, de desafio e repto. O momento de temor é muito compreensível, mas, não obstante, deve ser superado, se queremos que a criação seja possível. Assim, descobriremos em nós próprios um grande talento pode,

certamente, provocar sentimentos exultantes, mas também um medo dos perigos e responsabilidades e deveres que concorrem no fato de ser um líder, um pioneiro e estar completamente só. A responsabilidade poderá ser encarada como um pesado fardo e evitada, tanto quanto possível. Pense-se no misto de sentimentos de temor, humildade e até de medo que nos têm sido relatados, digamos, por pessoas que foram eleitas Presidentes.

Alguns exemplos clínicos típicos podem nos ensinar muito. Primeiro, temos o fenômeno bastante comum encontrado na terapia com mulheres (131). Muitas mulheres brilhantes são colhidas no problema de fazer uma identificação inconsciente entre inteligência e masculinidade. Sondar, pesquisar, investigar, ser curiosa, afirmar, descobrir, tudo isso pode ser sentido pela mulher como desfeminizante, sobretudo se o marido, em sua masculinidade incerta, for ameaçado por tudo isso. Muitas culturas e muitas religiões impediram as mulheres de saber e de estudar, e creio que uma raiz dinâmica dessa ação é o desejo de mantê-las “femininas” (num sentido sadomasoquista), por exemplo, as mulheres não podem ser padres nem rabinos (103).

O homem tímido também pode ser propenso a identificar a curiosidade penetrante como algo que desafia os outros, como se, de algum modo, ao ser inteligente e procurar a verdade, estivesse sendo categórico, afoito e viril de um modo que não lhe permite recuar; e que tal postura fará recair sobre ele a ira de outros homens mais velhos e mais fortes. Assim, também muitas crianças identificam a sondagem curiosa como uma invasão das prerrogativas de seus deuses, os adultos todo-poderosos. E, naturalmente, é ainda mais fácil encontrar a atitude complementar em adultos. Pois, com frequência, eles acham a incansável curiosidade de seus filhos, pelo menos, uma amolação e, por vezes, uma ameaça e um perigo, especialmente [pág. 89] quando essa curiosidade envolve questões sexuais. Ainda é invulgar o pai que aprova e sente prazer na curiosidade de seus filhos pequenos. Algo semelhante pode ser observado entre as minorias exploradas, oprimidas e fracas ou entre escravos. Os indivíduos pertencentes a essas categorias podem rezear saber demais, investigar livremente. Isso poderia provocar a ira de seus senhores. Uma atitude defensiva de pseudo-estupidez é comum em tais grupos. Em qualquer caso, não é provável que o explorador ou o tirano, por força da

dinâmica da situação, encoraje a curiosidade, a aprendizagem e o saber em seus súditos. As pessoas que sabem demais são atreitas à rebelião. Tanto o explorado como o explorador são impelidos a considerar o saber como algo incompatível com um bom escravo, obediente e bem ajustado. Numa tal situação, o conhecimento é perigoso, *muito* perigoso. Um *status* de fraqueza ou subordinação, ou de pouca autoestima, inibe a necessidade de saber. Um olhar fixo, direto e desinibido é a principal técnica que um macaco emprega para estabelecer a sua soberania e domínio (103). Caracteristicamente, o animal subordinado baixa os olhos.

Essa dinâmica pode ser observada, por vezes, até numa sala de aula, infelizmente. O estudante realmente brilhante, o que é fértil em formular perguntas coerentes e profundas, especialmente se for mais inteligente que o seu professor, é muitas vezes tido na conta de “sabido”, uma ameaça à disciplina, um desafiante da autoridade dos seus professores.

Que o “saber” pode significar, inconscientemente, dominação, controle e, talvez, até desacato, pode ser também observado no caso do escotofílico, aquele que é capaz de experimentar uma certa sensação do poder sobre o corpo da mulher nua que ele espreita, como se os seus olhos fossem um instrumento de dominação que ele pode usar para violação. Nesse sentido, muitos homens são bisbilhoteiros e olham descaradamente as mulheres, como se estivessem despindo-as com os olhos. O uso bíblico da palavra “saber” em sentido idêntico ao de “saber” sexual é outro uso da metáfora.

Num nível inconsciente, saber como uma espécie de equivalente sexual masculino, intrusivo e penetrante, pode ajudar-nos a compreender o complexo arcaico de emoções [pág. 90] conflitantes que se aglomeram em torno da conduta infantil de espreitar segredos, bisbilhotar no desconhecido; do pressentimento de algumas mulheres de que existe uma contradição entre a feminilidade e o conhecimento ousado e saliente; do sentimento do oprimido de que o saber é prerrogativa do senhor; do medo do homem religioso de que o saber infrinja a jurisdição dos deuses, seja perigoso e provoque a ira divina. O conhecimento, como “saber”, pode ser um ato de auto-afirmação.

Saber para Redução de Ansiedade e para Crescimento

Até agora, estive falando sobre a necessidade de saber pelo saber, pelo puro prazer e a satisfação primitiva de conhecimento e entendimento *per se*. Torna a pessoa maior, mais sábia e mais prudente, mais rica e mais forte, mais evoluída e mais madura. Representa a concretização de uma potencialidade humana, a realização daquele destino humano preconizado pelas possibilidades humanas. Temos, então, um paralelo com o livre desabrochar de uma flor ou com o canto dos pássaros. É assim que uma macieira produz maçãs, sem luta nem esforço, simplesmente como expressão da sua natureza inerente.

Mas também sabemos que a curiosidade e a exploração constituem necessidades “superiores,” à segurança, isto é, que a necessidade de se sentir seguro, tranqüilo, sem receio, é prepotente e mais forte do que a curiosidade. Tanto nos macacos como nas crianças humanas, isso pode ser abertamente observado. A criança pequena, num ambiente estranho, apegar-se-á caracteristicamente à mãe e só depois, pouco a pouco, se arriscará a afastar-se do seu regaço para sondar coisas, explorar e investigar. Se a mãe desaparece e a criança fica assustada, a curiosidade desaparece até que a segurança seja restaurada. A criança só explora na certeza de contar com um porto seguro onde se refugiar a qualquer momento. O mesmo ocorre com os filhotes de macaco nas pesquisas de Harlow. Qualquer coisa que os assuste faz com que disparem correndo de volta à mãe-substituta. Aferrado nesta, o macaco pode observar primeiro e *depois* arriscar uma saída. Se a mãe-substituta estiver ausente, o macaco enrola-se, simplesmente, numa bola e choraminga. Os filmes de Harlow mostram-nos isso muito claramente. [pág. 91]

O ser humano adulto é muito mais sutil e dissimulado em suas ansiedades e temores. Se estes não o vencem completamente, ele é muito capaz de reprimi-los, de negar até, para si próprio, que existam. Frequentemente, não “sabe” que está com medo.

Há muitas maneiras de enfrentar e combater essas ansiedades e algumas delas são cognitivas. Para uma tal pessoa, o insólito, o vagamente percebido, o misterioso, o oculto, o inesperado, são coisas suscetíveis de representar ameaças. Uma forma de torná-las familiares, previsíveis, controláveis, isto é, não-assustadoras e inofensivas, é conhecê-las e compreendê-las. E, assim, o conhecimento pode ter não só uma

função de estímulo ao desenvolvimento, mas também uma função de redução de ansiedade, uma função homeostática protetora. O comportamento manifesto talvez seja muito semelhante em qualquer dos casos, mas as motivações podem ser extremamente diferentes. E as conseqüências subjetivas também são muito diversas. Por um lado, temos o suspiro de alívio e a sensação de um abaixamento de tensão, por exemplo, do preocupado dono de casa, explorando um misterioso e assustador ruído em sua casa, a meio da noite, com uma arma na mão, quando chega à conclusão de que não era nada. Isso é muito diferente da revelação e da sensação exultante, até extática, de um jovem estudante de olhos colados no microscópio, quando vê pela primeira vez a estrutura minuciosa do rim, ou quando compreende, subitamente, a estrutura de uma sinfonia ou o significado de um intrincado poema ou de uma complexa teoria política. Nestes últimos casos, a pessoa sente-se maior, mais esclarecida, mais forte, mais completa, mais capaz, vitoriosa e perceptiva. Suponhamos que os nossos órgãos sensoriais se tornavam mais eficientes, os nossos olhos subitamente mais penetrantes, os nossos ouvidos desobstruídos. É justamente isso o que sentiríamos. É isso o que pode acontecer na educação e na psicoterapia — e acontece, de fato, com bastante freqüência.

Essa dialética motivacional pode ser vista nos maiores quadros humanos, as grandes filosofias, as estruturas religiosas, os sistemas políticos e jurídicos, as várias ciências, até a cultura como um todo. Em palavras simples, *demasiado* simples, eles podem representar, simultaneamente, o resultado da necessidade de compreender e da [pág. 92] necessidade de segurança, em diversas proporções. Por vezes, as necessidades de segurança podem dobrar quase inteiramente as necessidades cognitivas aos seus propósitos de alívio de ansiedade. A pessoa livre de ansiedade pode ser mais audaciosa e mais corajosa, pode explorar e teorizar por amor ao próprio conhecimento. É certamente razoável supor que essa pessoa tenha mais possibilidade de abordar a verdade, a verdadeira natureza das coisas. Uma filosofia, religião ou ciência da segurança é mais suscetível de ser cega do que uma filosofia, religião ou ciência do desenvolvimento.

A Evitação de Conhecimento Como Evitação de Responsabilidade

A ansiedade e a timidez não só inclinam a curiosidade, o saber e a

compreensão aos seus próprios fins, *usando-os*, por assim dizer, como *instrumentos* para aliviar a ansiedade, mas a falta de curiosidade também pode ser uma *expressão* ativa ou passiva de ansiedade e medo. (Isso não é o mesmo que a atrofia da curiosidade por falta de uso.) Quer dizer, podemos procurar saber a fim de reduzir a ansiedade e também podemos evitar saber para reduzir a ansiedade. Usando a linguagem freudiana, a incuriosidade, as dificuldades de aprendizagem e a pseudo-estupidez podem constituir uma defesa. Todos concordam em que o conhecimento e a ação estão intimamente ligados. Irei muito mais longe e estou convencido de que conhecimento e ação são, freqüentemente, sinônimos, até mesmo, no sentido socrático, termos idênticos. Quando sabemos plena e completamente, uma ação adequada segue-se de forma automática e reflexa. As escolhas são então feitas, sem conflito e com total espontaneidade. Mas, a esse respeito, veja-se (32).

É isso o que observamos, em alto nível, na pessoa sadia que parece saber o que é certo e errado, bom e mau, e o mostra em seu funcionamento fácil e pleno. Mas também o observamos noutra nível completamente distinto, na criança pequena (ou na criança escondida no adulto), para quem pensar sobre uma ação pode ser o mesmo que ter atuado — “a onipotência do pensamento”, como lhe chamam os psicanalistas. Quer dizer, se ela tivesse desejado a morte do pai, a criança poderá reagir, [pág. 93] inconscientemente, como se, na realidade, o tivesse matado. De fato, uma função da psicoterapia adulta consiste em desintegrar essa identidade infantil, para que a pessoa não tenha que sentir-se culpada de pensamentos infantis como se estes tivessem sido cometimentos ou atos reais.

Em qualquer dos casos, essa estreita relação entre saber e fazer poder-nos-á ajudar a interpretar uma causa do medo de saber como um profundo receio de fazer, um medo das conseqüências decorrentes do conhecimento, um medo das suas perigosas responsabilidades. Muitas vezes, é melhor não saber porque, se *soubermos*, então *teremos* de atuar e salientar-nos-emos dos demais. Isso é um tanto complicado, um pouco como aquele homem que disse: “Estou tão satisfeito por não gostar de ostras. Porque se eu gostasse de ostras certamente as comeria, e *detesto* semelhante porcaria.”

Era certamente mais seguro para os alemães que moravam perto de Dachau não saber o que se passava, ser cegos e pseudo-estúpidos. Pois, se soubessem, teriam

de fazer alguma coisa a respeito ou sentir-se-iam culpados de covardia.

A criança também pode usar o mesmo estratagema, recusando-se a ver o que é evidente para qualquer outra pessoa: que o pai é uma criatura desprezível e fraca ou que a mãe realmente não a ama. Essa espécie de conhecimento é um convite para uma ação impossível. É melhor não saber.

Em todo o caso, conhecemos hoje o bastante sobre ansiedade e cognição para rejeitar a posição extrema que muitos filósofos e psicólogos teóricos sustentaram durante séculos: que *todas* as necessidades cognitivas são instigadas pela ansiedade e são *unicamente* esforços para reduzir a ansiedade. Durante muitos anos, isso pareceu plausível, mas, hoje, os nossos experimentos com animais e crianças contradizem essa teoria, em sua forma pura, pois todos eles provam que, geralmente, a ansiedade mata a curiosidade e exploração, e que elas são mutuamente incompatíveis, sobretudo quando a ansiedade é extrema. As necessidades cognitivas manifestam-se mais claramente em situações seguras e não-ansiosas. [pág. 94]

Um livro recente resume admiravelmente a situação.

Um aspecto admirável de um sistema de crenças é que ele parece estar construído para servir simultaneamente a dois amos: compreender o mundo até onde for possível e preservá-lo até onde for necessário. Não concordamos com os que sustentam que as pessoas distorcem seletivamente o seu funcionamento cognitivo, de forma a verem, recordarem e pensarem somente o que querem. Pelo contrário, sustentamos a opinião de que as pessoas só farão isso na medida em que tiverem de fazê-lo e nada mais. Pois todos nós somos motivados pelo desejo, por vezes forte e outras vezes fraco, de ver a realidade tal como ela é, mesmo que isso doa (146, pág. 400).

Resumo

Parece muito claro que a necessidade de saber, se for bem entendida, deve ser integrada com o medo de conhecimento, com a ansiedade, com as necessidades de segurança e proteção. Chegamos a uma relação dialética de vaivém que, simultaneamente, é uma luta entre o medo e a coragem. Todos aqueles fatores psicológicos e sociais que aumentam o medo sufocarão o nosso impulso para saber; todos os fatores que permitem a coragem, a liberdade e a audácia libertarão também,

por conseguinte, a nossa necessidade de saber. [pág. 95]

PARTE III

CRESCIMENTO E COGNIÇÃO

6

Cognição do Ser em Experiências Culminantes

As conclusões deste capítulo e do seguinte constituem uma primeira organização ou “montagem fotográfica”, impressionista, ideal, de entrevistas pessoais com cerca de 80 indivíduos e de respostas escritas por 190 estudantes universitários, de acordo com as seguintes instruções:

Gostaria que você pensasse na experiência ou experiências mais maravilhosas de sua vida: momentos de suprema felicidade, momentos de êxtase ou de arrebatamento, talvez decorrentes de estar apaixonado, ou de escutar uma determinada música, ou de ser subitamente “atingido” pela mensagem de um livro ou de uma pintura, ou de algum grande momento criador. Primeiro, redija uma lista. Depois, tente explicar-me como se sente nesses momentos de extrema intensidade, como se sente diferente do seu modo de sentir em outras alturas, como é, em certos aspectos, uma pessoa diferente nesse momento. [Com outros sujeitos, o questionário pedia uma explicação sobre os aspectos em que o mundo parecia diferente.]

Nenhum sujeito descreveu a síndrome completa. Juntei todas as respostas parciais para obter uma “perfeita” síndrome composta. Além disso, cerca de 50 pessoas escreveram-me cartas não-solicitadas, depois de lerem os meus trabalhos anteriormente publicados, fornecendo-me depoimentos pessoais de experiências culminantes. Finalmente, pesquisei a imensa literatura sobre misticismo, religião, arte, criatividade, amor etc. [pág. 99]

As pessoas que lograram sua individuação, aquelas que atingiram um alto nível de maturação, saúde e realização pessoal, têm tanto a ensinar-nos que, por vezes, parecem quase ser uma estirpe ou raça diferente de seres humanos. Mas, porque é tão recente, a tarefa de exploração das regiões mais elevadas da natureza

humana e de suas possibilidades e aspirações últimas é difícil e tortuosa. Quanto a mim, envolveu a contínua destruição de axiomas longamente acalentados, a perpétua luta com aparentes paradoxos, contradições e indefinições, e o ocasional desmoroamento, perto de meus ouvidos, de leis da Psicologia há muito estabelecidas, aparentemente inexpugnáveis e em que firmemente acreditava. Com freqüência, resultou que não eram leis, mas apenas regras para viver num estado de psicopatologia benigna e crônica, de temor, de enfezamento, deficiência e imaturidade, de que não nos apercebemos porque a maioria dos outros tem a mesma doença que nós.

Com a maior freqüência, como é típico na história da teorização científica, essa sondagem do desconhecido assume, primeiro, a forma de uma sincera insatisfação, um constrangimento sobre o que está faltando há muito, antes de qualquer solução científica se tornar acessível. Por exemplo, um dos primeiros problemas que se me apresentou em meus estudos de pessoas produtivas, as dotadas de alto nível de individuação e de realização pessoal, foi a vaga percepção de que a vida motivacional dessas pessoas era, em alguns importantes aspectos, diferente de tudo o que eu tinha aprendido. Descrevi-a primeiro como sendo mais expressiva do que interatuante,* mas isso não estava inteiramente correto como enunciado geral. Depois, sublinhei que era não-motivada ou metamotivada (para além de qualquer esforço de luta), em vez de motivada, mas essa afirmativa assentava tão substancialmente em qual teoria de motivação fosse aceita que acabou dando tanta complicação quanto ajuda. No capítulo 3, fiz o contraste entre motivação de crescimento e [pág. 100] motivações de necessidade por deficiência, que ajuda, mas não é ainda bastante definitiva, porquanto não estabelece uma diferenciação suficiente entre Devir ou Vir a Ser e Ser. Neste capítulo, proporei uma nova abordagem (da Psicologia do Ser) que incluirá e generalizará as três tentativas já feitas para pôr em palavras, de algum modo, as diferenças observadas entre a vida motivacional e cognitiva das pessoas plenamente desenvolvidas e da maioria das outras.

Essa análise dos estados de Ser (temporários, meta-motivados, não-ativos, não-

* Convém esclarecer que temos invariavelmente traduzido por interatuante o termo *coping*. Por exemplo: *coping mechanisms* = mecanismos do interação; *copins behavior* = comportamento interatuante. Baseamo-nos na seguinte definição consagrada pelos dicionários de Psicologia: “*Coping*: qualquer ação em que o indivíduo interatua com o meio para fins de realizar alguma coisa.” (Ver capítulo 3, seções 3 e 11.) (N. do T.)

egocêntricos, não-propositais, autovalidantes, experiências terminais e estados de perfeição e de realização de metas) surgiu, primeiramente, de um estudo das relações de amor de pessoas individuacionantes e, depois, também de outras pessoas; e, finalmente, de um mergulho nas literaturas teológica, estética e filosófica. Foi necessário diferenciar primeiro os dois tipos de amor (D-amor e S-amor), que descrevemos no capítulo 3.

No estado de S-amor (pelo Ser de outra pessoa ou objeto), encontrei uma espécie particular de cognição para a qual os meus conhecimentos de Psicologia não me haviam preparado, mas que, depois, tenho visto bem descrita por certos autores sobre questões de estética, religião e filosofia. A isso chamarei Cognição do Ser ou, abreviadamente, S-Cognição. Está em contraste com a cognição organizada pelas necessidades por deficiência do indivíduo, a que chamarei D-cognição. O S-amante está apto a perceber realidades no ser amado, para as quais os outros estão cegos, isto é, ele pode ser mais aguda e penetrantemente perceptivo.

Este capítulo é uma tentativa de generalizar, numa única descrição, alguns desses básicos acontecimentos cognitivos na experiência de S-amor, na experiência parental, na experiência mística, ou oceânica, ou natural, a percepção estética, o momento criador, a introversão terapêutica ou intelectual, a experiência orgástica, certas formas de realização atlética etc. A estes e outros momentos de felicidade e realização supremas chamarei “experiências culminantes”.

Portanto, este capítulo é dedicado à “Psicologia Positiva” ou “Ortopsicologia” do futuro, na medida em que trata de seres humanos sadios e em pleno funcionamento [pág. 101] e não apenas dos normalmente doentes. Logo, não está em contradição com a Psicologia como uma “psicopatologia do ser comum”; transcende-a e pode, em teoria, incorporar todas as suas descobertas numa estrutura mais abrangente e global que inclui tanto o doente como o são, tanto a deficiência como o Ser e o Vir a Ser. Chamo-lhe Psicologia do Ser porque se interessa mais pelos fins do que pelos meios, isto é, pelas experiências terminais, valores terminais, cognições terminais e pelas pessoas como fins. A Psicologia contemporânea tem estudado, sobretudo, o não-ter em vez do ter, o esforço para realizar em vez da realização, a frustração em vez da satisfação, a busca de alegria em vez da alegria atingida, a tentativa de “chegar lá” em vez de “estar lá”. Isso está implícito na

aceitação universal como axioma de uma definição *a priori*, embora errada: a de que todo o comportamento é motivado. (Ver 97, capítulo 15.)

S-Cognição em Experiências Culminantes

Apresentarei agora, uma por uma, num resumo condensado, as características da cognição encontradas na experiência culminante generalizada, usando o termo “cognição” num sentido extremamente genérico.

1. Na *S-cognição*, a experiência ou o objeto tendem a ser vistos como um todo, uma unidade completa, independentes de relações, utilidade possível, conveniência e propósito. São vistos como se fosse tudo o que existe no universo, como se fossem todos de Ser, sinônimo de universo.

Isso contrasta com a *D-cognição*, que inclui a maioria das experiências cognitivas humanas. Essas experiências são parciais e incompletas, da maneira que será descrita abaixo.

Recorda-se aqui o idealismo absoluto do século XIX, em que a totalidade do universo era concebida como uma unidade. Como essa unidade jamais poderia ser abrangida, ou percebida, ou conhecida por um ser humano limitado, todas as cognições humanas reais eram percebidas, necessariamente, como *parte* do Ser e nunca, concebivelmente, como o seu todo. [pág. 102]

2. *Quando existe uma S-cognição, o objeto da percepção é exclusiva e plenamente atendido.* Isso pode ser designado como “atenção total” — ver também Schachtel (147). O que estou tentando descrever aqui assemelha-se muito ao fascínio ou completa absorção. Em tal atenção, a figura passa a ser *tudo* figura e o fundo, com efeito, desaparece ou, pelo menos, não é seriamente percebido. É como se a figura fosse temporariamente isolada de tudo o mais, como se o mundo fosse esquecido, como se o objeto de percepção se tivesse tornado, de momento, todo o Ser.

Como a totalidade do Ser está sendo percebida, prevalecem todas aquelas leis que seriam válidas no caso da totalidade do cosmo poder ser abrangida de uma só vez.

Essa espécie de percepção está em nítido contraste com a percepção normal.

Nesta, o objeto é atendido simultaneamente com a atenção a tudo o mais que for relevante. É visto no contexto de suas relações com tudo o mais no mundo e como *parte* do mundo. Valem as relações normais de figura-fundo, isto é, tanto o fundo como a figura são atendidos, embora de maneiras diferentes. Além disso, na cognição normal, o objeto é visto não tanto *per se*, mas como membro de uma classe, como um exemplar de uma categoria mais vasta. Este tipo de percepção foi por mim descrito como “rubricação” (97, capítulo 14) e sublinho, uma vez mais, que isso não constitui tanto uma percepção completa de todos os aspectos dos objetos ou pessoas que estão sendo percebidos, mas, sobretudo, uma espécie de taxonomia, uma classificação, mediante a qual os objetos ou pessoas são distribuídos pelas diferentes rubricas de um arquivo.

Num grau muito mais elevado do que habitualmente nos apercebemos, a cognição implica também a colocação num contínuo. Envolve uma espécie de comparação ou julgamento ou avaliação automática. Implica superior a, menor do que, melhor do que, mais alto que etc.

A S-cognição pode ser chamada cognição não-comparativa, ou não-avaliatória, ou não-judicativa. Digo isso no sentido em que Dorothy Lee (88) descreveu a forma como certos novos povos primitivos diferem de nós, em suas percepções.

Uma pessoa pode ser vista *per se*, em si mesma e por si mesma. Pode ser vista singular e idiossincrasicamente, [pág. 103] como se fosse o único membro da sua classe. É isso o que entendemos por percepção do indivíduo singular e, é claro, é o que todos os clínicos tentam conseguir. Mas é uma tarefa muito difícil, muito mais difícil do que habitualmente estamos dispostos a admitir. Entretanto, *pode* acontecer, ainda que só transitoriamente; e, de fato, *acontece*, de forma característica, na experiência culminante. A mãe sadia, percebendo amorosamente seu bebê, aproxima-se desse tipo de percepção da singularidade da pessoa. O seu bebê é algo único, não existe no mundo alguém que se lhe assemelhe. É maravilhoso, perfeito e fascinante (pelo menos, na medida em que a mãe for capaz de se desprender das normas e comparações de Gesell com crianças dos vizinhos).

A percepção concreta do todo do objeto também implica que ele é visto com “desvelo”. Inversamente, a “afeição” (126) pelo objeto produzirá a atenção contínua, o exame repetido que é tão necessário para a percepção de todos os aspectos do

objeto. O desvelo minucioso com que a mãe observa repetidamente o seu bebê, ou o amante a sua amada, ou o *connoisseur* o seu quadro, certamente produzirá uma percepção mais completa do que a usual rubricação fortuita que passa, ilegitimamente, por ser percepção. Poderemos esperar riqueza de detalhe e uma conscientização multilateral do objeto, a partir dessa espécie de cognição absorta, fascinada, profundamente atenta. Isso contrasta com o produto de observação casual, que proporciona apenas a ossatura da experiência, um objeto que é visto somente em alguns de seus aspectos, de uma forma seletiva e de um ponto de vista de “importância” ou “não-importância”. (Existe alguma parte “não-importante” de um quadro, de um bebê ou de um ser amado?)

3. Conquanto seja verdade que toda a percepção humana é, em parte, um produto do ser humano e, em certa medida, é sua criação, podemos fazer, apesar disso, uma diferenciação entre a percepção de *objetos externos como pertinentes para os interesses humanos e como irrelevantes para os interesses humanos*. As pessoas capazes de individuação estão mais aptas a perceber o mundo como se este fosse independente não só delas, mas também dos seres humanos em geral. Isso também tende a ser verdade no caso do ser humano comum, em seus momentos supremos, [pág. 104] isto é, em suas experiências culminantes. Ele pode então observar mais facilmente a natureza como se ela existisse em si mesma e por si mesma e não, simplesmente, como se fosse um *playground* humano aí posto para fins humanos. Pode mais facilmente abster-se de projetar no mundo propósitos humanos. Numa palavra, pode ver nele o seu próprio Ser (“finalidade”), em vez de algo a ser usado, ou algo a ser temido ou alguma outra reação caracteristicamente humana.

A título de exemplo, tomemos o microscópio, que pode revelar, através de lâminas histológicas, um mundo de beleza *per se* ou então um mundo de ameaça, perigo e patologia. Uma seção de câncer vista através de um microscópico, se conseguirmos esquecer que se trata de um câncer, pode ser contemplada como uma organização intrincada, de grande beleza e inspiradora de silencioso espanto. Um mosquito é um objeto maravilhoso, se o virmos como um fim-em-si. Os vírus, sob o microscópio eletrônico, são objetos fascinantes (ou, pelo menos, *podem ser*, se conseguirmos esquecer a sua importância para o ser humano).

A S-cognição, porque torna mais possível a irrelevância humana, habilita-nos, pois, a ver mais fiel e verdadeiramente a natureza do objeto em si mesmo.

4. Uma diferença entre a S-cognição e a cognição comum está agora surgindo nos meus estudos, mas sobre a qual ainda não estou certo: é que a repetida S-cognição parece tornar a percepção mais rica. A observação repetida e fascinada de um rosto que amamos ou de uma pintura que admiramos faz-nos gostar mais desse rosto ou desse quadro e permite-nos ver cada vez mais deles, em vários sentidos. A isso podemos chamar riqueza intra-objeto.

Mas, até aqui, isso contrasta bastante com os efeitos mais comuns das experiências repetidas, isto é, o tédio, os efeitos da familiarização, a perda de atenção etc. Para minha própria satisfação, descobri (embora não tenha tentado prová-lo) que a repetida exposição ao que consideramos um bom quadro faz com que este pareça *mais* belo às pessoas previamente selecionadas como perceptivas e sensitivas, ao passo que a repetida exposição ao que considero um mau quadro torná-lo-á *menos* belo. O mesmo [pág. 105] parece ser verdadeiro a respeito de pessoas boas e pessoas más, cruéis ou mesquinhas, por exemplo. Ver repetidamente as boas parece fazê-las ainda melhores. Ver as más repetidamente tende a fazê-las parecer ainda piores.

Nessa espécie mais usual de percepção, em que tão freqüentemente a percepção inicial consiste, simplesmente, numa classificação em útil ou inútil, perigoso ou inócuo, a observação repetida faz com que ela se torne cada vez mais vazia. A tarefa da percepção normal, que é tão freqüentemente baseada na ansiedade ou determinada pela D-motivação, fica cumprida nessa primeira observação. Assim, a *necessidade*-de-perceber desaparece e, daí em diante, o objeto ou a pessoa, agora que foram catalogados, deixam, simplesmente, de ser percebidos. A pobreza manifesta-se na experiência repetida; a riqueza também. Além disso, não só a pobreza do objeto percebido se manifesta na observação repetida, mas também a pobreza do observador.

Um dos principais mecanismos pelo qual o amor produz uma percepção das qualidades intrínsecas do objeto de amor mais profunda do que o não-amor é que o amor envolve o fascínio com o objeto de amor e, por conseguinte, a observação repetida, insistente e minuciosa, o “ver com desvelo”. Os amantes podem ver

potencialidades um no outro para as quais as outras pessoas são cegas. Habitualmente, dizemos “O amor é cego”, mas, agora, devemos admitir a possibilidade de que o amor, em certas circunstâncias, seja mais perceptivo do que o não-amor. É claro, isso implica que, num certo sentido, é possível perceber potencialidades que ainda não se concretizaram. Não é um problema de pesquisa tão difícil quanto parece. O teste de Rorschach, nas mãos de um especialista, também é uma percepção de potencialidades que ainda não se concretizaram. Em princípio, isso constitui, portanto, uma hipótese testável.

5. A Psicologia americana ou, de um modo geral, a Psicologia ocidental, pressupõe, no que considero um modo etnocêntrico, que as necessidades, medos e interesses humanos devem ser sempre determinantes da percepção. O “*New Look*” em percepção baseia-se no pressuposto de que a cognição deve ser sempre motivada. É também esse o [pág. 106] ponto de vista freudiano clássico (137). Está ainda implícita outra pressuposição, a de que a cognição é um mecanismo instrumental e interatuante que, em certa medida, deve ser egocêntrico. Parte do princípio de que o mundo *somente* pode ser visto pelo prisma dos interesses do percebedor e de que a experiência deve ser organizada em torno do ego, como centro e ponto determinante de toda a interação. Eu poderia acrescentar que isso é um velho ponto de vista da Psicologia americana. A chamada “Psicologia funcional”, fortemente influenciada por uma versão amplamente defendida do darwinismo, também tendia para considerar todas as capacidades do ponto de vista de sua utilidade ou “valor de sobrevivência”.

Também considero esse ponto de vista etnocêntrico, não só porque se destaca tão claramente como uma expressão inconsciente da mundivisão ocidental, mas também porque envolve uma persistente e assídua negligência dos escritos de filósofos, teólogos e psicólogos do mundo oriental, particularmente dos chineses, japoneses e hindus, para não mencionar autores como Goldstein, Murphy, C. Buhler, Huxley, Sorokin, Watts, Northrop, Angyal e muitos outros.

As minhas investigações indicam que, nas percepções normais das pessoas auto-realizadoras ou capazes de individuação e nas experiências culminantes, mais ocasionais, de pessoas comuns, *a percepção pode ser relativamente egotranscendente, altruística e carente de ego*. Pode ser não-motivada, impessoal,

carente de desejo, desinteressada, desprendida e *não-necessitante*. Pode ser objeto-cêntrica em vez de egocêntrica. Isso quer dizer que a experiência perceptiva pode ser organizada em torno do objeto como seu epicentro, em vez de se apoiar no ego. É como se as pessoas estivessem percebendo algo que tem uma realidade própria e independente, não dependendo do observador. Na experiência estética ou na experiência amorosa é possível a pessoa ficar tão absorvida e “vazada” no objeto que o eu, num sentido muito concreto, desaparece. Alguns autores que escreveram sobre estética, misticismo, maternidade e amor, por exemplo, Sorokin, chegaram ao ponto de afirmar que, na experiência culminante, podemos até falar de uma identificação do percebido e do percebido, de uma fusão do que eram dois [pág. 107] num novo e maior todo, uma unidade superordenada. Isso nos poderia lembrar algumas definições de empatia e de identificação; e, é claro, abre muitas possibilidades de pesquisa nessa direção.

6. *A experiência culminante é sentida como um momento autovalidante e autojustificante, que comporta o seu próprio valor intrínseco.* Quer dizer, é um fim em si mesmo, aquilo a que podemos chamar uma experiência-fim, em vez de uma experiência-meio. É considerada uma experiência tão valiosa, uma revelação tão grande, que até a tentativa de justificá-la lhe retira dignidade e valor. Isso é universalmente atestado pelos meus sujeitos, ao relatarem suas experiências de amor, suas experiências criadoras e suas explosões de introvisão. Isso torna-se particularmente óbvio no momento de introvisão da situação terapêutica. Pelo próprio fato da pessoa se defender contra a introvisão, esta é, portanto, por definição, dolorosa de se aceitar. A sua penetração na consciência é algo confrangedor para a pessoa. Entretanto, apesar desse fato, é universalmente dito e aceito que a introvisão vale a pena, que é desejada e procurada a longo prazo. Ver é melhor do que ser cego (1V2), mesmo quando ver magoa. É um dos casos em que o valor intrínseco, autojustificante e autovalidante da experiência torna a dor meritória. Numerosos autores sobre estética, religião, criatividade e amor descrevem uniformemente essas experiências não só como intrinsecamente valiosas, mas também como sendo *tão* valiosas que tornam a vida digna de ser vivida, apenas pela ocorrência de tais momentos. Os místicos já afirmaram esse grande valor da grande experiência mística, a qual, não obstante, pode ocorrer apenas duas ou três vezes numa vida

inteira.

O contraste é muito nítido com as experiências comuns da vida, especialmente no Ocidente e, ainda mais particularmente, para os psicólogos americanos. O comportamento está tão identificado com os meios-para-fins que, para muitos autores, as palavras “comportamento” e “comportamento instrumental” são consideradas sinônimos. Tudo é feito em nome de algum objetivo ou meta subsequente, *a fim de* se realizar alguma outra coisa. A apoteose dessa atitude foi atingida por John Dewey, na [pág. 108] sua teoria de valor (38a), na qual ele não descobriu a existência de quaisquer fins, mas apenas de meios-para-fins. Até esse enunciado não é muito rigoroso, porquanto implica ainda a existência de fins. Para sermos mais exatos, dever-se-ia dizer que implica que os meios são meios para outros meios, os quais, por seu turno, são meios e assim por diante *ad infinitum*.

As experiências culminantes de puro prazer estão, para os meus sujeitos, entre as metas fundamentais da existência e são validações e justificações desta. Que o psicólogo as despreze, as ultrapasse de largo ou ignore até, oficialmente, a sua existência, ou — o que ainda é pior — nas Psicologias objetivistas, negue *a priori* a possibilidade de sua existência como objetos para estudo científico, é algo incompreensível.

7. *Em todas as experiências culminantes comuns que estudei, existe uma desorientação muito característica no tempo e no espaço.* Seria exato dizer que, nesses momentos, a pessoa está, subjetivamente, fora do tempo e do espaço. No furor criativo, o poeta ou artista esquece-se de tudo o que o cerca e da passagem do tempo. Quando desperta, é-lhe impossível ajuizar quanto tempo transcorreu. Frequentemente, tem de sacudir a cabeça, como se emergisse de uma tortura, para redescobrir onde está.

Mas ainda mais do que isso é a informação freqüente, sobretudo por amantes, da completa perda de extensão no tempo. Não só o tempo passa, em seus êxtases, com uma rapidez vertiginosa, de modo que um dia pode transcorrer como se fosse um minuto, mas também um minuto tão intensamente vivido poderá parecer um dia ou um ano. É como se eles tivessem, de um certo modo, algum lugar noutra mundo, onde o tempo simultaneamente parou¹ e fugiu com grande rapidez. Para as nossas categorias usuais isso é, evidentemente, um paradoxo e uma contradição. Contudo, é

isso que nos é relatado pelos sujeitos e, portanto, é um fato que devemos levar em conta. Não vejo razão alguma pela qual essa espécie de experiência do tempo não possa ser passível de pesquisa experimental. A avaliação da passagem de tempo na experiência culminante deve ser muito inacurada. Portanto, a conscientização do meio circundante também deve ser muito menos acurada do que na existência normal. [pág. 109]

8. As implicações dos meus trabalhos para uma Psicologia dos Valores são muito intrigantes e, no entanto, tão uniformes que se torna necessário não só relató-las, mas também, de algum modo, tentar compreendê-las. Começando primeiro pelo fim, *a experiência culminante é unicamente boa e desejável, e nunca é experimentada como má ou indesejável*. A experiência é intrinsecamente válida; a experiência é perfeita, completa e de nada mais precisa. É auto-suficiente. É sentida como algo intrinsecamente necessário e inevitável. É tão boa quanto *devia* ser. Provoca uma reação de reverência, encantamento, espanto, humildade e até de exaltação e devoção. A palavra “sagrado” é usada, ocasionalmente, para descrever o modo de reação da pessoa à experiência. É deliciosa e “divertida”, num sentido de Ser.

As implicações filosóficas são tremendas. Se, para fins de argumentação, aceitarmos a tese de que, na experiência culminante, a natureza da própria realidade *pode* ser vista mais claramente e a sua essência penetrada mais profundamente, então isso é quase o mesmo que dizer o que tantos filósofos e teólogos têm afirmado: que o Ser, como um todo, quando visto nas suas melhores condições e de um ponto de vista sobranceiro, é unicamente neutro ou bom, e que o mal, ou dor, ou ameaça, constitui apenas um fenômeno parcial, um produto de não se ver o mundo como um todo unificado e de o ver de um ponto de vista egocêntrico e demasiado rasteiro. (É claro, isso não significa negar o mal, a dor ou a morte, mas, antes, uma reconciliação com eles, uma compreensão da sua necessidade.)

Outra forma de dizer isso é compará-lo com um aspecto do conceito de “deus” que é contido em tantas religiões. Os deuses que podem contemplar e abranger a totalidade do Ser, e que, portanto, o compreendem, devem vê-lo como bom, justo, inevitável, e devem ser o “mal” como um produto de visão e compreensão limitadas ou egoístas. Se, nesse sentido, pudéssemos ser “divinos”, então, graças a uma compreensão universal, também nunca condenaríamos ou censuraríamos, nunca

ficaríamos desapontados ou chocados. As nossas únicas emoções possíveis seriam piedade, caridade, ternura e, talvez, tristeza ou S-divertimento com as deficiências dos outros. Mas essa é, precisamente, a maneira como as pessoas individuacionantes [pág. 110] reagem, por vezes, ao inundo e como *todos* nós reagimos em nossos momentos culminantes. É essa, precisamente, a maneira como todos os psicoterapeutas *tentam* reagir aos seus pacientes. Devemos reconhecer, é claro, que essa atitude “divina”, universalmente tolerante, S-divertida e S-receptiva, é extremamente difícil de se atingir, provavelmente até impossível em sua forma pura; e, no entanto, sabemos que isso é uma questão relativa. Podemos acercar-nos mais ou menos dela e seria absurdo negar o fenômeno simplesmente porque só acontece raramente, temporariamente ou sob uma forma impura. Se bem que nunca possamos ser deuses, nesse sentido, podemos ser mais ou menos “divinos”, mais ou menos frequentemente.

Em todo o caso, o contraste com as nossas cognições e reações comuns é muito nítido e flagrante. Usualmente, agimos sob a égide de valores-meios, isto é, da utilidade, conveniência, nocividade ou benignidade, da adequação a determinados propósitos. Avaliamos, controlamos, ajuizamos, condenamos ou aprovamos. Rimos de, em vez de rir com. Reagimos à experiência em termos pessoais e percebemos o mundo em referência a nós próprios e aos nossos fins, assim fazendo do mundo nada mais do que um meio para os nossos fins. Isso é o oposto de estar desprendido do mundo, o que, por sua vez, significa que não estamos realmente percebendo-o, mas percebendo nós próprios nele ou ele em nós próprios. Assim, percebemos de um modo motivado por deficiência e, portanto, só podemos perceber D-valores. Isso é muito diferente da percepção do mundo todo ou daquela porção dele que, em nossa experiência culminante, tomamos como representante do mundo. Então e só então podemos perceber os seus valores, em lugar dos nossos. A esses dei o nome de “valores do Ser” ou, abreviadamente, S-valores. São semelhantes aos “valores intrínsecos” de Robert Hartman (59).

Esses S-valores, até onde posso enunciá-los agora, são:

- 1) totalidade; (unidade; integração; tendência para a unicidade; interligação; simplicidade; organização; estrutura; transcendência da dicotomia; ordem);
- 2) perfeição; (necessidade, exatidão; justeza; inevitabilidade; adequação; justiça;

integridade; “obrigatoriedade”); [pág. 111]

- 3) acabamento; (terminação; finalidade; justiça: “está pronto”; cumprimento; realização; *finis e telos*; destino; fado);
- 4) justiça; (equanimidade; método; ordem; legitimidade; obrigatoriedade),
- 5) vivacidade; (processo; não-passividade; espontaneidade; autocontrole; pleno funcionamento);
- 6) riqueza; (diferenciação, complexidade; fecundidade);
- 7) simplicidade; (honestidade; franqueza; essencialidade; estrutura abstrata, essencial, esquelética);
- 8) beleza; (integridade; justeza; forma; vivacidade; simplicidade; riqueza; totalidade; perfeição; singularidade; honestidade);
- 9) bondade; (equanimidade; desejabilidade; obrigatoriedade; justiça; benevolência; honestidade);
- 10) singularidade; (idiossincrasia; individualidade; incomparabilidade; novidade);
- 11) desembaraço; (facilidade; falta de esforço; empenho ou dificuldade; destreza; elegância; funcionamento perfeito e belo);
- 12) jocosidade; (diversão; alegria; recreação; regozijo; exuberância; desembaraço);
- 13) verdade; franqueza; realidade; (simplicidade; fecundidade; obrigatoriedade; riqueza; puro, limpo e inadulterado; integridade; essencialidade);
- 14) auto-suficiência; (autonomia; independência; não precisar senão de si próprio para ser ele próprio; autodeterminação; transcendência do meio; distinção; viver de acordo com as próprias leis).

É claro que esses valores *não* são mutuamente exclusivos. Não são separados ou distintos, mas sobrepõem-se ou fundem-se entre si. Em última análise, são todos eles *facetas* de Ser, em vez de *parcelas*. Vários desses aspectos subirão ao primeiro plano da cognição, dependendo da operação que a revelou, por exemplo, perceber a pessoa bela ou o belo quadro, experimentar o sexo perfeito e (ou) o perfeito amor, introvisão, criatividade, parturição etc.

Não só isso é, pois, uma demonstração da fusão e unidade da velha trindade de verdadeiro, bom e belo como também é muito mais do que isso. Já relatei em outra parte a minha conclusão (97) de que a verdade, a bondade e a beleza só razoavelmente se correlacionam entre si na pessoa comum da nossa cultura — e na

pessoa neurótica ainda menos. Somente no ser humano desenvolvido e maduro, na pessoa em pleno funcionamento e individuação, é que elas se encontram correlacionadas em tão elevado [pág. 112] grau que, para todos os fins práticos, podemos dizer que se fundem numa unidade. Eu acrescentaria agora que isso também é verdade para outras pessoas em suas experiências culminantes.

Esta conclusão, se for correta, está em contradição frontal e direta com um dos axiomas básicos que orientam todo o pensamento científico, a saber, que quanto mais objetiva e impessoal a percepção se torna, mais independente ficará do valor. Fato e valor têm sido quase sempre considerados (pelos intelectuais) antônimos e mutuamente exclusivos. Mas talvez o oposto seja verdadeiro, pois quando examinamos a cognição mais objetiva, não-motivada, passiva e independente do ego, verificamos que ela pretende perceber os valores diretamente, que os valores não podem ser separados da realidade e que a mais profunda percepção de “fatos” faz com que o “é” e o “deve ser” se fundam. Nesses momentos, a realidade tinge-se de espanto, admiração, reverente temor e aprovação, isto é, de valor.*

9. A experiência normal está enraizada na história e na cultura, assim como nas necessidades variáveis e relativas do homem. Está organizada no tempo e no espaço. Faz parte de conjuntos mais vastos e, portanto, é relativa a esses conjuntos e quadros de referência mais vastos. Como depende, reconhecidamente, do homem para a realidade que possui, seja ela qual for, então se o homem desaparecesse ela também desapareceria. Os seus quadros de referência organizadores deslocam-se dos interesses da pessoa para as exigências da situação, do imediato no tempo para o passado e o futuro, e daqui para ali. Nesses sentidos, experiência e comportamento não relativos.

As experiências culminantes são, desse ponto de vista, mais absolutas e menos relativas. Não só elas são intemporais e inespaciais nos sentidos que indiquei acima; não só estão desligadas do solo e são mais percebidas em si mesmas; não só são relativamente não-motivadas e desligadas dos interesses do homem como também são percebidas [pág. 113] e se lhes reage como se existissem por si próprias, “ali

* Não fiz esforço algum para explorar nem qualquer dos meus sujeitos falou espontaneamente do que poderíamos chamar as “experiências de nadir”, por exemplo, as (para alguns) dolorosas e esmagadoras introversões sobre a inevitabilidade da velhice e morte, da solidão e responsabilidade básicas do indivíduo, da impessoalidade da natureza, da natureza do inconsciente etc.

fora”, como se fossem percepções de uma realidade independente do homem e que persiste para além da sua vida. É certamente difícil e também perigoso, cientificamente, falar de relativo e absoluto, e estou perfeitamente cômico de que isso é um atoleiro semântico. Entretanto, sou compelido por muitos depoimentos introspectivos dos meus sujeitos a relatar essa diferenciação como um fato concreto com que os psicólogos terão, em última instância, de se reconciliar. Estas são as palavras que os próprios sujeitos usam ao tentar descrever experiências que, essencialmente, são inefáveis. *Eles* falam de “absoluto”, *eles* falam de “relativo”.

Nós próprios somos repetidamente tentados a usar esse tipo de vocabulário, por exemplo, no terreno da arte. Um vaso chinês pode ser perfeito em si mesmo; pode, simultaneamente, ter 2.000 anos de idade e, apesar disso, ser novo neste momento; ser mais universal do que chinês. Nesses sentidos, pelo menos, é absoluto, ainda que, simultaneamente, também seja relativo ao tempo, à cultura de sua origem e aos padrões estéticos do observador. Não é também significativo que a experiência mística tenha sido descrita em palavras quase idênticas por pessoas de todas as religiões, todas as eras e de todas as culturas? Não admira que Aldous Huxley (68a) lhe tenha chamado “A Filosofia Perene”. Os grandes criadores, digamos, tal como foram antologicamente reunidos por Brewster Ghiselin (54a), descreveram seus momentos criativos em termos quase idênticos, embora fossem poetas, químicos, escultores, filósofos e matemáticos.

O conceito de absoluto criou dificuldades em parte porque tem sido quase sempre impregnado de uma tonalidade estática. Ficou agora claro, através da experiência com os meus sujeitos, que isso não é necessário nem inevitável. A percepção de um objeto estético, ou de um rosto amado, ou de uma bela teoria, é um processo flutuante, instável; mas essa flutuação da atenção ocorre estritamente *dentro* da percepção. A sua riqueza pode ser infinita e a contemplação contínua pode ir de um aspecto da perfeição para outro, concentrando-se ora num de seus aspectos, ora em outro. Um belo quadro tem muitas organizações, não apenas uma, pelo que a experiência estética pode ser um prazer contínuo, embora flutuante, enquanto [pág. 114] o quadro é visto, em si mesmo, ora de um modo, ora de outro. Também pode ser visto relativamente num momento, absolutamente no momento seguinte. Não precisamos ficar debatendo se ele é relativo *ou* absoluto. Pode ser ambas as coisas.

10. A cognição comum é um processo muito ativo. Caracteristicamente, é uma espécie de configuração e seleção pelo observador. Ele escolhe o que vai perceber e o que não vai perceber, relaciona-o com as suas necessidades, temores e interesses, dá-lhe organização, ordenando-o e reordenando-o. Numa palavra, trabalha o que percebe. A cognição é um processo consumidor de energia. Implica vivacidade, vigilância e tensão e, portanto, é fatigante.

A S-cognição é muito mais passiva e receptiva do que ativa, embora, é claro, nunca possa sê-lo completamente. As melhores descrições que encontrei dessa espécie “passiva” de cognição chegam-nos dos filósofos orientais, especialmente de Lao-Tsé e dos filósofos tauístas. Krishnamurti (85) tem uma excelente expressão para descrever os meus dados. Ele chama-lhe “consciência sem escolha”. Também poderíamos chamar-lhe “consciência sem desejo”. A concepção tauísta de “deixar ser” também diz o que estou tentando dizer, a saber, que a percepção pode ser mais tolerante do que exigente, mais contemplativa do que convincente. Posso ser humilde perante a experiência, não interferindo, recebendo mais do que tomando, e pode deixar o objeto de percepção ser ele próprio. Acode-me também aqui a descrição freudiana da “atenção à deriva”. Também esta é mais passiva do que ativa, mais desprendida do que egocêntrica, mais divagante do que vigilante, mais paciente do que impaciente. É mais olhar do que ver, rendendo-se e submetendo-se à experiência.*

Também achei útil um recente memorando de John Shlien (155) sobre a diferença entre o ouvir passivo e o ouvir ativo e forçoso. O bom terapeuta deve estar apto a escutar mais no sentido de receber do que no de tomar, a fim de poder ouvir o que realmente é dito, em vez do que espera ouvir ou exige ouvir. Ele não deve impor-se, mas, [pág. 115] antes, deixar que as palavras fluam para ele. Só assim o padrão e a forma do que é dito podem ser assimilados. Caso contrário, estaremos ouvindo unicamente as nossas próprias teorias e expectativas.

De fato, podemos dizer que é esse critério, o de estar apto a ser receptivo e passivo, que distingue o bom terapeuta do medíocre, em qualquer escola. O tom terapeuta está apto a perceber cada pessoa em suas próprias condições e sem o impulso para taxonomizar, para estabelecer categorias e rubricas, para classificar e

* *Free-floating attention* é a expressão cunhada por Freud para designar uma atenção genérica que não se

repartir. O terapeuta medíocre, através de cem anos de experiência clínica, talvez encontre apenas repetidas corroborações de teorias que aprendeu no início da sua carreira. É nesse sentido que tem sido assinalado que um terapeuta pode repetir os mesmos erros durante 40 anos e chamar-lhes depois “uma rica experiência clínica”.

Um modo inteiramente diferente, embora igualmente incomum, de comunicar a verdadeira natureza dessa característica da S-cognição é chamar-lhe, como D. H. Lawrence e outros românticos, involuntária, em vez de volitiva. A cognição comum é altamente volitiva e, portanto, exigente, predeterminada e preconcebida. Na cognição da experiência culminante, a vontade não interfere. É mantida em suspenso. Recebe e não pede. Não podemos comandar a experiência culminante. Ela acontece-*nos*.

11. *A reação emocional, na experiência culminante, tem um sabor especial de espanto, de reverência, de humildade e rendição diante da experiência como diante de algo verdadeiramente grande.* Por vezes, isso tem um toque de medo (embora um medo agradável) de ser-se esmagado, assoberbado. Os meus sujeitos dão-me conta disso em frases como: “Isso é demais para mim”, “É mais do que posso suportar”, “É maravilhoso demais”. A experiência pode ter uma certa pungência e uma qualidade percuciente que tanto podem provocar lágrimas como riso, embora se trate de uma dor desejável que é frequentemente descrita como “doce”. Isso pode ir ao ponto de envolver pensamentos de morte, de um modo peculiar. Não só os meus sujeitos, mas muitos escritores sobre as várias experiências culminantes, traçaram o paralelo com a experiência de morrer, isto é, uma morte sentida como algo pressuroso e veemente. Uma frase típica pode ser: “Isso [pág. 116] é maravilhoso demais. Não sei como posso suportá-lo. Eu poderia morrer agora e não me importaria.” Talvez isso seja, em parte, o desejo de conservar a experiência, de apegar-se a ela, e uma relutância em descer das alturas para o vale da existência vulgar. Talvez seja também, em parte, um aspecto do profundo sentimento de humildade, pequenez, impotência, mesquinhez, diante da enormidade da experiência.

12. Outro paradoxo com que temos de nos haver, se bem que difícil, encontra-se nos relatos conflitantes sobre a percepção do mundo. *Em alguns relatos,*

particularmente os que se referem à experiência mística, ou à experiência religiosa, ou à experiência filosófica, a totalidade do mundo é vista como uma unidade, como uma única, e rica entidade viva. Em outras das experiências culminantes, sobretudo a experiência amorosa e a experiência estética, uma pequena parcela do mundo é percebida como se, de momento, fosse o mundo todo. Em ambos os casos a percepção é de unidade. Provavelmente, o fato de que a S-cognição de um quadro, ou de uma pessoa, ou de uma teoria, retém todos os atributos da totalidade do Ser, isto é, os S-valores, deriva desse fato de percebê-lo como se fosse tudo o que existe num dado momento.

13. Existem diferenças substanciais (56) entre a cognição que separa e categoriza e a cognição original do concreto, do natural e do particular. É nesse sentido que usarei os termos abstrato e concreto. Não são muito diferentes dos termos de Goldstein. A maioria das nossas cognições (dar atenção, perceber, recordar, pensar, aprender) é abstrata, não concreta. Quer dizer, em nossa vida cognitiva dedicamo-nos, sobretudo, a categorizar, esquematizar, classificar e abstrair ou separar. Não fazemos tanto por conhecer a natureza do mundo como ele realmente é quanto por organizar a nossa própria concepção interior do mundo. A maioria da experiência é filtrada através do nosso sistema de categorias, construtos e rubricas, como Schachtel (147) também sublinhou em seu trabalho clássico sobre “Amnésia Infantil e o Problema da Memória”. Fui levado a essa diferenciação pelos meus estudos sobre individuação, *descobrimo nas pessoas individuationantes, simultaneamente, a capacidade de abstraírem sem abdicarem [pág. 117] do concreto e a capacidade de serem concretas sem renunciarem à abstração.* Isso amplia um pouco a descrição de Goldstein porque apurei não só uma redução ao concreto, mas também o que poderíamos chamar uma redução ao abstrato, isto é, uma perda de capacidade para perceber o concreto. Desde então, fui encontrar essa mesma capacidade excepcional para perceber o concreto em bons artistas, assim como em clínicos, embora não individuationantes. Mais recentemente, descobri essa mesma aptidão em pessoas comuns, nos seus momentos culminantes. Elas são, pois, mais capazes de apreender o objeto de percepção em sua própria natureza concreta, idiossincrásica.

Como essa espécie de percepção idiográfica tem sido habitualmente descrita

como o cerne da percepção estética, como em Northrop (127a), por exemplo, uma e outra tornaram-se quase sinônimos. Para a maioria dos filósofos e artistas, perceber uma pessoa concretamente, em sua singularidade intrínseca, é percebê-la esteticamente. Prefiro o uso mais amplo e creio já ter demonstrado que esse tipo de percepção da natureza única do objeto é característico de *todas* as experiências culminantes, não só das estéticas.

É útil compreender a percepção concreta que tem lugar na S-cognição como uma percepção de todos os aspectos e atributos do objeto, simultaneamente ou em rápida sucessão. Abstrair é, em essência, selecionar apenas certos aspectos do objeto, aqueles que nos são úteis, aqueles que nos ameaçam, aqueles com que estamos familiarizados ou aqueles que se ajustam às nossas categorias lingüísticas. Whitehead e Bergson deixaram isso suficientemente claro, como outros filósofos depois deles, por exemplo, Vivanti. As abstrações, na medida em que são úteis, também são falsas. Numa palavra, perceber um objeto abstratamente significa *não* perceber alguns dos seus aspectos. Implica, claramente, a seleção de alguns atributos, a rejeição de outros atributos, a criação ou distorção de ainda outros. Fazemos dele o que desejamos. Criamo-lo. Fabricamo-lo. Além disso, é extremamente importante a forte tendência, na abstração, para relacionar aspectos do objeto com o nosso sistema lingüístico. Isso provoca certas complicações, visto que a linguagem, na acepção freudiana, é mais um processo secundário que primário, trata **[pág. 118]** mais da realidade externa que da realidade psíquica, tem mais a ver com a consciência do que com o inconsciente. É certo que essa carência pode ser corrigida, em certa medida, pela linguagem poética ou rapsódica, mas, em última análise, grande parte da experiência é inefável e não pode ser expressa, de maneira alguma, em linguagem.

Vejamos, por exemplo, o caso da percepção de um quadro ou de uma pessoa. Para que possamos percebê-los inteiramente, temos de rechaçar a nossa tendência para classificar, comparar, avaliar, necessitar, usar. No momento em que dizemos, por exemplo, este homem é um estrangeiro, nesse preciso momento o classificamos, realizamos um ato de abstração e, em certa medida, eliminamos a possibilidade de vê-lo como um ser humano único e total, diferente de qualquer outro no mundo inteiro. No momento em que nos acercamos do quadro na parede para ler o nome do

artista, cerceamos a possibilidade de ver a pintura com olhos completamente novos, em toda a sua singularidade e originalidade. Até certo ponto, aquilo a que chamamos *saber*, isto é, a colocação de uma experiência num sistema de conceitos, ou palavras, ou relações, elimina a possibilidade de plena cognição. Herbert Read assinalou que a criança tem “olhos inocentes”, a capacidade de ver alguma coisa como se a estivesse vendo pela primeira vez (freqüentemente, ela *está* vendo-a pela primeira vez). A criança pode ficar contemplando-a de olhos arregalados de espanto ou de deslumbramento, examinando todos os seus aspectos, absorvendo todos os seus atributos, pois que, para a criança nessa situação, nenhum atributo de um objeto estranho é mais importante do que qualquer outro atributo. Ela não o organiza; simplesmente, olha-o com toda a sua atenção. Saboreia as qualidades da experiência da maneira que foi descrita por Cantril (28, 29) e Murphy (122, 124). Quanto ao adulto numa situação análoga, na medida em que formos capazes de nos abster de apenas abstrair, denominar, situar, comparar, relacionar, nessa mesma medida estaremos aptos a ver cada vez mais aspectos da multiplicidade da pessoa ou do quadro. Em particular, devo sublinhar a capacidade de perceber o inefável, que não pode ser traduzido em palavras. Tentar forçá-lo a caber em palavras é mudá-lo, convertê-lo em algo diferente daquilo que é, outra coisa *como* isso, algo semelhante e, contudo, algo diferente do que isso é. [pág. 119]

É essa capacidade para perceber o todo e para nos sobrepormos à percepção das partes que caracteriza a cognição nas várias experiências culminantes. Visto que só assim podemos conhecer uma pessoa, na mais plena acepção da palavra, não surpreende que as pessoas individuacionantes sejam muito mais argutas em sua percepção de pessoas, em sua penetração no âmago ou essência de outra pessoa. Por isso é que também estou convencido de que o terapeuta ideal, o que, presumivelmente, deve estar apto, por necessidade profissional, a compreender outra pessoa em sua singularidade e em sua integralidade, sem pressupostos, deve ser, pelo menos, um ser humano francamente sadio. Sustento isso, muito embora esteja disposto a admitir diferenças individuais inexplicadas nesse tipo de perceptividade, e também que a própria experiência terapêutica pode constituir uma espécie de adestramento na cognição do Ser de outro ser humano. Isso explica também porque acho que um adestramento em percepção e criação estética poderia ser um aspecto

muito desejável do treino clínico.

14. *Nos níveis superiores de amadurecimento humano, são transcendidas, resolvidas ou fundem-se muitas dicotomias, polaridades e conflitos.* As pessoas capazes de individuação são, simultaneamente, egoístas e altruístas, dionisíacas e apolíneas, individuais e sociais, racionais e irracionais, fundem-se com outras e mantêm-se separadas das outras etc. O que eu pensava ser uma seqüência contínua em linha reta, cujos extremos eram polares em relação um ao outro e o mais afastados possível, resultou ser, afinal de contas, mais parecido com círculos ou espirais, em que os extremos polares se tocam e se fundem numa unidade. Também considero isso uma forte tendência na cognição total do objeto. Quanto mais entendemos o Ser, em sua totalidade, mais podemos tolerar a existência e percepção simultâneas de incompatibilidades, de oposições e de contradições óbvias. Estas parecem ser produtos de cognição parcial e dissipam-se com a cognição do todo. A pessoa neurótica, vista de um ângulo sobranceiro, pode então ser observada como uma intrincada, maravilhosa e até bela unidade de processo. O que normalmente vemos como conflito, contradição e dissociação, pode então ser percebido como inevitável, necessário, até predestinado. [pág. 120] Isso quer dizer que, se essa pessoa puder ser plenamente compreendida, então tudo se ajusta em seus lugares necessários e ela pode ser esteticamente percebida e apreciada. Todos os seus conflitos e divisões mostram possuir uma espécie de sentido ou sabedoria. Até os conceitos de doença e de saúde podem-se fundir e tornar indistintos quando passamos a ver o sintoma como uma pressão no sentido da saúde, ou a ver a neurose como a solução mais sadia possível, no momento, para os problemas do indivíduo.

15. *A pessoa que atingiu um ponto culminante assemelha-se a um deus não só nos sentidos que já abordei, mas também em alguns outros aspectos, sobretudo, na aceitação completa, extremosa, benevolente, compassiva e, talvez, divertida do mundo e da pessoa, por muito má que esta possa parecer em momentos mais normais.* Os teólogos debateram-se durante largo tempo com a tarefa impossível de reconciliar o pecado, a maldade e a dor reinantes no mundo com o conceito de um Deus todo-poderoso, onisciente e todo amor. Uma dificuldade subsidiária se apresentou na tarefa de reconciliar a necessidade de recompensas e castigo para o

bem e o mal com esse conceito de um Deus que é todo amor e perdão. Ele deve, de algum modo, punir e não punir, perdoar e condenar.

Creio que podemos aprender algo sobre uma resolução naturalista desse dilema através do estudo das pessoas capazes de individuação e através da comparação dos dois tipos largamente distintos de percepção até aqui examinados, isto é, a S-percepção e a D-percepção. Habitualmente, a S-percepção é uma coisa momentânea. É um pico, um ponto culminante, uma realização ocasional. Dá-nos a idéia de que os seres humanos percebem, a maior parte do tempo, de uma forma deficiente. Quer dizer, as pessoas comparam, julgam, aprovam, relacionam, usam. Isso significa ser possível, para nós, perceber alternativamente outro ser humano de duas maneiras diferentes, por vezes em seu Ser, como se ele fosse, por algum tempo, a totalidade do universo. Muito mais freqüentemente, porém, percebemo-lo como uma parte do universo e relacionamo-lo com o resto de muitas e complexas maneiras. Quando nós o S-percebemos, *então* chamamos-lhe todo-amoroso, todo-clemente, todo-compassivo, todo-acolhedor, [pág. 121] todo-compreensivo, S-divertido, amorosamente deleitado. Mas são esses, precisamente, os atributos que adornam a maior parte das concepções de um deus (exceto no que diz respeito ao divertimento ou prazer deleitoso — um atributo que, estranhamente, falta na maioria dos deuses). Em tais momentos, podemos, pois, ser “divinos” nesses mesmos atributos. Por exemplo, na situação terapêutica, podemos nos relacionar dessa forma compreensiva, amorosa, benevolente, acolhedora, com toda e qualquer espécie de pessoas a quem, normalmente, temeríamos, condenaríamos e até poderíamos odiar: homicidas, pederastas, estupradores, chantagistas, covardes.

Acho extremamente interessante que, por vezes, todas as pessoas se comportam como se quisessem ser S-cognoscidas (ver o capítulo 9). Ressentem-se por ser classificadas, categorizadas, rubricadas. Rotular uma pessoa como criado, ou policial, ou uma “dama”, em vez de a percebermos como indivíduo, ofende-a freqüentemente. Todos nós queremos ser reconhecidos e aceitos pelo que somos, em nossa plenitude, riqueza e complexidade. Se entre os seres humanos não pudermos encontrar esse aceitante, então a tendência muito forte parece ser para projetar e criar uma figura “divina”, por vezes humana, outras vezes sobrenatural.

Outra espécie de resposta para o “problema do mal” é sugerida pela forma

como os nossos sujeitos “aceitam a realidade” como ser-em-si e por si próprio. Não é *a favor do* homem nem *contra* o homem. É apenas o que é, impessoalmente. Um terremoto que mata cria um problema de reconciliação apenas para o homem que necessita de um deus pessoal que seja, simultaneamente, todo-amor, onipotente e inteiramente carente de humor, e que tenha sido o criador do mundo. Para os homens capazes de o perceber e aceitar de um modo naturalista, impessoal e incriado, o terremoto não apresenta qualquer problema ético ou axiológico, visto que não foi feito “de propósito” para os incomodar ou enfurecer. Eles encolhem os ombros e, se o mal fora definido de forma antropocêntrica, aceitam simplesmente o mal tal como aceitam as estações e as tempestades. Em princípio, é possível admirar a beleza de uma inundação ou a de um tigre no instante em que cai sobre a sua presa para liquidá-la — ou até encontrar nisso [pág. 122] um divertimento. É claro, é muito mais difícil assumir essa atitude com ações humanas que nos magoem, mas ocasionalmente, isso é possível, e quanto mais maduro for um homem, maior é essa possibilidade.

16. *A percepção no momento culminante tende a ser fortemente idiográfica e não-classificatória.* O objeto de percepção, quer seja uma pessoa, ou o mundo, ou uma árvore, ou uma obra de arte, tende a ser visto como um caso singular e como membro único da sua classe. Isso está em contraste com a nossa forma nomotética normal de encarar o mundo, a qual assenta, essencialmente, na generalização e na divisão aristotélica do mundo em classes de vários tipos e espécies, das quais o objeto é exemplo, um espécime ou amostra. Todo o conceito de classificação assenta em classes gerais. Se não existissem classes, os conceitos de semelhança, de igualdade, de semelhança e de diferença tornar-se-iam totalmente inúteis. Não podemos comparar dois objetos que nada têm em comum. Além disso, que dois objetos têm algo em comum significa, necessariamente, abstração, por exemplo, qualidades tais como “vermelho”, “redondo”, “pesado” etc. Mas se percebemos uma pessoa sem abstração, se insistimos em perceber todos os seus atributos simultaneamente e como necessários uns aos outros, então já não podemos classificar. Desse ponto de vista, uma pessoa *toda*, ou uma pintura *toda*, um pássaro ou uma flor, passam a ser o membro único de uma classe e, por conseguinte, deve ser percebido idiograficamente. Essa disposição para ver todos os aspectos do objeto

significa maior validade de percepção (59).

17. *Um aspecto da experiência culminante é uma completa, ainda que momentânea, perda de medo, ansiedade, inibição, defesa e controle, uma suspensão de renúncia, protelação e constrangimento.* O medo de desintegração e dissolução, o temor de ser vencido pelos “instintos”, o medo de morte e de insanidade, o receio de ceder a prazeres e emoções desenfreados, tudo isso tende a desaparecer ou a ficar temporariamente suspenso. Também isso implica uma maior largueza e amplitude de percepção, visto que o medo destorce e restringe. [pág. 123]

A experiência culminante pode ser concebida como pura satisfação, pura expressão, pura exultação ou júbilo. Mas, como é “no mundo”, representa uma espécie de fusão do “princípio de prazer” e do “princípio de realidade” freudianos. Portanto, é mais um exemplo da resolução dos conceitos habitualmente dicotômicos, em níveis superiores do funcionamento psicológico.

Assim, podemos esperar encontrar uma certa “permeabilidade” nas pessoas que têm usualmente tais experiências, uma proximidade e abertura maiores, em relação ao inconsciente, e uma relativa ausência de medo dele.

18. Já vimos que, nessas várias experiências culminantes, a pessoa tende a tornar-se mais integrada, mais individual, mais espontânea, mais expressiva, mais desenvolvida, mais corajosa, mais poderosa etc.

Mas essas características são semelhantes ou quase idênticas às da lista de S-valores descritos nas páginas anteriores. Parece haver *uma espécie de paralelismo dinâmico ou isomorfismo entre o interior e o exterior.* Isso quer dizer que, assim como o Ser essencial do mundo é percebido pela pessoa, também fica mais próxima, *concorrentemente, do seu próprio Ser* (da sua própria perfeição, de ser mais perfeitamente ela própria). Esse efeito de interação parece ocorrer em ambas as direções, pois quando a pessoa se acerca mais do seu próprio Ser ou perfeição, por qualquer razão, isso habilita-a, concomitantemente, a ver com mais facilidade os S-valores no mundo. Ao ficar mais unificada, mais integrada, a sua tendência é para ser capaz de ver mais unidade no mundo. Ao tornar-se S-lúdica, está mais capacitada para ver S-jogo no mundo. Ao ficar mais forte, também está mais apta a ver força e poder no mundo. Cada um torna mais possível o outro, tal como a depressão faz o

mundo parecer menos bom e um mundo menos bom leva a pessoa à depressão. Ela e o mundo tornam-se cada vez mais semelhantes, à medida que ambos caminham no sentido da perfeição (ou ambos caminham para a perda de perfeição) (108, 114).

Talvez isso faça parte do que é entendido por fusão de amantes, por comunhão com o mundo na experiência cósmica, pelo sentimento de ser *parte* da unidade que é percebida numa grande introversão filosófica. Também são pertinentes alguns dados (inadequados) (180) que indicam [pág. 124] que algumas das qualidades que descrevem a estrutura de “boas” pinturas também descrevem o bom ser humano, os S-valores de totalidade, singularidade e vivência. Isso, evidentemente, é testável.

19. Para alguns leitores, será útil que eu tente agora, sucintamente, colocar tudo isso noutra quadro de referência que é mais familiar a muitos: o psicanalítico. Os processos secundários dizem respeito ao mundo real, fora do inconsciente e do pré-consciente (86). Lógica, ciência, bom senso, bom ajustamento, enculturação, responsabilidade, planejamento, racionalismo, tudo são técnicas de processo secundário. Os processos primários foram descobertos, primeiro, nos neuróticos e psicóticos; e, depois, nas crianças e só recentemente em pessoas sadias. As regras pelas quais o inconsciente funciona podem ser vistas com a maior clareza nos sonhos. Desejos e medos são os propulsores primários dos mecanismos freudianos. O homem bem ajustado, responsável, de bom senso, que se movimenta à vontade no mundo real, deve, usualmente, conseguir isso, em parte, voltando as costas ao seu inconsciente e pré-consciente, negando-os e reprimindo-os.

Para mim, essa revelação ocorreu, da maneira mais penetrante, quando tive de encarar o fato, há alguns anos, de que os meus sujeitos mais capazes de individuação, mais auto-realizados, que eu escolhera justamente por serem muito maduros, eram também, ao mesmo tempo, infantis. Chamei-lhe “infantilidade saudável”, uma “segunda inocência”. Também foi reconhecida por Kris (84) e pelos egopsicólogos como “regressão ao serviço do ego”, não só encontrada em pessoas sadias, mas aceita, em última instância, como um *sine qua non* da saúde psicológica. Também se admitiu que o amor era uma regressão (isto é, a pessoa que não pode regredir não pode amar). E, finalmente, os psicanalistas concordam em que a inspiração ou a grande (primária) criatividade resulta, em parte, do inconsciente, isto é, trata-se de uma regressão saudável, um afastamento temporário do mundo real.

Ora, o que eu estive descrevendo aqui pode ser visto como *uma fusão do ego, id, superego e ego-ideal, dos níveis consciente, pré-consciente e inconsciente, dos processos primários e secundários, uma sintetização do princípio de prazer [pág. 125] com o princípio de realidade, uma saudável regressão sem medo ao serviço da máxima maturidade, uma verdadeira integração da pessoa em todos os níveis.*

Redefinição de Individuação

Por outras palavras, qualquer pessoa, em qualquer das experiências culminantes, assume, temporariamente, muitas das características que encontrei nos sujeitos capazes de individuação. Quer dizer, por algum tempo, tornam-se promotores da sua própria individuação (*self-actualizers*). Podemos considerar isso uma transitória mudança caracterológica, se assim desejarmos, e não apenas um estado emocional-cognitivo-expressivo. Não só são esses os seus momentos mais felizes e mais excitantes, mas também são momentos de máxima maturidade, individuação e realização — numa palavra, os seus momentos mais saudáveis.

Isso nos possibilita redefinir individuação de uma forma tal que a expurgue de todas as suas deficiências estáticas e tipológicas, e que faça dela cada vez menos uma espécie de panteão do tudo-ou-nada, no qual só ingressam algumas raras pessoas aos 60 anos de idade. Podemos defini-la como um episódio ou um surto em que os poderes da pessoa se conjugam e unem de um modo particularmente eficiente e intensamente aprazível, em que ela está mais integrada e menos dividida, mais aberta à experiência, mais idiossincrásica, mais perfeitamente expressiva ou espontânea, em pleno funcionamento, mais criadora, melhor humorada, mais egotranscendente, mais independente de suas necessidades inferiores etc. Nesses episódios, a pessoa torna-se mais verdadeiramente ela própria, mais perfeitamente produtiva de suas potencialidades, na medida em que as concretiza, mais próxima do cerne do seu Ser, enfim, mais plenamente humana.

Tais estados ou episódios podem, em teoria, ocorrer em qualquer altura da vida de qualquer pessoa. O que distingue aqueles indivíduos a que chamei pessoas individucionantes é que, nelas, esses episódios ocorrem muito mais freqüentemente, mais intensa e perfeitamente do que nas pessoas comuns. Isso torna a individuação uma questão de grau e freqüência, em vez de uma questão de tudo-

ou-nada; e, por conseguinte, torna-a mais acessível aos procedimentos [pág. 126] de pesquisa existentes. Já não temos que ficar limitados à investigação daqueles raros sujeitos de que se pode dizer que se realizam a si próprios a maior parte do tempo. Em teoria, pelo menos, também podemos investigar *qualquer* biografia em busca de episódios de individuação, especialmente as biografias de artistas, intelectuais e outras pessoas especialmente criadoras, de pessoas profundamente religiosas e de pessoas que experimentam grandes introvisões em psicoterapia ou em outras importantes experiências de crescimento.

A Questão da Validade Externa

Até agora, descrevi uma experiência subjetiva ao estilo experimental. A sua relação com o mundo externo é outra questão inteiramente diferente. Apenas porque o percebido *acredita* que percebe mais verdadeiramente e mais completamente, isso não prova que realmente assim seja. Os critérios para julgar sobre a validade dessa crença residem, habitualmente, nos objetos ou pessoas percebidos ou nos produtos criados. Portanto, são, em princípio, simples problemas para a pesquisa correlacionai.

Mas em que sentido pode ser dito que a arte é conhecimento? A percepção estética possui, certamente, a sua autovalidação intrínseca. É sentida como experiência valiosa e maravilhosa. Mas algumas ilusões e alucinações também o são. E, além disso, uma pessoa pode ser estimulada para uma experiência estética por um quadro que deixa outras pessoas completamente insensíveis. Se quisermos ir além do que é privado, o problema dos critérios externos de validade prevalece, tal como ocorre com todas as outras percepções.

O mesmo pode dizer-se da percepção amorosa, da experiência mística, do momento criador e do lampejo de introvisão.

O amante percebe no ser amado o que ninguém mais pode perceber e, uma vez mais, não há dúvida quanto ao valor intrínseco da sua experiência íntima e das muitas conseqüências boas para ele, para o ser amado e para o mundo. Se tomarmos como exemplo a mãe que ama o seu bebê, o caso é ainda mais óbvio. Não só o amor percebe potencialidades, mas também as concretiza. A ausência de [pág. 127] amor certamente sufoca as potencialidades e pode até matá-las. O desenvolvimento

peçoal exige coragem, autoconfiança, inclusive audácia; e o não-amor da mãe ou do parceiro sexual gera o oposto — ansiedade, falta de confiança em si próprio, sentimentos de insignificância, de “não prestar”, e expectativas de ridículo — tudo isso fatores inibitórios do desenvolvimento e da individuação.

Toda a experiência personológica e psicoterapêutica é testemunho deste fato: o amor realiza e o não-amor frustra, merecidamente ou não (17).

Surge então aqui a pergunta complexa e circular: “Em que medida esse fenômeno é uma profecia que se realiza a si própria?”, na expressão usada por Merton. A convicção do marido de que sua esposa é bela ou a firme crença da esposa de que seu marido é corajoso *cria*, em certa medida, a beleza ou a coragem. Isso não é tanto uma percepção de algo que já existe como de algo a que a crença deu existência. Consideraremos isso, talvez, um exemplo de percepção de uma potencialidade, visto que *toda e qualquer* pessoa tem a possibilidade de ser bela e corajosa? Sendo assim, então é diferente de se perceber a possibilidade real de que alguém venha a ser um grande violinista, o que *não é* uma possibilidade universal.

Entretanto, mesmo para além de toda essa complexidade, permanecem certas dúvidas latentes para aqueles que esperam, em última instância, arrastar todos esses problemas para o domínio da ciência pública. Com bastante frequência, o amor por outrem acarreta ilusões, a percepção de qualidades e potencialidades que não existem, que não são, portanto, verdadeiramente percebidas, mas criadas na mente do amante ou do observador e que, afinal, assentam num sistema de necessidades, repressões, renúncias, projeções e racionalizações. Se o amor pode ser mais perceptivo do que o não-amor, também pode ser mais cego. E o problema de pesquisa continua nos desafiando: quando é o quê? Como podemos selecionar aqueles casos’ em que a percepção do mundo real é mais perspicaz? Já relatei as minhas observações ao nível personológico: que uma resposta a essa questão reside na variável da saúde psicológica do percebedor, dentro ou fora da relação de amor. Quanto maior for a saúde, mais sutil e penetrante será a percepção do mundo, desde que todas as mais condições [pág. 128] sejam idênticas. Como esta conclusão foi o produto de observação não-controlada, deve ser apresentada apenas como uma hipótese à espera de pesquisa controlada.

De um modo geral, problemas análogos se nos deparam nos surtos estéticos e

intelectuais de criatividade e também nas experiências de introvisão. Em ambos os casos, a validação externa da experiência não está perfeitamente correlacionada com a autovalidação fenomenológica. É possível que uma grande introvisão esteja equivocada, que um grande amor desapareça. O poema que é criado durante uma experiência culminante talvez seja mais tarde jogado fora, como insatisfatório. A criação de um produto que perdura e resiste gera o mesmo sentimento subjetivo que a criação de um produto que soçobra ou se dobra, mais tarde, ante uma análise crítica, fria e objetiva. A pessoa habitualmente criadora sabe muito bem disso, esperando que metade dos seus grandes momentos de inspiração e introvisão não resultem em nada. Todas as experiências culminantes são sentidas como S-cognição, mas nem todas o são verdadeiramente. Entretanto, não nos atreveríamos a negligenciar as claras indicações de que, pelo menos algumas vezes, maior perspicácia e maior eficiência de cognição podem ser encontradas nas pessoas mais sadias e nos momentos mais saudáveis, isto é, algumas experiências culminantes *são* S-cognições. Sugerir, certa vez, o princípio de que, se as pessoas capazes de individuação podem perceber (e percebem) a realidade mais eficientemente, mais plenamente e com menos contaminação motivacional do que as outras, então talvez seja possível usá-las como padrões para aferição biológica. Através da *sua* maior sensibilidade e percepção, podemos obter uma informação melhor sobre o que é a realidade do que através dos nossos próprios olhos, tal como os canários podem ser usados para detectar o gás em minas, antes de criaturas menos sensíveis poderem fazê-lo. Como segundo recurso, poderemos usar nós próprios, em nossos momentos mais perceptivos, em nossas experiências culminantes, para que nos informem sobre a natureza da realidade que é mais verdadeira do que ordinariamente podemos avaliar.

Finalmente, parece claro que as experiências cognitivas que estive descrevendo não podem ser um substituto [pág. 129] dos céticos e cautelosos procedimentos rotineiros da ciência. Por muito fecundas e penetrantes que essas cognições possam ser, e aceitando-se plenamente que elas sejam a melhor ou a única forma de descobrir certas espécies de verdade, os problemas de comprovar, escolher, rejeitar, confirmar e validar (externamente) permanecem, entretanto, conosco, depois do lampejo da introvisão. Contudo, parece absurdo colocá-los na relação

antagonicamente exclusiva. Deve parecer agora óbvio que eles se necessitam e suplementam entre si, da mesma maneira que o pioneiro da fronteira e o colono.

Efeitos Subseqüentes das Experiências Culminantes

Completamente separável da questão da validade externa da cognição nas várias experiências culminantes, é a dos efeitos subseqüentes, para a pessoa, dessas experiências, sobre os quais, ainda noutra sentido, se pode dizer que validam a experiência. Não disponho, até ao presente, de dados de pesquisa controlada. Tenho apenas a concordância geral dos meus sujeitos em que tais efeitos *existem*, a minha própria convicção quanto à sua existência e o completo acordo de todos os autores sobre criatividade, amor, introversão, experiência mística e experiência estética. Nessa base, sinto-me justificado para formular, pelo menos, as seguintes afirmações ou proposições, as quais são todas testáveis.

1. As experiências culminantes podem ter e têm alguns efeitos terapêuticos, no sentido estrito de remoção de sintomas. Tenho, pelo menos, dois depoimentos — um de um psicólogo e outro de um antropólogo — sobre experiências místicas ou oceânicas tão profundas que eliminaram para sempre certos sintomas neuróticos. Tais experiências de conversão, é claro, são abundantemente registradas na história humana, mas, até onde sei, nunca receberam a atenção de psicólogos ou psiquiatras.

2. Elas podem mudar numa direção saudável a concepção que a pessoa tem sobre si própria.

3. Podem mudar o conceito que se fazia de outras pessoas e as relações com elas, de muitas maneiras.

4. Podem mudar, mais ou menos permanentemente, a visão que a pessoa tinha do mundo ou de alguns aspectos ou partes do mesmo. **[pág. 130]**

5. Podem libertar a pessoa para maior criatividade, espontaneidade, expressividade, idiosincrasia.

6. A pessoa recorda a experiência como um acontecimento muito importante e desejável, e procura repeti-la.

7. A pessoa é mais suscetível de sentir que a vida, em geral, é digna de ser vivida, mesmo se for usualmente insípida, prosaica, penosa ou ingrata, visto que a existência de beleza, excitação, honestidade, ação, bondade, verdade e

expressividade lhe foi demonstrada. Quer dizer, a própria vida foi validada e o suicídio e os desejos de morte devem-se tornar menos prováveis.

Muitos outros efeitos poderiam ser relatados que são *ad hoc* e idiossincrásicos, dependendo de cada pessoa e dos problemas que ela considera estarem resolvidos ou serem agora vistos a uma nova luz, em resultado da sua experiência.

Penso que esses efeitos subseqüentes podem ser *todos* generalizados e a sensibilidade para eles comunicada, se a experiência culminante puder ser equiparada a uma visita a um Céu pessoalmente definido, do qual uma pessoa retorna depois à Terra. Os efeitos desejáveis de uma tal experiência, alguns universais e alguns pessoais, são considerados, pois, muito prováveis.*

E posso também enfatizar que tais efeitos subseqüentes da experiência estética, da experiência criadora, da experiência de amor, da experiência mística, da experiência de introversão e outras experiências culminantes são pré-conscientemente aceitas como axiomáticas e correntemente esperadas por artistas e educadores artísticos, por professores imaginativos, por teóricos religiosos e filosóficos, por maridos amorosos, por mães, terapeutas e muitos outros.

De um modo geral, esses bons efeitos subseqüentes são bastante fáceis de compreender. O que é mais difícil de explicar é a *ausência* de efeitos discerníveis em algumas pessoas. [pág. 131]

* Comparar cora a declaração de Coleridge: “Se um homem pudesse atravessar o Paraíso num sonho, e ser-lhe presenteada uma flor como testemunho de Que a sua alma realmente ali estivera, e se encontrasse essa flor em sua mão ao despertar... oh, o que dizer então?” E. Schneider (org.), *Samuel Taylor Coleridge: selected Poetry and Prose*, Rinehart, 1951, pág. 477.

7

Experiências Culminantes como Agudas Experiências de Identidade

Ao procurarmos definições de identidade, devemos recordar que essas definições e conceitos não estão existindo agora em algum lugar oculto, aguardando pacientemente que os descubramos. Só *parcialmente* os descobrimos; em parte, também, somos nós que os criamos. Parcialmente, a identidade é o que dissermos que ela é. Antes disso, é claro, deve ser levada em conta a nossa sensibilidade e receptividade para os vários significados que a palavra já tem. Para começar, verificamos que vários autores usam a palavra para diferentes espécies de dados e diferentes operações. E depois, é claro, devemos descobrir alguma coisa a respeito dessas operações, a fim de compreender exatamente o que o autor quer dizer quando *ele* usa a palavra. Ela significa coisas diferentes para os vários terapeutas, para os sociólogos, para os egopsicólogos, para os psicólogos infantis etc., se bem que, para todas essas pessoas, haja também alguma semelhança ou sobreposição de significado. (Talvez essa semelhança seja o que identidade “significa” hoje.)

Tenho outra operação a relatar, sobre experiências culminantes, em que “identidade” tem vários significados reais, razoáveis e úteis. Mas não se pretende com isso dizer que sejam esses *os* verdadeiros significados de identidade, com exclusão de quaisquer outros; apenas que temos aqui outro ângulo. Como a minha opinião é de que as pessoas em experiências culminantes são as suas identidades **[pág. 133]** *superlativas*, isto é, o mais aproximadas que é possível de seus eus reais, o mais idiossincrásicas, parece-me admissível que esta seja uma importante fonte de dados limpos e incontaminados; isto é, a invenção está reduzida ao mínimo e a descoberta incrementada ao máximo.

Para o leitor, será evidente que todas as características “distintas” que se seguem não estão realmente separadas, em absoluto, mas compartilham umas das outras de várias maneiras, por exemplo, sobrepondo-se, dizendo a mesma coisa de diferentes modos, tendo o mesmo significado num sentido metafórico etc. O leitor interessado na teoria da “análise holística” (em contraste com a atomista ou redutiva) é convidado a consultar (97, capítulo 3). Procederei à descrição em uma forma holística e não repartindo a identidade em componentes inteiramente distintos que se excluem mutuamente; prefiro fazer girar a identidade uma e outra vez em minhas mãos, observando-a de suas diferentes facetas, ou como um *connoisseur* contempla uma bela pintura, vendo-a agora nessa organização (como um todo), logo naquela. Cada “aspecto” examinado pode ser considerado uma explicação parcial de cada um dos outros “aspectos”.

1. A pessoa nas experiências culminantes sente-se mais integrada (unificada, total, de uma só peça) do que em outros momentos. Também parece (ao observador) mais integrada de várias maneiras (descritas abaixo), por exemplo, menos dividida ou dissociada, lutando menos contra si própria, mais em paz consigo mesma, menos dividida entre um eu-experiente e um eu-observador, mais determinada, mais harmoniosamente organizada, mais eficientemente organizada com todas as suas partes funcionando perfeitamente umas com as outras, mais sinérgica, com menos fricção interna etc.¹ Outros aspectos da integração e das condições em que ela assenta são examinados abaixo. [pág. 134]

¹ Isso é de interesse especial para os terapeutas, não só porque a integração é uma das principais metas de toda a terapia, mas também por causa dos problemas fascinantes que estão envolvidos no que podemos chamar a “dissociação terapêutica”. Para que a terapia ocorra a partir de uma intuição (*insight*), é necessário experimentar e observar simultaneamente. Por exemplo, o psicótico que está passando por uma experiência total, mas não suficientemente desapaixonado para observar o que sente nada ganha com o que experimenta, ainda que possa ter estado no centro do inconsciente que é tão misterioso para os neuróticos. Mas também é verdade que o terapeuta deve dividir-se da mesma forma paradoxal, visto que deve, simultaneamente, aceitar e não aceitar o paciente; isto é, por um lado, tem que manifestar “interesse positivo incondicional” (143), deve identificar-se com o paciente para compreendê-lo, deve pôr de lado todas as críticas e avaliações, deve experimentar a *Weltanschauung* do paciente, deve fundir-se com ele num encontro Eu-Tu, deve, num amplo sentido agapeano, amá-lo etc. Entretanto, por outro lado, também está implicitamente desaprovando-o, não o aceitando, não se identificando etc, porque está também tentando melhorá-lo, fazê-lo melhor do que é, o que significa algo diferente do que é agora. Essas divisões terapêuticas são, de forma muito explícita, uma base da terapia para Deutsch e Murphy (38).

Mas também aqui a finalidade terapêutica é, como no caso de personalidades múltiplas, fundi-las numa unidade integrada e harmoniosa, tanto no paciente como no terapeuta. Isso pode ser igualmente descrito como tornar-se cada vez mais um ego puramente experiente, com a auto-observação sempre acessível como uma *possibilidade*, talvez pré-conscientemente. Nas experiências culminantes, tornamos-nos egos muito mais puramente experientes.

2. Quando chega a ser mais pura e singularmente ela própria, a pessoa está mais apta a fundir-se com o mundo,² com o que anteriormente era não-eu, por exemplo, os amantes aproximam-se mais de formar uma unidade, em vez de duas pessoas, o monismo Eu-Tu torna-se mais possível, o criador torna-se uno com a obra que criou, a mãe sente-se una com o filho, o apreciador *torna-se* a música (e esta torna-se *ele*), ou o quadro, ou a dança, o astrônomo está “lá fora” com as estrelas (em vez de um isolamento espreitando através do abismo para outro isolamento, através do orifício do telescópio).

Quer dizer, a máxima realização de identidade, autonomia ou individualidade é, simultaneamente, uma transcendência do próprio eu, um ir além e acima do eu. A pessoa pode então tornar-se relativamente “despersonalizada”, sem ego.³

3. Usualmente, a pessoa nas experiências culminantes sente-se no auge de seus poderes, usando todas as suas capacidades da melhor e mais completa maneira. Na bonita frase de Rogers (145), ela sente-se em “pleno funcionamento”. Sente-se mais inteligente, mais perceptiva, [pág. 135] mais arguta, mais forte ou mais graciosa do que em outros momentos. Está na sua melhor forma, sente-se completamente afinada. Isso não é só sentido subjetivamente, mas pode ser também visto pelo observador. A pessoa já não está desperdiçando os seus esforços, lutando e contendo-se; os músculos deixam de ser músculos combatentes. Na situação normal, parte das nossas capacidades é usada para a ação e parte é desperdiçada para restringir essas mesmas capacidades. Agora não existe tal desperdício; a totalidade das capacidades pode ser usada para a ação. A pessoa torna-se um rio sem represas.

4. Um aspecto ligeiramente diferente do pleno funcionamento é o funcionamento sem esforço e desenvolvimento, quando a pessoa está em sua melhor forma. O que outras vezes requer esforço, tensão e luta é agora realizado sem

² Dou-me conta de que estou usando uma linguagem que “aponta” para a experiência, isto é, só comunicará um significado àqueles que não reprimiram, suprimiram, negaram, rejeitaram ou temeram as suas próprias experiências culminantes. É possível, creio eu, comunicar também significativamente com os “não-culminantes”, mas isso é algo muito laborioso

³ Esse significado pode ser comunicado com bastante facilidade, penso eu, chamando-lhe a perda total daquela autoconsciência ou auto-observação que normalmente possuímos, mas que sentimos diminuir em qualquer absorção, ou interesse, ou concentração, ou distração, ou “fiquei fora de mim”, quer no alto nível das experiências culminantes, quer no nível inferior de ficarmos tão interessados num cinema, ou romance, ou jogo de futebol, que nos esquecemos de nós próprios, das nossas dores secundárias, da nossa aparência, das nossas preocupações etc. Praticamente, isso é sempre sentido como um estado agradável.

qualquer sensação de esforço, de trabalho ou empenho laborioso, mas “vem por si mesmo”. Com frequência, alia-se a isso uma sensação de desenvoltura e um ar de elegância que acompanham naturalmente o funcionamento fácil, uniforme, sem esforço, quando tudo “se encaixa”, ou “desliza nos trilhos”, ou “marcha em superprise”.

Vê-se então a aparência de segurança calma e de tranqüila certeza, como se as pessoas soubessem exatamente o que estão fazendo, ou o estivessem fazendo com todo o entusiasmo, sem dúvidas, equívocos, hesitações ou renúncia parcial. Não há então golpes de raspão no alvo ou golpes hesitantes e amortecidos, mas, unicamente, golpes certos. Os grandes atletas, artistas, criadores, líderes e executivos exibem todos essa qualidade de comportamento quando estão funcionando no auge de sua forma.

(Obviamente, isso é menos importante para o conceito de identidade do que o que foi descrito antes, mas penso que devia ser incluído como característica epifenomenal de “sermos o nosso eu real”, porque é suficientemente externa e pública para ser suscetível de pesquisa. Também acredito que é necessário para o completo entendimento da espécie de alegria “divina” (humor, divertimento, insensatez, tolice, riso, jogo) que considero um dos S-valores supremos da identidade.)

5. A pessoa em experiências culminantes sente-se, mais do que em outros momentos, responsável, ativa, centro [pág. 136] criador de suas atividades e suas percepções. Sente-se mais como agente motor de todos os seus atos, mais auto-determinada (em vez de causada, dirigida, impotente, passiva, dependente, fraca, comandada). Sente ser dona de si mesma, plenamente responsável, plenamente volitiva, com mais “livre arbítrio” do que em outras alturas, senhor do seu destino, um agente.

Também tem esse aspecto para o observador, por exemplo, tornando-se mais decidida, parecendo mais vigorosa, mais deliberada ou obstinada, mais capaz de desprezar ou vencer a oposição, mais implacavelmente segura de si mesma, mais apta a dar a impressão de que seria inútil tentar detê-la. É como se a pessoa não tivesse dúvidas sobre o seu valor ou a sua capacidade para fazer o que decidir fazer. Para o observador, ela parece mais digna de confiança, mais idônea, alguém em quem “podemos apostar”. É frequentemente possível localizar esse grande momento

— aquele em que a pessoa se torna responsável — na terapia, no crescimento, na educação, no casamento etc.

6. Ela está agora inteiramente livre de bloqueios, inibições, barreiras, cautelas, medos, dúvidas, controles, reservas, autocríticas, freios. Estes podem ser os aspectos negativos do sentimento de valor, de auto-aceitação, de amor-próprio e de respeito por si mesmo. Trata-se de um fenômeno simultaneamente objetivo e subjetivo, e poderia ser descrito em maior detalhe nas duas direções. É claro, isso é simplesmente um “aspecto” diferente das características já enumeradas e daquelas que serão indicadas abaixo.

Provavelmente, esses acontecimentos são, em princípio, testáveis, porquanto, objetivamente, são músculos combatendo músculos, em vez de músculos ajudando sinergicamente músculos.

7. Portanto, a pessoa é mais espontânea, mais expressiva, comporta-se mais inocentemente (sem astúcia, ingênua, franca, com uma candura infantil, incauta, vulnerável), mais naturalmente (simples, descontraída, sincera, desenvolta, desafetada, primitiva num sentido particular, imediata), fluindo mais livremente e sem controle [pág. 137] (automática, impulsiva, por reflexo, “instintiva”, sem hesitações nem constrangimento, temerária, imprudente, inadvertida).⁴

8. Portanto, ela é mais “criativa” num sentido peculiar (ver o capítulo 10). A sua cognição e o seu comportamento, graças à maior confiança em si mesma e à ausência de dúvidas, podem, de uma forma não-interferente, tauística, ou na forma flexível que os psicólogos gestaltistas descreveram, amoldar-se à situação problemática ou não-problemática em *seus* termos ou requisitos intrínsecos, “os que ai estão” (em vez de em termos egocêntricos ou autoconscientes), nos termos estabelecidos pela natureza per se da tarefa, ou do dever (Frankl) ou do jogo. Portanto, a sua cognição e o seu comportamento são mais improvisados, extemporizados, mais criados a partir do nada, mais inesperados, originais, insólitos,

⁴ Esse aspecto da identidade autêntica é tão importante, tem tantos cambiantes e é tão difícil de descrever e comunicar, que acrescentei os seguintes sinônimos parciais, com seus significados ligeiramente sobrepostos. Impremeditado, de sua livre iniciativa, espontâneo, livre, irrefletido, impetuoso, sem reservas, irrestrito, auto-revelador, não-dissimulador, despretensioso, modesto, decidido, não-sofisticado, não-artificial, despreocupado, confiante. Deixo aqui de lado a questão da “cognição inocente” da intuição, da S-cognição etc.

não-cediços, não-afetados, não-tutelados, inabituais. São também menos preparados, planejados, propositados, premeditados, ensaiados, preconcebidos, na medida em que estas palavras implicam um tempo e um planejamento prévios de qualquer espécie. Portanto, são relativamente involuntários, não-desejados, desnecessários, sem finalidade, “desmotivados” ou não-inculcados, porquanto são emergentes e recém-criados e não promanam de um tempo anterior.

9. Tudo isso pode ser ainda dito de outra maneira, como o ápice da singularidade, individualidade ou idiosincrasia. Se todas as pessoas são diferentes umas das outras, em princípio, são *mais* puramente diferentes nas experiências culminantes. Se, em muitos aspectos (seus papéis), os homens são intermutáveis, então nas experiências culminantes os papéis são eliminados e os homens tornam-se o menos intermutáveis possíveis. Sejam o que fundamentalmente forem, seja qual for o significado da expressão “eu singular”, eles são-no mais nas experiências culminantes. [pág. 138]

10. Nas experiências culminantes, o indivíduo está mais “aqui e agora” (133), mais livre do passado e do futuro em vários sentidos, mais “ali fora” na experiência. Por exemplo, pode escutar melhor agora do que em outras ocasiões. Como é menos habitual e menos expectante, pode escutar plenamente, sem a contaminação decorrente das expectativas baseadas em situações pretéritas (as quais não podem ser idênticas à situação presente), ou esperanças ou apreensões baseadas no planejamento para o futuro (o que significa considerar o presente apenas como um meio para o futuro, em vez de um fim em si). Como o indivíduo também está acima do desejo, não precisa rubricar em função do medo, ódio ou desejo. Nem tem que comparar o que está aqui com o que não está aqui, a fim de avaliá-lo (88).

11. A pessoa torna-se agora mais uma pura psique e menos uma coisa-do-mundo, vivendo sob as leis do mundo (ver o capítulo 13). Quer dizer, passa a ser mais determinada por leis intrapsíquicas do que pelas leis da realidade não-psíquica, na medida em que diferem umas das outras. Isso parece uma contradição ou um paradoxo, mas não é e, mesmo que fosse, teria de ser aceito, de qualquer maneira, como tendo uma certa espécie de significado. A S-cognição do outro é mais possível quando, simultaneamente, há um “deixar-ser” do eu e do outro; respeitar-amar o eu e

respeitar-amar o outro permite o apoio e o fortalecimento recíproco. Posso apreender melhor o não-eu não-aprendendo, isto é, deixando-o ser ele mesmo, deixando-o solto, permitindo-lhe que viva segundo as suas próprias leis em vez das minhas, tal como me torno mais puramente eu próprio quando me emancipo do não-eu, recusando-me a deixar que me domine, recusando-me a viver pelas suas leis e insistindo em viver unicamente pelas leis e regras que me são intrínsecas. Quando isso acontece, resulta que o intrapsíquico (eu) e o extrapsíquico (outro) não são assim tão terrivelmente diferentes, no fim de contas, e *com certeza* não são *realmente* antagônicos. Resulta que ambos os conjuntos de leis são muito interessantes e aprazíveis, podendo até ser integrados e fundidos.

O mais fácil paradigma para ajudar o leitor a compreender esse labirinto de palavras é a relação S-amor [pág. 139] entre duas pessoas, mas qualquer outra experiência culminante pode ser também usada. Obviamente, nesse nível de discurso ideal (a que chamo S-domínio), as palavras liberdade, independência, apreensão, deixa ser, deixa correr, confiança, vontade, dependência, realidade, a outra pessoa, separação etc., assumem todos significados muito complexos e fecundos, que não têm no D-domínio da vida cotidiana, das deficiências, carências, necessidades, auto-preservação, assim como das dicotomias, polaridades e divisões.

12. Existem certas vantagens teóricas em acentuar agora o aspecto de não-empenho e não-necessidade, e em tomá-lo como epicentro (ou centro de organização) daquilo que estamos estudando. Nas várias formas acima descritas e com certos significados delimitados, a pessoa na experiência culminante torna-se não-motivada (ou não-impelida), especialmente do ponto de vista das necessidades por deficiência. Nesse mesmo universo de discurso, também faz sentido descrever a identidade suprema, aquela que é mais autêntica, como não-combativa, não-necessitada e carente de desejos, isto é, uma identidade que transcendeu as necessidades, os desejos e os impulsos do tipo comum. A pessoa é o nada mais. O júbilo foi atingido, o que significa um fim temporário no *esforço* para alcançar o júbilo.

Algo desse gênero já foi descrito a respeito da pessoa dotada de capacidade de individuação. Tudo acontece agora espontaneamente, sem recurso à vontade, sem esforço, sem deliberação ou intenção. Ela atua agora totalmente e sem deficiência,

não homeostaticamente ou tendo em vista a redução de necessidade, não para evitar a dor, o desprazer ou a morte, não em atenção a mais alguma nova meta ou ao futuro, não para qualquer outro fim senão ela própria. O seu comportamento e experiência torna-se *per se* e autovalidante, comportamento-fim e experiência-fim, em vez de comportamento-meio ou experiência-meio.

Nesse nível, chamei à pessoa “divina” porque tem sido considerado que a maioria dos deuses não tem necessidades nem carências, não tem deficiências, não tem falhas, comprazendo-se em todas as coisas. As características e, especialmente, [pág. 140] as ações dos deuses “supremos”, dos “melhores”, têm sido deduzidas, pois, como baseadas na não-carência. Achei essas deduções muito estimulantes, ao tentar compreender as ações dos seres humanos quando *eles* atuam a partir da não-carência. Por exemplo, considero isso uma base muito esclarecedora para a teoria do humor e divertimento “divinos”, a teoria do tédio, a teoria da criatividade etc. O fato de que o embrião humano também não tem necessidades é uma fértil fonte de confusão entre o alto Nirvana e o baixo Nirvana, que examinamos no capítulo 11.

13. A expressão e a comunicação nas experiências culminantes tendem, freqüentemente, a ser poéticas, míticas e rapsódicas, como se essa fosse a espécie natural de linguagem para expressar tais estados de ser. Só recentemente me apercebi disso nos meus sujeitos e em mim próprio, de modo que não poderei dizer ainda muita coisa a respeito. O capítulo 15 também é pertinente nessa matéria. A implicação para a teoria da identidade é que, quanto mais as pessoas se tornam, por esse fato, autênticas, mais possibilidades têm de ser poetas, artistas, músicos, profetas etc.⁵

14. Todas as experiências culminantes podem ser proveitosamente entendidas como consumação-do-ato, no sentido de David M. Levy (90), ou como o fechamento dos psicólogos da *Gestalt*, ou de acordo com o paradigma do orgasmo completo, do tipo reichiano, ou como descarga total, catarse, culminação, clímax, consumação, esvaziamento ou conclusão (106). O contraste é com a perseveração de problemas incompletos, com o seio ou a próstata parcialmente esvaziados, com o movimento intestinal incompleto, com a incapacidade de esgotar a mágoa pelas

⁵ “A poesia é o registro dos melhores e mais felizes momentos dos melhores e mais felizes espíritos.” P.

lágrimas, com a saciação parcial da fome no indivíduo que segue uma dieta, com a cozinha que nunca fica inteiramente limpa, com o *coitus reservatus*, com a cólera que tem de ficar por exprimir, com o atleta que não se exercita, com o não ser capaz de endireitar o quadro de esguelha na parede, com o ter de suportar a estupidez, a [pág. 141] ineficiência ou a injustiça etc. Por esses exemplos, qualquer leitor deve ser capaz de compreender, fenomenologicamente, até que ponto é importante a consumação e também por que motivo esse ponto de vista é tão proveitoso para enriquecer a compreensão da ausência de esforço, da integração, da descontração e tudo o mais que se mencionou antes. A consumação, observada no mundo, é perfeição, justiça, beleza, fim e não meio etc. (106). Como o mundo exterior e o mundo interiores são, em certa medida, isomórficos e estão dialeticamente relacionados (um “causa” o outro), chegamos ao ponto crítico do problema de apurar com a boa pessoa e o bom mundo se fazem mutuamente.

Como é que isso se relaciona com a identidade? Provavelmente, a pessoa autêntica é, em certo sentido, completa ou final; ela certamente experimenta, por vezes, uma finalidade, consumação ou perfeição subjetiva; e certamente a percebe no mundo. *Pode* acontecer que *só* os realizadores de experiências culminantes sejam capazes de atingir a identidade total; que os não-culminantes permaneçam sempre incompletos, deficientes, carentes de algo, esforçando-se por obter algo, vivendo entre meios e não entre fins; ou, se a correlação não resultar perfeita, estou certo de que, pelo menos, é positiva, entre a autenticidade e a experiência culminante.

Quando se consideram as tensões e perseverações da inconsumação física e psicológica, parece plausível a possibilidade de que sejam incompatíveis não só com a tranquilidade, a paz e o bem-estar psicológico, mas também com o bem-estar físico. Também podemos ter aqui uma pista para o surpreendente fato de muitas pessoas relatarem as suas experiências culminantes como se fossem, de algum modo, afins de uma (bela) morte, como se a existência mais pungente tivesse um quê paradoxal de ânsia ou disposição de morrer. Pode ser que qualquer consumação ou fim perfeito seja, metafórica, mitológica ou arcaicamente, uma morte, como Rank deu a entender (76, 121).

15. Estou firmemente convicto de que as atividades lúdicas de uma certa

espécie constituem um dos S-valores. Algumas das razões para assim pensar já foram abordadas. Uma das mais importantes é que são relatadas com bastante [pág. 142] frequência nas experiências culminantes (dentro da pessoa e percebidas no mundo) e também podem ser percebidas pelo investigador, de fora da pessoa que relata.

É muito difícil descrever essa S-recreação visto que a linguagem é deficiente nesse ponto (como, *em geral*, é incapaz de descrever as experiências subjetivas “superiores”). Tem uma qualidade cósmica ou “divina” e bem-humorada, que certamente transcende a hostilidade de qualquer espécie. Poderia, com a mesma facilidade, chamar-se-lhe alegre exuberância, júbilo ou prazer. Tem uma qualidade extravasante, como de uma riqueza superabundante ou excedente (não D-motivada). É existencial no sentido de que é um divertimento ou prazer com a pequenez (fraqueza) e a grandeza (força) do ser humano, transcendendo a polaridade dominação-subordinação. Tem uma certa qualidade de triunfo, por vezes, também de alívio, talvez. É simultaneamente madura e infantil.

É final, utópica, eupsiquiana, transcendente no sentido em que Marcuse (93) e Brown (19) a descreveram. Também poderia ser chamada nietzschiana.

Intrinsecamente envolvidos na atividade ou prazer lúdico, como parte da sua definição, estão a desenvoltura, a facilidade e elegância, a graciosidade, a boa sorte, a ausência de inibições, limitações e dúvidas, o divertimento com (não à custa de), a transcendência de tempo e espaço, de história e localismo.

E, finalmente, a recreação é, em si mesma, um integrador, como a beleza, o amor ou intelecto criador. Isso é no sentido em que constitui um solucionador de dicotomias, uma resolução para muitos problemas insolúveis. É uma boa solução da situação humana, ensinando-nos que uma das formas de resolver um problema é fazer com que ele nos recreie ou divirta. Isso nos habilita a viver simultaneamente no D-domínio e no S-domínio, a ser ao mesmo tempo Don Quixote e Sancho Panza, como Cervantes foi.

16. Durante e após as experiências culminantes, as pessoas sentem-se, caracteristicamente, felizes, afortunadas, bafejadas pela sorte. Uma reação comum é “Não mereço tanto”. Os momentos culminantes não são planejados ou provocados deliberadamente; acontecem. Somos “surpreendidos pela alegria” (91a). As reações

de surpresa, [pág. 143] de inesperado, do doce “choque de reconhecimento”, são muito freqüentes.

Uma conseqüência comum é um sentimento de gratidão, nas pessoas religiosas pelo seu Deus, em outras pela Sorte, a Natureza, pessoas, o passado, os pais, o mundo, toda e qualquer coisa que tenha ajudado a tornar possível essa maravilha. Isso poderá converter-se em devoção, agradecimentos, adoração, elogios, oferendas e outras reações que se ajustam facilmente num quadro religioso. Evidentemente, qualquer Psicologia da Religião — seja sobrenatural ou natural — deve levar em conta esses acontecimentos, assim como o deve fazer também qualquer teoria naturalista das origens da religião.

Com muita freqüência, esse sentimento de gratidão expressa-se como (ou conduz a) um amor abrangente por tudo e por todos, uma percepção do mundo como algo belo e bom; e, muitas vezes, traduz-se num impulso por fazer algo de bom pelo mundo, uma ânsia de retribuir, até um sentimento de obrigação.

Finalmente, é muito provável que tenhamos aqui o elo teórico para os fatos descritos de humildade e orgulho nas pessoas autênticas, individuacionantes. A pessoa afortunada dificilmente aceita todo o crédito por sua sorte, nem a pessoa reverente ou a pessoa grata. Ela deve fazer a si mesma a pergunta: “Mereço isto?” Tais pessoas resolvem a dicotomia entre orgulho e humildade fundindo-a numa unidade singular, complexa e superordenada, isto é, sentindo-se orgulhosas (num certo sentido) e humildes (num certo sentido). O orgulho (matizado de humildade) não é *hubris* ou paranóia; a humildade (matizada de orgulho) não é masoquismo. Só dicotomizá-los é que lhes incute um caráter patológico. A S-gratidão habilita-nos a integrar dentro de uma única pele o herói e o humilde servo.

Observação Final

Desejo sublinhar um importante paradoxo de que tratei acima (número 2) e com que temos de nos defrontar mesmo que não o entendamos. O objetivo da identidade (autonomia, individuação, auto-realização, eu-real de Horney, autenticidade) parece ser, simultaneamente, [pág. 144] uma meta final em si e também uma meta transitória, um rito de passagem, um passo no caminho da transcendência da identidade. Isso é o mesmo que a sua função é apagar-se. Dito de outra maneira, se a

nossa meta é a oriental de egotranscendência e obliteração, de superar a autoconsciência e a auto-observação, de fusão com o mundo e identificação com este (Bucke), de homonomia (Angyal), então parece que o melhor caminho para essa meta, para a maioria das pessoas, é através da realização da identidade, um forte eu real e a satisfação de necessidades básicas, e não através do ascetismo.

Talvez seja pertinente, para essa teoria, o fato dos meus sujeitos jovens serem propensos a relatar *duas* espécies de reação física às experiências culminantes. Uma é excitação e alta tensão (“Sinto-me desnortado, como com vontade de dar saltos, de gritar a plenos pulmões”). A outra é de relaxamento, paz, silêncio, uma sensação de quietude. Por exemplo, após uma bela experiência sexual, ou experiência estética, ou furor criador, é possível uma *ou* outra reação; ou a continuação de intensa excitação, incapacidade para dormir ou ausência de sono, até perda de apetite, prisão de ventre etc. Ou, então, um relaxamento completo, inação, sono profundo etc. O que é que isso significa não sei. [pág. 145]

8

Alguns Perigos da Cognição do Ser

A finalidade deste capítulo é corrigir a generalizada concepção errônea da individuação como um estado “perfeito”, irreal, estático, em que todos os problemas humanos são transcendidos e em que as pessoas “vivem felizes para sempre”, num estado sobre-humano de serenidade ou êxtase. Empiricamente, isso não é assim, como sublinhei anteriormente (97).

Para tornar este fato mais claro, eu poderia descrever a individuação como um desenvolvimento da personalidade que liberta a pessoa dos problemas de deficiência da juventude e dos problemas neuróticos (ou infantis, ou de fantasia, ou desnecessários, ou “irreais”) da vida (os problemas intrínseca e fundamentalmente humanos, os problemas inevitáveis, “existenciais”, para os quais não existe solução perfeita). Quer dizer, não é uma ausência de problemas, mas um deslocamento dos problemas transitórios ou irreais para os problemas reais. Se eu tivesse o propósito de chocar, poderia até chamar à pessoa individuacionante um neurótico introvidente e que se aceita a si mesmo, porquanto esta frase pode ser definida de tal modo que constitua quase sinônimo de “compreensão e aceitação da situação humana intrínseca”, isto é, enfrentar e aceitar corajosamente — e, inclusive, desfrutar e divertir-se com as “deficiências” da natureza humana, em vez de negá-las.

São estes problemas reais com que se defrontam até (ou especialmente) os seres humanos mais amadurecidos [pág. 147] aqueles que eu gostaria de tratar no futuro, por exemplo, a culpa real, a tristeza real, a solidão real, o egoísmo saudável, a coragem, a responsabilidade, a responsabilidade por outros etc.

É claro, existe um aperfeiçoamento quantitativo (assim como qualitativo) que ocorre com o desenvolvimento superior da personalidade, à parte a satisfação

intrínseca de ver a verdade, em vez de nos ludibriarmos a nós próprios. Estatisticamente falando, a maior parte da culpa humana é neurótica e não culpa real. Libertar-se da culpa neurótica significa, em termos absolutos, ter menor soma de culpa, ainda que a probabilidade de culpa real subsista.

Não só isso, mas as personalidades altamente evoluídas também têm mais experiências culminantes e estas parecem ser mais profundas (se bem que isso possa ser menos verdadeiro no caso do tipo “obsessivo” ou apolíneo de individuação). Quer dizer, embora ser mais plenamente humano signifique ter ainda problemas e sofrimentos (ainda que de uma espécie “superior”), não deixa de ser verdade, entretanto, que esses problemas e sofrimentos são quantitativamente menores e que os prazeres são, quantitativa e qualitativamente, maiores. Numa palavra, um indivíduo está subjetivamente melhor, em condições mais satisfatórias e confortáveis, quando atinge um nível superior de desenvolvimento pessoal.

As pessoas individuacionantes são, comprovadamente, mais capazes do que a população comum de um tipo particular de cognição a que chamei S-cognição. Esta foi descrita no capítulo 6 como cognição da essência (do latim *esse* = ser), ou estrutura e dinâmica intrínsecas do que “é”, e potencialidades atualmente existentes de algo, ou alguém, ou tudo. S-cognição (S = ser) está em contraste com D-cognição (D = motivação de necessidades por deficiência), ou cognição antropocêntrica e egocêntrica. Assim como a individuação não significa ausência de problemas, também a S-cognição, como um dos seus aspectos, comporta certos perigos.

Perigos da S-Cognição

1. *O principal perigo da S-Cognição consiste em tornar a ação impossível ou, pelo menos, indecisa.* A S-cognição é isenta de julgamento, comparação, condenação ou [pág. 148] avaliação. Também é sem decisão, porque a decisão é prontidão para atuar e a S-cognição é contemplação passiva, apreciação passiva e não-interferência, isto é, “deixar ser”. Enquanto se contempla o câncer ou a bactéria, emudecido de espanto, admirando, absorvendo passivamente o prazer de uma rica compreensão, nada se faz. Cólera, medo, desejo de melhorar a situação, de destruir ou matar, condenação, conclusões antropocêntricas (“Isto é mau para mim” ou “Isto é meu inimigo e ferir-me-á”), tudo isso fica em suspenso. Certo ou errado, bom ou

mau, o passado e o futuro, nada disso tem a ver com a S-cognição e, ao mesmo tempo, é inoperante. No sentido existencialista, não está no-mundo. Nem sequer é humana, na acepção comum; é compassiva, não-ativa, não-interferente, não-realizadora. Nada tem a ver com amigos ou inimigos, no sentido antropocêntrico. Só quando a cognição muda para D-cognição é que a ação, a decisão, o julgamento, a punição, a condenação, o planejamento para o futuro, tornam-se possíveis (88).

Assim, o principal perigo é que a S-cognição seja, no momento, incompatível com a ação.¹ Mas como nós, a maior parte do tempo, vivemos no-mundo, *a ação é necessária* (ação defensiva ou ofensiva, ou ação egocêntrica, nos termos do observador e não do observado). Um tigre tem o direito de viver (como as moscas, ou os mosquitos, ou as bactérias), do ponto de vista do seu próprio “ser”; mas o ser humano também. E *há* o conflito inevitável. As exigências da individuação podem tornar necessário matar o tigre, se bem que a S-cognição do tigre seja contra a matança do tigre. Quer dizer, mesmo existencial-mente, um certo egoísmo e autoproteção, uma certa promessa de violência necessária, até de ferocidade, são intrínsecos e necessários à individuação. E, portanto, a individuação exige não só S-cognição, mas também D-cognição como um aspecto necessário de si própria. Isso significa, portanto, que o conflito, a escolha e a decisão práticas estão necessariamente envolvidos no conceito de individuação. [pág. 149] Isso significa que a luta, a competição, a incerteza, a culpa e o arrependimento também devem ser epifenômenos “necessários” de individuação. Significa que a individuação envolve, *necessariamente*, contemplação e ação.

Ora, é possível que numa sociedade exista uma certa divisão de trabalho. Os contempladores podem estar isentos de ação, se houver outros que se encarreguem da ação. Não temos que cortar os nossos próprios bifés. Goldstein (55, 56) sublinhou isso numa forma genérica. Assim como os seus pacientes com lesões cerebrais podem viver sem abstração e sem ansiedade catastrófica, porque outras pessoas os protegem e fazem por eles o que eles não podem fazer, também a individuação, em geral, pelo menos na medida em que é um gênero especializado, torna-se possível

¹ Paralelos prováveis são, talvez, encontrados nos famosos experimentos de Olds (129 a). Um rato branco, estimulado no “centro de satisfação” do seu cérebro, fica totalmente paralisado, aparentemente para “saborear” a experiência agradável. Analogamente, a tendência dos seres humanos que estão tendo experiências beatíficas, sob o efeito de drogas, é para a imobilidade e a não-atividade. Para fazer perdurar a recordação de um sonho, que gradualmente se dissipa, é melhor permanecer imóvel (69).

porque outras pessoas a permitem e ajudam. (O meu colega Walter Toman, em conversas, também salientou que a individuação perfeita e bem acabada torna-se cada vez menos possível numa sociedade especializada.) Einstein, uma pessoa altamente especializada em seus últimos anos, tornou-se possível por sua esposa, por Princeton, por seus amigos etc. Einstein pôde renunciar então à versatilidade e individuar-se, porque outras pessoas lhe deram essa possibilidade. Sozinho, numa ilha deserta, ele *poderia* individuar-se, no sentido de Goldstein (“fazer o melhor, com suas capacidades, que o mundo permite”), mas não poderia ter sido, de qualquer modo, a individuação especializada que foi. E talvez tivesse sido inteiramente impossível, isto é, poderia ter morrido ou tornar-se angustiado e inferior, a respeito de suas incapacidades demonstradas, ou poderia ter regredido para uma existência ao nível de D-necessidade.

2. *Outro perigo da S-cognição e da compreensão contemplativa é que nos pode fazer menos responsáveis, especialmente na ajuda a outras pessoas. O caso extremo é o bebê. O “deixar ser” significa estorvá-lo ou até matá-lo. Também temos responsabilidade por não-bebês, adultos, animais, o solo, as árvores, as flores. O cirurgião que se perde na admiração culminante, ao contemplar a beleza de um tumor, pode matar o seu paciente. Se admiramos a inundação, não construiremos a represa. E isso é verdade não só a respeito de outras pessoas que sofrem com os resultados da não-ação, mas também para o próprio [pág. 150] contemplador, visto que ele certamente se sentirá culpado pelos maus eleitos sobre os outros da sua contemplação e inação. (Ele *deve* sentir-se culpado porque, de um modo ou de outro, os ama; está identificado no amor com seus “irmãos”, e isso significa cuidado e desvelo pela individuação *deles*, o que a morte ou o sofrimento deles eliminaria.) Os melhores exemplos desse dilema encontram-se na atitude do professor em relação aos alunos, na atitude dos pais em relação aos filhos e na atitude do terapeuta em relação aos pacientes. É fácil ver aqui que a relação é uma relação *sui generis*. Mas também devemos enfrentar as necessidades que provêm da responsabilidade do professor (dos pais, do terapeuta) na promoção do desenvolvimento, isto é, os problemas de estabelecer limites, de disciplinar, de punir, de *não* satisfazer, de ser deliberada-mente frustrador, de ser capaz de provocar e suportar a hostilidade etc.*

3. *A inibição de ação e a perda de responsabilidade conduzem ao fatalismo*, isto é, “O que será será. O mundo é como é. Tudo está determinado, nada posso fazer contra isso”. Isso é uma perda de voluntarismo, de livre arbítrio, uma má teoria de determinismo, e é certamente perniciosa para o desenvolvimento e individuação de toda e qualquer pessoa.

4. *A contemplação inativa será, quase necessariamente, incompreendida por outros que a sofrem*. Eles pensarão que é falta de amor, de preocupação, de compaixão, de interesse. Isso não só sustará neles o desenvolvimento no sentido da individuação, mas pode também provocar um retrocesso no crescimento, visto que pode ensiná-los que o mundo é mau e que as pessoas são más. Por conseqüência, o seu amor, respeito e confiança nas pessoas regredirão. Isso significa, pois, um pioramento do mundo, especialmente para as crianças, adolescentes e adultos fracos. Eles interpretam o “deixar ser” como negligência, ou falta de amor, ou até desprezo.

5. *A pura contemplação envolve, como um caso especial do parágrafo anterior, não escrever, não ajudar, não ensinar*. Os budistas distinguem o *Pratyekabuddha*, que adquire ilustração somente para si próprio, independentemente [pág. 151] de outros, do *Bodhisattva* que, tendo alcançado o esclarecimento, acha, entretanto, que a sua própria salvação é imperfeita enquanto os outros não estiverem também esclarecidos. Para bem da sua própria individuação, poderíamos dizer, ele deve renunciar à bem-aventurança da S-cognição, a fim de ajudar e ensinar os outros (25).

A iluminação de Buda era uma possessão puramente pessoal, particular? Ou pertencia necessariamente a outros, ao mundo? Escrever e ensinar, é certo, são recuos, freqüentemente (nem sempre), na beatitude e no êxtase. Significam renunciar ao céu para ajudar outros a alcançá-lo. Estará certo o Zen budista ou o tauísta que diz: “Logo que falais de algo, isso deixa de existir e deixa de ser verdadeiro” (isto é, dado que a *única* forma de experimentar algo é experimentando-o, e dado que, de qualquer modo, as palavras nunca poderiam descrevê-lo, porque é inefável)?

Se eu encontrar um oásis de que outras pessoas poderiam compartilhar, desfrutá-lo-ei sozinho ou salvarei a vida de outros, conduzindo-os até lá? Se eu

descobrir um Yosemite,² que é belo em parte porque é silencioso, não-humano e privado, guardá-lo-ei para mim ou farei dele um Parque Nacional para milhões de pessoas que, por serem milhões, fá-lo-ão menos do que é ou talvez o destruam? Compartilharei com elas a minha praia particular e fá-la-ei, por conseguinte, não-particular? Até que ponto está certo o indiano que respeita a vida e detesta a matança ativa, deixando pois que as vacas engordem enquanto os bebês morrem de fome? Que grau de fruição posso permitir-me, ao fazer uma bela refeição num país pobre, enquanto crianças famintas me olham pela vitrina ou em redor da mesa? Deverei também morrer de fome? Não existe uma resposta clara, satisfatória, teórica, apriorística. Seja qual for a resposta dada, deverá existir, pelo menos, uma certa mágoa, um certo arrependimento. A individuação deve ser egoísta; e deve ser altruísta. E, portanto, terá de haver opção, conflito e a possibilidade de pesar ou arrependimento.

Talvez o princípio de divisão de trabalho (vinculado ao princípio das diferenças constitucionais individuais) [pág. 152] possa ajudar no sentido de uma melhor resposta (embora nunca de uma resposta perfeita). Tal como, em várias ordens religiosas, alguns sentem o apelo à “individuação egoísta” e outros o apelo “a uma boa individuação”, talvez a sociedade devesse também solicitar, como um favor (assim aliviando o sentimento de culpa), que algumas pessoas se tornassem “auto-realizadoras egoístas”, puras contempladoras do alto de sua individuação. A sociedade poderia admitir que valia a pena apoiar tais pessoas pelo bom exemplo que dariam a outras, a inspiração e a demonstração da possibilidade de existência da contemplação pura, fora-do-mundo. Fazemos isso para alguns dos nossos grandes cientistas, artistas, escritores e filósofos. Aliviamo-los das responsabilidades sociais, de ensinar e de escrever, não só por razões “puras”, mas também em virtude da nossa convicção de que sairemos ganhando dessa jogada.

Esse dilema também complica o problema da “culpa real” (a “culpa humanista” de Fromm), como lhe chamei, para diferenciá-la da culpa neurótica. A culpa real resulta de não sermos sinceros ou fiéis a nós próprios, ao nosso próprio destino na vida, à nossa natureza intrínseca; ver também Mowrer (119) e Lynd (92).

Mas, nesse ponto, suscita-se mais uma pergunta: “Que espécie de culpa resulta

² Alusão ao belo vale de Yosemite, na vertente ocidental da Sierra Nevada, Estados Unidos. Faz parte do

de sermos fiéis a nós próprios, mas não aos outros?” Como vimos, ser fiel ou verdadeiro a nós próprios pode, por vezes, intrínseca e necessariamente, estar em conflito com o sermos verdadeiros para com outros. Uma opção é possível e necessária. E a opção só raramente pode ser inteiramente satisfatória. Se, como Goldstein nos ensina, devemos ser verdadeiros com os outros para sermos fiéis a nós próprios (55) e, como Adler afirma, o interesse social é um aspecto intrínseco e definidor da saúde mental (8), então o mundo deve lamentar que as pessoas dotadas de capacidade de individuação sacrifiquem alguma parcela de si próprias, a fim de salvarem outras pessoas. Se, por outro lado, devemos ser *primeiro* fiéis a nós próprios, então deve lamentar os manuscritos que não foram escritos, as pinturas que foram jogadas fora, as lições que poderíamos ter aprendido, dos nossos puros (e egoístas) contempladores que não pensam em ajudar-nos. [pág. 153]

6. *A S-cognição pode levar à aceitação indiscriminada, ao anuviamento dos valores cotidianos, à perda de gosto, a uma excessiva tolerância.* Isso ocorre porque toda e qualquer pessoa, observada do ponto de vista do seu próprio Ser, exclusivamente, é considerada perfeita em sua própria espécie. Avaliação, condenação, julgamento, desaprovação, crítica, comparação, tudo isso é inaplicável, portanto, e está fora de questão (88). Se bem que a aceitação incondicional seja *sine qua non* para o terapeuta, digamos, ou para o amante, o professor, os pais, o amigo, não é claramente suficiente, só por si, para o juiz, o policial ou o administrador.

Já reconhecemos uma certa incompatibilidade nas duas atitudes interpessoais aqui implícitas. A maioria dos psicoterapeutas recusará assumir qualquer função disciplinadora ou punitiva para os seus pacientes. E muitos executivos, administradores ou generais recusar-se-ão a assumir qualquer responsabilidade terapêutica ou pessoal pelas pessoas a quem dão ordens e a quem terão de demitir ou punir.

O dilema, para quase todas as pessoas, é posto pela necessidade de ser tanto o “terapeuta” como o “policial”, em várias alturas. E podemos esperar que a pessoa mais plenamente humana, assumindo mais seriamente ambos os papéis, será mais perturbada, provavelmente, por esse dilema, do que a pessoa comum, a qual nem sequer está cônica, freqüentemente, de que *existe* qualquer dilema.

Talvez por essa razão, talvez por outras, as pessoas individuacionantes até aqui estudadas são, de um modo geral, capazes de combinar bem as duas funções, ao serem, mais amiúde, compassivas e compreensivas e, no entanto, mais capazes também de uma honra e justa indignação do que as pessoas comuns. Existem alguns dados para indicar que as pessoas capazes de individuação e os estudantes universitários mais sadios dão largas à sua justificada indignação e reprovação de uma maneira mais veemente e mais sincera, e com menos incerteza ou hesitação, do que as pessoas comuns.

A menos que a capacidade de compaixão-através-da-compreensão seja suplementada pela capacidade de cólera, desaprovação e indignação, o resultado poderá ser um abrandamento de todas as emoções e afetos, de todas as [pág. 154] reações às pessoas, uma incapacidade de indignação, uma perda de discriminação e de gosto pela capacidade, as aptidões, a superioridade e a excelência reais. Isso poderá resultar num risco ocupacional para os S-conhecedores profissionais, se aceitarmos pelo seu valor nominal a impressão geral de que muitos psicoterapeutas parecem algo neutros e passivos demais, excessivamente brandos, uniformes e desapaixonados em suas relações sociais.

7. A S-cognição de outra pessoa equivale a percebê-la como “perfeita”, num certo sentido que pode ser mal interpretado com muita facilidade. Ser incondicionalmente aceito, ser profundamente amado, ser completamente aprovado, pode ser, como sabemos, maravilhosamente revigorante e estimulador do desenvolvimento, altamente terapêutico e psicogógico. Entretanto, convém estar agora côm-scio de que essa atitude também pode ser mal percebida como uma exigência intolerável de viver de acordo com expectativas irreais e perfeccionistas. Quanto menos valiosa e mais imperfeita a pessoa se sentir, mais interpretará erroneamente as palavras “perfeito” e “aceitação”, mais sentirá que essa atitude é um pesado fardo.

Na realidade, a palavra “perfeito” tem, é claro, dois sentidos, um para o domínio do Ser, o outro para o domínio da Deficiência, do esforço e do vir a ser. Na S-cognição, “perfeição” significa a percepção e aceitação totalmente realistas de tudo o que a pessoa é. Na D-cognição, “perfeição” subentende, necessariamente, uma percepção equivocada e ilusão. No primeiro sentido, todo e qualquer ser

humano vivo é perfeito; no segundo sentido, nenhuma pessoa é perfeita nem pode jamais sê-lo. Quer dizer, a pessoa poder-se-á ver como S-perfeita, embora pense que a percebemos como D-perfeita e, é claro, é capaz de sentir-se incomodada, indigna e culpada por causa disso, como se nos estivesse ludibriando.

Podemos razoavelmente deduzir que, quanto mais uma pessoa é capaz de S-cognição, mais estará apta a aceitar e gostar de ser S-cognoscida. Também podemos esperar que a possibilidade de tal equivocação crie, frequentemente, um delicado problema de tática para o S-conhecedor, aquele que pode totalmente compreender e aceitar outra pessoa. [pág. 155]

8. *O possível superesteticismo é o último problema tático acarretado pela S-cognição de que disponho de espaço para falar aqui.* A reação estética à vida conflita intrinsecamente, muitas vezes, com a reação prática e a reação moral à vida (o velho conflito entre estilo e conteúdo). Descrever coisas feias de uma bela forma é uma possibilidade. Outra é a apresentação inábil e inestética da verdade, do bem ou até do belo. (Deixamos de lado a apresentação verdadeira-bom-bela do verdadeiro-bom-belo, uma vez que isso não apresenta qualquer problema.) Como esse dilema tem sido muito debatido ao longo da História, vou limitar-me a sublinhar aqui, meramente, que ele também envolve o problema da responsabilidade social dos mais maduros pelos menos maduros que podem confundir S-aceitação com D-aprovação. Uma comovente e bela apresentação de, por exemplo, a homossexualidade, o crime ou a irresponsabilidade, decorrente de uma profunda compreensão, pode ser mal interpretada como um incitamento à emulação. Para o S-conhecedor que vive num mundo de pessoas assustadas e facilmente desorientadas, isso constitui um fardo adicional de responsabilidade a suportar.

Dados Empíricos

Qual foi a relação entre S-cognição e D-cognição nos meus sujeitos individuacionantes (97)? Como foi que relacionaram a contemplação com a ação? Embora estas interrogações não me tenham ocorrido, nessa altura, sob esta forma, posso relatar retrospectivamente as seguintes impressões. Em primeiro lugar, esses sujeitos eram muito mais capazes de S-cognição, de pura contemplação e compreensão, do que a população média, como se declarou desde o começo. Isso parece

constituir uma questão de grau, visto que todos parecem capazes de ocasional S-cognição, pura contemplação, experiências culminantes etc. Em segundo lugar, também eram uniformemente mais capazes de ação efetiva e de D-cognição. Deve ser admitido que isso talvez constitua um epifenômeno da seleção de sujeitos nos Estados Unidos; ou mesmo que talvez seja um subproduto do fato do selecionador dos sujeitos ser um americano. Em todo o caso, devo informar que me encontrei com pessoas do tipo monge budista em minhas **[pág. 156]** pesquisas. Em terceiro lugar, a minha impressão retrospectiva é que as pessoas mais plenamente humanas vivem, uma boa parte do tempo, o que chamaríamos uma vida ordinária — fazendo compras, comendo, sendo polidas, indo ao dentista, pensando em dinheiro, meditando profundamente sobre uma escolha entre sapatos pretos ou sapatos marrons, indo ver filmes idiotas, lendo literatura efêmera. Pode-se esperar que, ordinariamente, fiquem irritadas com as pessoas cacetes, fiquem chocadas com malfeitorias etc., ainda que tais reações possam ser menos intensas ou mais matizadas de compaixão. As experiências culminantes, as S-cognições, a pura contemplação, seja qual for a sua relativa freqüência, parecem ser, em termos de números absolutos, experiências excepcionais, mesmo para as pessoas dotadas de capacidade de individuação. Isso parece ser verdadeiro, muito embora também seja verdadeiro que as pessoas mais maduras vivem, a maior parte ou todo o tempo, num nível superior, em alguns outros aspectos, por exemplo, diferenciando mais claramente os meios dos fins, o profundo do superficial; sendo geralmente mais perspicazes, mais espontâneas e expressivas, mais profundamente relacionadas com aqueles a quem amam etc.

Portanto, o problema aqui posto é mais mediato do que imediato, é mais um problema teórico do que prático. Entretanto, esses dilemas são importantes para mais do que um esforço teórico no sentido de definir as possibilidades e os limites da natureza humana. Porque também geram a culpa real, o conflito real, aquilo a que poderíamos chamar a “verdadeira psicopatologia existencial”, devemos continuar lutando com eles como problemas pessoais que também são. **[pág. 157]**

Resistência à Rubricação do Ser

“Resistência”, no sistema conceptual freudiano, refere-se à manutenção de repressões. Mas Schachtel (147) já mostrou que as dificuldades na subida de idéias à consciência podem ter outras fontes além da repressão. Algumas espécies de conscientização que eram possíveis à criança podem ter sido, simplesmente, “esquecidas” durante o crescimento. Também tentei estabelecer uma diferenciação entre a resistência mais fraca às cognições inconscientes e pré-conscientes do processo primário e a resistência muito mais forte aos impulsos ou desejos proibidos (100). Estes e outros desenvolvimentos indicam que pode ser desejável ampliar o conceito de “resistência” para que signifique, aproximadamente, “dificuldades em realizar a introvisão, *seja qual for o motivo*” (excluindo, é claro, a incapacidade constitucional, por exemplo, a debilidade mental, a redução ao concreto, as diferenças de gênero e até, talvez, determinantes constitucionais do tipo Sheldon).

A tese, neste caso, é que outra fonte de “resistência” na situação terapêutica pode ser uma aversão sadia, por parte do paciente, a ser rubricado ou aleatoriamente classificado, isto é, a ser privado da sua individualidade, da sua singularidade, das suas diferenças de todos os outros, a sua identidade especial.

Descrevi anteriormente (97, capítulo 4) a rubricação como uma forma inferior de cognição, isto é, na realidade uma forma de *não-cognição*, uma rápida e fácil catalogação [pág. 159] cuja função é tornar desnecessário o esforço requerido pela atividade mais cuidadosa e idiossincrática de perceber ou pensar. Situar uma pessoa num sistema requer menos energia do que conhecê-la *per se*, visto que, no primeiro caso, tudo o que tem de ser percebido é aquela característica particular que indica a sua pertença a uma classe, por exemplo, bebês, criados, suecos, esquizofrênicos,

fêmeas, gerais, enfermeiras etc. O que é salientado na rubricação é a categoria a que a pessoa pertence, de que ela é uma amostra, *não* a pessoa como tal — as semelhanças mais do que as diferenças.

Nessa mesma publicação, foi salientado o fato muito importante de que ser rubricado é, geralmente, ofensivo para a pessoa rubricada, visto que nega a sua individualidade ou não presta atenção à sua personalidade, à sua identidade diferencial e única. A famosa declaração de William James, em 1902, deixa este ponto claro:

A primeira coisa que o intelecto faz com um objeto é classificá-lo com alguma outra coisa. Mas qualquer objeto que seja infinitamente importante para nós e desperte a nossa devoção também deve ser sentido como algo único e *sui generis*. Provavelmente, um caranguejo sentir-se-ia pessoalmente indignado e ultrajado se nos ouvisse classificá-lo, sem mais cerimônia ou desculpas, como um crustáceo, e assim despachado. “Não sou tal coisa”, diria ele. “Sou *eu próprio*, somente *eu próprio* e nada mais” (70a, pág. 10).

Um exemplo ilustrativo do ressentimento provocado pelo fato de ser rubricado pode ser citado de um estudo em curso pelo autor sobre as concepções de masculinidade e feminilidade no México e nos Estados Unidos (105). A maioria das mulheres americanas, após o seu primeiro ajustamento ao México, acha muito agradável serem tomadas em tão elevado apreço como fêmeas, gerar um turbilhão de suspiros e assobios onde quer que vão, serem desejadas tão avidamente por homens de todas as idades, serem olhadas como belas e valiosas. Para muitas mulheres americanas, ambivalentes como freqüentemente são a respeito da sua feminilidade, isso pode constituir uma experiência muito satisfatória e terapêutica, fazendo-as sentirem-se mais fêmeas, mais prontas a desfrutar sua feminilidade, o que, por seu turno, as faz *parecerem*, com freqüência, mais femininas. [pág. 160]

Mas, com o decorrer do tempo, elas (algumas delas, pelo menos) começam a achar isso menos agradável. Descubrem que *qualquer* mulher tem valor para o macho mexicano, que parece haver escassa discriminação entre mulheres velhas ou jovens, bonitas ou feias, inteligentes ou estúpidas. Além disso, descobrem que, em contraste com o jovem macho americano (que, como disse uma garota, “fica tão traumatizado quando recusamos sair com ele que tem de ir correndo para o seu

psicanalista”), o macho mexicano aceita uma recusa com muita calma, com *excessiva* calma. Parece não se importar e volta-se rapidamente para outra mulher. Mas isso significa, pois, para uma mulher específica, que *ela própria*, como pessoa, não é especialmente valiosa para ele, e que todos os esforços do homem mexicano eram dirigidos a uma *mulher*, não a *ela*, o que implica que uma mulher é tão boa quanto qualquer outra e que ela é permutável com outras. Assim, ela descobre que não é valiosa; a classe “mulher” é que é valiosa. E, finalmente, sente-se insultada em vez de lisonjeada, visto que quer ser apreciada como pessoa, como *ela própria*, e não pelo seu gênero. É claro, a feminilidade é prepotente em relação à personalidade, isto é, requer uma satisfação prioritária; entretanto, a sua satisfação coloca as reivindicações da personalidade no primeiro plano da economia motivacional. O duradouro amor romântico, a monogamia e a individuação das mulheres tornaram-se possíveis graças ao respeito por uma determinada pessoa, em vez de se considerar toda a classe “mulher.”.

Outro exemplo muito comum do ressentimento provocado pela rubricação é a cólera tão freqüentemente suscitada nos adolescentes quando se lhes diz: “Oh, isso é uma fase por que você tem de passar. Acabará por livrar-se dela.” O que é trágico, concreto e único para a criança não pode ser motivo de riso, ainda que o mesmo tenha acontecido e venha a acontecer a milhões de outras crianças.

Uma ilustração final: um psiquiatra terminou uma primeira entrevista, muito breve e apressada, com um provável paciente, dizendo: “Os seus problemas são, mais ou menos, os característicos da sua idade.” O provável paciente ficou muito zangado e, mais tarde, confessou que se sentira “posto de lado” e insultado. Disse que se sentira [pág. 161] tratado como uma criança: “*Não* sou um espécime. Sou *eu*, não outra pessoa.”

Considerações desse gênero também nos podem ajudar a ampliar a nossa noção de resistência na Psicanálise clássica. Porque a resistência é usualmente tratada como *apenas* uma defesa da neurose, como uma resistência a ficar bem ou a perceber verdades desagradáveis, é amiúde tratada, portanto, como algo indesejável, algo a ser superado e a eliminar pela análise. Mas, como os exemplos acima indicam, o que foi tratado como doença *pode* ser, por vezes, saúde ou, pelo menos, não-doença. As dificuldades do terapeuta com os seus pacientes, a recusa destes em

aceitar uma interpretação, a sua ira e revide, a sua obstinação, promanam quase certamente, em *alguns casos*, de uma recusa em ser rubricado. Portanto, essa resistência pode ser vista como uma afirmação e proteção da singularidade pessoal, da identidade ou individualidade contra o ataque ou negligência. Tais reações não só mantêm a dignidade do indivíduo como também servem para protegê-lo contra a má psicoterapia, a interpretação pelo compêndio, a “análise desvairada”, as interpretações ou explicações superintelectuais ou prematuras, as abstrações ou conceptualizações vazias de sentido, tudo isso implicando, para o paciente, numa falta de respeito; para um tratamento semelhante, ver também O’Connell (129).

Os novatos em Psicoterapia, na sua ânsia de curar depressa, os “moços que se baseiam no compêndio” e decoram algum sistema conceptual, concebendo depois a terapia como sendo apenas uma transmissão de conceitos, os teóricos sem experiência clínica, o estudante finalista de Psicologia que acabou de decorar Fenichel e está pronto para dizer a cada um de seus colegas de dormitório a que categoria pertence — são esses os rubricadores contra os quais os pacientes têm de se proteger. São esses os que, com a maior desenvoltura, talvez até num primeiro contato com o paciente, formulam sentenças tais como “Você é um caráter anal”, ou “Você está apenas tentando dominar todo o mundo”, ou “O que você realmente pretende é que eu vá para a cama consigo”, ou “Você quer, realmente, [pág. 162] que seu pai lhe faça um bebê” etc.¹ Chamar “resistência”, no sentido clássico, a uma reação autoprotetora legítima contra tal rubricação é apenas outro exemplo, pois, do uso errôneo de um conceito.

Felizmente, existem indícios de uma reação contra a rubricação entre os responsáveis pelo tratamento de pessoas. Isso vê-se no afastamento geral da psiquiatria taxonômica, “kraepeliniana” ou de “hospital estadual”, por parte de terapeutas esclarecidos. O principal esforço, por vezes, o *único* esforço, costumava ser diagnóstico, isto é, colocar o indivíduo numa classe. Mas a experiência ensinou que o diagnóstico é mais uma necessidade legal e administrativa do que terapêutica. Atualmente, até nos hospitais psiquiátricos está sendo cada vez mais reconhecido

¹ Essa tendência para rubricar (em vez de usar uma linguagem de experiência concreta, idiográfica, centrada no paciente) robustece-se, quase certamente, mesmo nos melhores terapeutas, quando estão doentes, cansados, preocupados, ansiosos, desinteressados, indiferentes ao paciente, com pressa etc. Portanto, também pode servir como ajuda na auto-análise da contratransferência em curso do próprio psicanalista.

que ninguém é um paciente de compêndio; os relatórios diagnósticos nas reuniões de *staff* estão ficando cada vez mais extensos, mais ricos, mais complexos, menos uma simples aposição de rótulos.

O paciente, compreende-se agora, deve ser abordado como uma pessoa única, singular, e não como membro de uma classe — isto é, se a principal finalidade é a psicoterapia. Compreender uma pessoa não é o mesmo que colocá-la sob uma rubrica ou numa categoria. E compreender a pessoa é condição *sine qua non* para a terapia.

Resumo

Os seres humanos ressentem-se, freqüentemente, pelo fato de serem rubricados ou classificados, o que por eles pode ser visto como uma negação da sua individualidade (eu, identidade). É de esperar que reajam mediante uma reafirmação da sua identidade pelas várias formas que lhes são acessíveis. Na Psicoterapia, tais reações devem ser compreendidas, de maneira favorável, como afirmações da dignidade pessoal, a qual, em algumas formas de terapia, está, em *qualquer* caso, sob severo ataque. Tais reações autoprotetoras não deveriam ser chamadas [pág. 163] “resistência” (no sentido de uma manobra protetora da doença) ou, então, o conceito de “resistência” deve ser ampliado de forma a incluir muitas espécies de dificuldade na realização de uma conscientização. Além disso, é sublinhado que tais resistências são protetores extremamente valiosos contra a má psicoterapia.² [pág. 164]

² Essa tese também pode ser interpretada como uma contribuição para o problema geral da comunicação entre o terapeuta e o paciente. O bom terapeuta enfrenta a tarefa de colocar os seus conhecimentos nomotécnicos em usos idiográficos. A estrutura conceptual com que ele trabalha e que pode ser experimentalmente rica e significativa para ele é inútil para o paciente, em sua forma conceptual. A terapia de introversão consiste não só em desvendar, experimentar e categorizar materiais inconscientes; é também, em grande parte, uma tarefa de conjugar, sob um conceito, todas as espécies de experiências subjetivas plenamente conscientes, mas anônimas, G, portanto, desconexas, ou até, mais simplesmente, a tarefa de atribuir um nome a uma experiência anônima. O paciente pode ter a experiência do “Ah!”, depois de uma verdadeira introversão, por exemplo, “Meu Deus! Realmente nunca deixei de odiar a minha mãe, embora pensasse que a amava!” Mas também poderá tê-la sem referência alguma a quaisquer matérias inconscientes, por exemplo, “Então é isso que você entende por ansiedade!” (referindo-se a tal ou tal experiência na garganta, no estômago, nas pernas, no coração, de que o paciente estava perfeitamente cômico, mas nunca denominara). Tais considerações também deveriam ser úteis no adestramento de terapeutas.

PARTE IV

CRIATIVIDADE

Criatividade nas Pessoas Individuacionantes

Tive primeiro de mudar as minhas idéias sobre criatividade logo que comecei a estudar pessoas que eram positivamente sadias, altamente evoluídas e amadurecidas, dotadas de grande capacidade de individuação. Tive primeiro de abandonar a minha noção estereotipada de que saúde, gênio, talento e produtividade eram sinônimos. Uma considerável proporção dos meus sujeitos, embora sadios e criativos, num sentido especial que vou descrever, *vão* eram produtivos no sentido habitual, nem tinham grande talento ou gênio, tampouco eram poetas, compositores, inventores, artistas ou intelectuais criadores. Também era óbvio que alguns dos maiores talentos da humanidade não foram, certamente, pessoas psicologicamente sadias, Wagner, por exemplo, ou Van Gogh, ou Byron. Alguns eram, outros não, é claro. Depressa tive de chegar à conclusão de que o grande talento era não só mais ou menos independente da excelência ou saúde de caráter, mas também de que sabíamos muito pouco a esse respeito. Por exemplo, existem algumas provas de que o grande talento musical e o talento matemático são mais herdados do que adquiridos (150). Parece claro, portanto, que a saúde e o talento especial são variáveis distintas, talvez apenas ligeiramente correlacionadas, talvez não. Podemos igualmente admitir, no começo, que a Psicologia sabe muito pouco sobre o talento especial do tipo gênio. Nada mais direi a esse respeito, preferindo limitar-me àquela espécie mais generalizada de criatividade que é a herança [pág. 167] universal de todo o ser humano e que parece co-variado com a saúde psicológica.

Além disso, não tardei em descobrir que eu estivera pensando em criatividade, como a maioria das pessoas, em termos de produtos; e, em segundo lugar, que limitara a criatividade somente a certas áreas do esforço humano, pressupondo,

inconscientemente, que *qualquer* pintor, *qualquer* poeta, *qualquer* compositor, estava levando uma vida criadora. Os teorizadores, artistas, cientistas, inventores, escritores, podiam ser criadores. Ninguém mais podia ser. Inconscientemente, eu partira do princípio de que a criatividade era uma prerrogativa exclusiva de certos profissionais.

Mas essas expectativas foram desfeitas por vários dos meus sujeitos. Por exemplo, uma mulher, sem educação, pobre, exclusivamente dona-de-casa e mãe, não fazia qualquer dessas coisas convencionalmente criadoras e, entretanto, era uma esposa, mãe, cozinheira e dona-de-casa maravilhosa. Com pouco dinheiro, o seu lar estava sempre uma beleza. Era uma perfeita anfitriã. Suas refeições eram banquetes. O seu gosto em roupas de cama e mesa, pratos, cristais, louças e móveis era impecável. Em todas essas áreas, ela era original, engenhosa, inventiva, imprevisível. Eu *tinha* de considerá-la verdadeiramente criadora. Aprendi com ela e outras como ela que uma sopa de primeira categoria é algo mais criador do que uma pintura de segunda categoria e que, em geral, a culinária, a maternidade ou a organização de um lar podem ser algo criador, enquanto que a poesia pode deixar de ser; pelo contrário, pode ser estéril, medíocre e sem inspiração.

Outra mulher, entre os meus sujeitos, dedicava-se ao que poderia ser melhor designado como assistência social, na mais ampla acepção do termo, cuidando de feridos, ajudando os desvalidos, não só de um modo pessoal, mas também numa organização que assiste a muito mais pessoas do que ela poderia fazer individualmente.

Outro dos meus sujeitos era um psiquiatra, um “clínico” puro que nunca escrevera coisa alguma nem criara qualquer teoria ou realizara qualquer pesquisa, mas que se comprazia em seu trabalho cotidiano de ajudar as pessoas a criarem-se a si mesmas. Esse homem abordava cada paciente como se este fosse o único no mundo, sem recorrer a jargão, sem expectativas ou pressupostos, com [pág. 168] inocência e ingenuidade, mas, no entanto, com grande sabedoria, à maneira tauísta. Cada paciente era um ser humano único e, portanto, um problema completamente novo a ser compreendido e resolvido de uma forma inteiramente nova. O seu grande êxito, até em casos muito difíceis, validava o seu modo “criador” (não estereotipado ou ortodoxo) de fazer as coisas. De outro homem aprendi que a construção de uma

organização comercial, de uma grande empresa, podia ser uma atividade criadora. De um jovem atleta aprendi que um perfeito movimento pode ser um produto tão estético quanto um soneto e podia ser abordado no mesmo espírito criativo.

Acudiu-me ao espírito, certa vez, que uma competente violoncelista que, reflexamente, eu tinha considerado “criadora” (porque a associei com música criadora? com compositores criadores?), estava realmente tocando bem o que outrem escrevera. Ela era apenas um porta-voz, como o ator ou “comediante” normal é um porta-voz. Um bom marceneiro, ou jardineiro, ou alfaiate, *podia* ser, verdadeiramente, mais criador. Eu tinha de formular um juízo individual em cada caso, visto que quase todo o papel ou função pode ser criador ou estéril.

Por outras palavras, aprendi a aplicar a palavra “criador” (e também a palavra “estético”) não só a produtos, mas também a pessoas, de uma forma caracterológica, e a atividades, processos e atitudes. E, além disso, tinha passado a aplicar a palavra “criativo” a muitos outros produtos além dos típicos e convencionalmente aceites — poemas, teorias, romances, experimentos e pinturas.

A conseqüência foi que achei necessário distinguir a “criatividade de talento especial” da “criatividade individuacionante”, que promana muito mais diretamente da personalidade e se manifesta amplamente nos assuntos correntes da vida, por exemplo, numa certa espécie de humor. Parecia ser algo como uma tendência para fazer *qualquer coisa* criativamente; por exemplo, cuidar da casa, ensinar etc. Com freqüência, pareceu-me que um aspecto essencial da criatividade individuacionante era um tipo especial de percepção exemplificado pela criança da fábula que viu que o rei estava nu (isso também contradiz a noção de criatividade como produtos). Tais pessoas podem ver tanto o que é original, básico, concreto, idiográfico, como o que é genérico, abstrato, rubricado, categorizado [pág. 169] e classificado. Portanto, vivem muito mais no mundo real da natureza do que no mundo verbalizado de conceitos, abstrações, expectativas, crenças e estereótipos, que a maioria das pessoas confunde com o mundo real (97, capítulo 14). Isso está bem expresso na frase de Rogers, “abertura para a experiência” (145).

Todos os meus sujeitos eram relativamente mais espontâneos e expressivos do que as pessoas comuns. Eram mais “naturais” e menos controlados e inibidos em seu comportamento, o qual parecia fluir mais fácil e livremente, com menos bloqueios e

autocríticas. Essa capacidade para expressar idéias e impulsos sem estrangulamento e sem temor de ridículo resultou ser um aspecto essencial da criatividade individuacionante. Rogers tem usado a excelente frase “pessoa em pleno funcionamento” para descrever esse aspecto da saúde (145).

Outra observação foi que a criatividade individuacionante era, em muitos aspectos, como a criatividade de *todas* as crianças felizes e seguras. Era espontânea, desenvolta, inocente, fácil, uma espécie de liberdade isenta de estereótipos e clichês. E, uma vez mais, parecia-me ser formada, em grande parte, de liberdade “inocente” de percepção, de espontaneidade e expressividade “inocentes” e desinibidas. Quase todas as crianças podem perceber mais livremente, sem expectativas apriorísticas sobre o que tinha de estar ali, o que deve estar ali ou o que sempre ali esteve. E quase todas as crianças são capazes de compor uma canção ou um poema ou uma dança ou uma pintura ou uma peça de teatro ou um jogo de improviso, sem premeditação alguma, sem planejamento ou intenções prévias, instigadas apenas pela inspiração do momento.

Era nesse sentido “infantil” que os meus sujeitos eram criadores. Ou, para evitar equívocos, dado que os meus sujeitos não eram, no fim de contas, crianças (eram todos pessoas na casa dos 50 e 60 anos), digamos que tinham conservado ou recuperado, pelo menos, esses dois aspectos principais do caráter infantil, notadamente, não rubricavam ou estavam “abertos à experiência” e eram facilmente espontâneos e expressivos. Se as crianças são ingênuas, então os meus sujeitos tinham atingido uma “segunda ingenuidade”, como Santayana a denominou. A sua inocência de percepção e expressividade estava combinada com espíritos sofisticados. [pág. 170]

Em qualquer dos casos, tudo isso soa como se estivéssemos lidando com uma característica fundamental, inerente à natureza humana, uma potencialidade dada a todos ou à maioria dos seres humanos no nascimento, a qual, com freqüência, se perde, ou é enterrada, ou inibida, quando a pessoa é enculturada.

Os meus sujeitos eram diferentes da pessoa média noutra característica que torna mais provável a criatividade. As pessoas individuacionantes não se mostram assustadas pelo desconhecido, o misterioso, o intrigante e, com freqüência, são positivamente atraídas para isso, isto é, escolhem-no seletivamente para procurar a

solução, meditar e ser absorvida pelo problema. Cito a minha descrição em (97, pág. 206): “Eles não negligenciam o desconhecido, nem o negam ou fogem dele, ou tentam fazer acreditar que é realmente conhecido; tampouco o organizam, dicotomizam ou rubricam prematuramente. Não se apegam ao familiar nem a sua busca de verdade é uma necessidade catastrófica de certeza, segurança, definição e ordem, tal como vemos, numa forma exagerada, nos indivíduos com lesão cerebral, de Goldstein, ou no neurótico obsessivo-compulsivo. Podem ser, quando a situação objetiva total o exige, confortavelmente desordenados, anárquicos, desleixados, caóticos, vagos, duvidosos, incertos, indefinidos, aproximados, inexatos ou inacurados (tudo muito desejável, em certos momentos, na ciência, na arte ou na vida, em geral).

“Assim, resulta que a dúvida, a tentativa, a incerteza, a vacilação, com a necessidade conseqüente de protelar a decisão, o que para a maioria é uma tortura, pode ser para alguns um desafio agradavelmente estimulante, um alto momento na vida e não um baixo.”

Uma observação que eu fiz deixou-me intrigado durante muitos anos, mas começa agora a ficar clara. Foi o que descrevi como a resolução de dicotomias nas pessoas com capacidade de individuação. Em poucas palavras, concluí que tinha de ver de forma diferente muitas oposições e polaridades que todos os psicólogos haviam considerado numa seqüência contínua e retilínea. Por exemplo, para citar a primeira dicotomia com que tive problemas, não fui capaz de decidir se os meus sujeitos eram egoístas ou desinteressados. (Observe-se como caímos espontaneamente, aqui, num “ou isto ou aquilo”. Mais de um, [pág. 171] menos de outro, é a implicação do estilo em que formulei a questão.) Mas fui forçado, pela pura pressão dos fatos, a abandonar esse estilo aristotélico de lógica. Os meus sujeitos eram muito altruístas num sentido e muito egoístas noutro sentido. E essas duas características conjugavam-se, não como incompatíveis, mas, antes, numa unidade ou síntese dinâmica, sensível, muito semelhante ao que Fromm descreveu em seu trabalho clássico sobre egoísmo saudável (50). Os meus sujeitos tinham reunido os opostos de tal modo que me fizeram compreender que considerar o egoísmo e o altruísmo como contraditórios e mutuamente exclusivos é, em si mesmo, característico de um nível inferior do desenvolvimento da personalidade. Assim, nos

meus sujeitos, também muitas outras dicotomias foram resolvidas em unidades: a cognição *versus* volição (coração *versus* cabeça, desejo *versus* fato) converteu-se em “cognição estruturada com volição”, na medida em que o instinto e a razão chegaram às mesmas conclusões. O dever tornou-se prazer e o prazer fundiu-se com o dever. A distinção entre trabalho e jogo tornou-se imprecisa. Como podia o hedonismo egoísta opor-se ao altruísmo, quando o altruísmo se tornou egoisticamente agradável? Essas pessoas sumamente maduras eram também fortemente infantis. Essas mesmas pessoas, os mais fortes egos até agora descritos e as mais definitivamente individuais, também eram, precisamente, as que podiam mais facilmente abdicar do ego, transcender o próprio eu e centrar-se no problema (97, págs. 232-34).

Mas isso é, precisamente, o que faz o grande artista. Está apto a reunir cores que se entrecrocavam, formas que se combatem entre si, dissonâncias de toda a espécie, numa unidade. E é também isso o que faz o grande teórico, quando reúne fatos intrigantes e incompatíveis, para que vejamos que, na realidade, eles se harmonizam. E o mesmo ocorre com o grande estadista, o grande terapeuta, o grande filósofo, o grande pai, a grande mãe, o grande inventor. Todos são integradores, capazes de congregarem termos distintos e até opostos numa unidade.

Falamos aqui da capacidade de integrar e do jogo de vaivém entre a integração, dentro da pessoa, e a sua capacidade de integrar seja o que for que ela está fazendo no mundo. Na medida em que a criatividade é construtiva, sintetizadora, unificadora e integradora, é nessa mesma [pág. 172] medida que ela depende, pelo menos em parte, da integração interior da pessoa.

Ao tentar averiguar por que tudo isso assim era, pareceu-me que a causa poderia ser atribuída à relativa ausência de medo nos meus sujeitos. Eles eram, certamente, menos enculturados; quer dizer, pareciam menos temerosos do que as outras pessoas diriam, ou exigiriam, ou do que se ririam. Tinham menos necessidade das outras pessoas e, portanto, dependiam menos delas, podiam temê-las menos e ser menos hostis contra elas. Contudo, talvez fosse mais importante ainda a ausência de medo dos seus próprios íntimos, dos seus próprios impulsos, emoções e pensamentos. Eram mais propensos do que a média à aceitação de seus próprios eus. Essa aprovação e aceitação dos seus eus mais profundos possibilitava-lhes muito

mais perceberem corajosamente a natureza real do mundo e tornava também mais espontâneo o seu comportamento (menos controlado, menos inibido, menos planejado, menos deliberado e “intencional”). Temiam menos os seus próprios pensamentos, mesmo quando estes eram extravagantes ou “amalucados”. Tinham menos receio de que rissem deles ou de serem alvo de desaprovação. Não lhes importava serem inundados de emoção. Em contraste, as pessoas médias e neuróticas erguem uma muralha para rechaçar o medo, grande parte do qual reside no próprio íntimo delas. Elas controlam, inibem, reprimem e suprimem. Desaprovam os seus eus mais profundos e esperam que os outros façam o mesmo.

O que estou dizendo, de fato, é que a criatividade dos meus sujeitos parecia ser um epifenômeno da sua maior totalidade e integração, que é o que está subentendido na aceitação do próprio eu. A guerra civil, dentro da pessoa média, entre as forças das profundidades íntimas e as forças de defesa e controle, parece ter sido resolvida nos meus sujeitos, que se mostram menos divididos. Por consequência, mais deles próprios está disponível para uso, para fruição e para fins criativos. Perdem menos de seu tempo e energia protegendo-se contra si próprios.

Como vimos em capítulos anteriores, o que conhecemos sobre experiências culminantes corrobora e enriquece estas conclusões. Também essas experiências são integradas e integradoras, as quais, em certa medida, são isomórficas com a integração no mundo percebido. Também [pág. 173] nessas experiências encontramos maior abertura à experiência, maior espontaneidade e expressividade. Como um aspecto dessa integração, dentro da pessoa, é a aceitação e maior disponibilidade dos seus eus mais profundos, essas fundas raízes da criatividade (84) também se tornam mais acessíveis ao uso.

Criatividade Primária, Secundária e Integrada

A teoria freudiana clássica é de pouca utilidade para os nossos fins e é até parcialmente contraditada pelos nossos dados. É (ou era), essencialmente, uma Psicologia do Id, uma investigação dos impulsos instintivos e suas vicissitudes, e a dialética freudiana básica é vista, em última instância, como sendo entre os impulsos e as defesas contra eles. Mas muito mais cruciais do que os impulsos reprimidos para um entendimento das fontes da criatividade (assim como do amor, entusiasmo,

humor, imaginação, fantasia e atividades lúdicas) são os chamados processos primários, que são essencialmente cognitivos, não volitivos. Quando voltamos a nossa atenção para esse aspecto da Psicologia da Profundidade, encontramos grande concordância entre a Egopsicologia psicanalítica — Kris (84), Milner (113), Ehrenzweig (39), a Psicologia junguiana (74) e a Psicologia americana do eu-e-crescimento (118).

O ajustamento normal do homem médio, dotado de bom senso, bem-ajustado, implica uma contínua rejeição bem sucedida de grande parte da natureza humana mais profunda, tanto volitiva como cognitiva. Ajustar-se bem ao mundo da realidade significa uma divisão da pessoa. Significa que a pessoa volta as costas a muito de si mesma porque é perigoso. Mas é agora evidente que, assim fazendo, ela também perde muito, visto que essas mesmas profundidades também são a fonte de todas as suas alegrias, de sua capacidade lúdica, de sua capacidade para amar, rir e, mais importante que tudo, para nós, de sua capacidade criadora. Ao proteger-se contra o seu inferno íntimo, a pessoa também se separa do céu que tem dentro de si. No caso extremo, temos a pessoa obsessiva, tensa, rígida, hirta, controlada, cautelosa, que não pode rir nem jogar ou amar, ou ser confiante, infantil ou “boba”. A [pág. 174] sua imaginação, as suas intuições, a sua flexibilidade, a sua emotividade, tendem a ser estranguladas ou destorcidas.

As metas da Psicanálise, como terapia, são fundamentalmente integradoras. O esforço é no sentido de curar pela introvisão essa divisão básica, para que, o que estava sendo reprimido, se torne consciente ou pré-consciente. Mas também aqui podemos fazer modificações, em consequência do estudo das raízes profundas da criatividade. A nossa relação com os nossos processos primários não é, em todos os aspectos, análoga à nossa relação com desejos inaceitáveis. A mais importante diferença que enxergo é que os nossos processos primários não são tão perigosos quanto os impulsos proibidos. Em grande medida, não são reprimidos ou censurados, mas “esquecidos” ou então abandonados, suprimidos (não reprimidos) ao termos que nos ajustar a uma dura realidade que exige esforço e luta pragmática e deliberada, em vez de divagação, poesia, jogo. Ou, por outras palavras, numa sociedade rica deve haver muito menos resistência aos processos primários de pensamento. Espero que os processos de educação, que se sabe fazerem muito pouco

por aliviar a repressão do “instinto”, possa fazer muito pela aceitação e integração dos processos primários na vida consciente e pré-consciente. A educação nos domínios da arte, poesia e dança podem, em princípio, fazer muito nesse sentido. E também a educação no domínio da Psicologia dinâmica; por exemplo, a “Entrevista Clínica” de Deutsch e Murphy, que fala em linguagem de processo primário (38), pode ser vista como uma espécie de poesia. O extraordinário livro de Marion Milner, *On Not Being Able to Paint*, corrobora perfeitamente a minha tese (113).

A espécie de criatividade que estou tentando descrever, em linhas gerais, é exemplificada da melhor maneira pela improvisação, como no *jazz* ou nas pinturas infantis, não pela obra de arte designada como “grande”.

Em primeiro lugar, a grande obra de arte requer um grande talento, o qual, como já vimos, resultou ser irrelevante para os nossos interesses. Em segundo lugar, a grande obra necessita não só de lampejo, de inspiração, de experiência culminante, mas também de trabalho árduo, longo adestramento, crítica implacável e padrões perfeccionistas. Por outras palavras, ao espontâneo sucede o deliberado; [pág. 175] à aceitação total, a crítica; à intuição o pensamento rigoroso; à audácia, a cautela; à fantasia e à imaginação sucede o teste da realidade. Surgem agora as interrogações: “Isso é verdadeiro?”, “Será entendido pelos outros?”, “A sua estrutura é sólida?”, “Resiste à prova da lógica?” “Como se comportará no mundo?”, “Posso prová-lo?” Vêm agora as comparações, os juízos, as avaliações, os raciocínios frios, calculistas, da manhã seguinte, as seleções e rejeições.

Se assim posso dizer, os processos secundários tomam agora o lugar dos primários, os apolíneos sucedem aos dionisíacos, o “masculino” ao “feminino”. A regressão voluntária para as nossas profundidades está terminada agora, a necessária passividade e receptividade de inspiração ou de experiência culminante deve ceder agora o lugar à atividade, ao controle e ao trabalho árduo. Uma experiência culminante acontece a uma pessoa, mas a pessoa *faz* o grande produto.

Estritamente falando, investiguei apenas essa primeira fase, aquela que ocorre facilmente e sem esforço, como expressão espontânea de uma pessoa integrada ou de um elemento transitório unificador, dentro da pessoa. Só pode ocorrer se a profundidade de uma pessoa lhe for acessível, somente se ela não temer os seus processos primários de pensamento.

Chamarei “criatividade primária” àquela que promana do processo primário e o usa, muito mais do que os processos secundários. À criatividade que se baseia, principalmente, nos processos secundários do pensamento chamarei “criatividade secundária”. Este último tipo inclui uma grande proporção de produção-no-mundo, as pontes, casas, os novos automóveis, até muitos experimentos científicos e muita obra literária. Tudo isso é, essencialmente, a consolidação e desenvolvimento das idéias de outras pessoas. Equipara-se à diferença entre o “comando”, o destacamento que atua em território inimigo, e a polícia militar, na retaguarda das linhas de combate, entre o pioneiro e o colonizador. Àquela criatividade que usa bem e facilmente *ambos* os tipos de processo, em boa fusão ou em boa sucessão, chamarei “criatividade integrada”. É dessa espécie que resultam as grandes obras de Arte, de Filosofia ou de Ciência. [pág. 176]

Conclusão

O fruto de todos esses desenvolvimentos pode, creio eu, ser resumido como um aumento de acentuação sobre o papel desempenhado pela integração (ou coesão do eu, unidade, totalidade) na teoria da criatividade. Resolver uma dicotomia numa unidade superior, mais abrangente, equivale a curar uma divisão na pessoa e a torná-la mais coesa, mais unificada. Como as divisões de que tenho falado são dentro da pessoa, elas equivalem a uma espécie de guerra civil, a luta de uma parte da pessoa contra outra parte. Em qualquer dos casos, no que diz respeito à criatividade da pessoa individuacionante, ela parece decorrer mais imediatamente da fusão dos processos primários e secundários, em vez da eliminação do controle repressivo de impulsos e desejos proibidos. É provável, evidentemente, que as defesas decorrentes do medo desses impulsos proibidos também empurrem os processos primários para uma espécie de guerra total, indiscriminada, pânica, em *todas* as profundidades. Mas parece que tal ausência de discriminação não é, em princípio, necessária.

Em resumo, a criatividade individuacionante sublinha, primeiro, a personalidade e não as suas realizações, considerando que essas realizações são epifenômenos emitidos pela personalidade e, portanto, secundários em relação a ela. Salienta as qualidades caracterológicas, como a audácia, a coragem, a liberdade, a espontaneidade, a perspicácia, a integração, a aceitação do eu; tudo isso possibilita a

espécie de criatividade individuacionante generalizada que se expressa na vida criadora, ou na atitude criadora, ou na pessoa criadora. Também sublinhei a qualidade expressiva ou S-qualidade da criatividade individuacionante, em vez da sua qualidade de resolução de problemas ou confecção de produtos. A criatividade individuacionante é “emitida”, ou radiada, e atinge a totalidade da vida, independentemente dos problemas, assim como uma pessoa jovial “emite” jovialidade sem intenção ou propósito, ou mesmo sem consciência disso. É emitida como o brilho solar; derrama-se por toda a parte; faz algumas coisas crescerem (as que são suscetíveis de crescimento) e é desperdiçada nas pedras, rochas e outras coisas incapazes de crescimento. [pág. 177]

Finalmente, estou muito cômico de que estive tentando pôr fim a conceitos amplamente aceitos sobre criatividade, sem ser capaz de oferecer, em troca, um atraente, claramente definido e preciso conceito que os substitua. A criatividade individuacionante ou auto-realizadora é difícil de definir porque, por vezes, parece ser sinônimo da própria saúde, como foi sugerido por Moustakas (118). E como a individuação ou saúde deve ser definida, em última análise, como a realização da humanidade plena de cada um, ou como o “Ser” da pessoa, é como se a criatividade individuacionante fosse quase sinônimo, ou um aspecto *sine qua non*, ou uma característica definidora, dessa humanidade essencial. [pág. 178]

PARTE V

VALORES

Dados Psicológicos e Valores Humanos

Os humanistas, durante milhares de anos, tentaram construir um sistema psicológico e naturalista de valores que se pudesse derivar da própria natureza do homem, sem necessidade de recorrer a uma autoridade fora do próprio ser humano. Muitas dessas teorias têm sido oferecidas ao longo da História. Todas fracassaram para fins práticos universais, tal como todas as outras teorias falharam. Temos hoje tantos canalhas e neuróticos no mundo quantos os que houve em qualquer outra época, ou ainda mais.

Essas teorias inadequadas, na sua maioria, assentavam em pressupostos psicológicos de uma espécie ou outra. Hoje, pode ser demonstrado, à luz de conhecimentos recentemente adquiridos, que praticamente todas elas são falsas, inadequadas, incompletas ou, de uma forma ou de outra, deficientes. Mas é minha convicção que certos desenvolvimentos na ciência, e na arte da Psicologia, nas últimas décadas, nos possibilitaram, pela primeira vez, sentir confiança em que essa velha esperança pode ser realizada, se trabalharmos com suficiente afinco. Sabemos como criticar as antigas teorias; sabemos, ainda que vagamente, moldar as teorias vindouras e, sobretudo, sabemos onde procurar e o que fazer para suprir as lacunas de conhecimento, o que nos permitirá responder às interrogações clássicas: “Ó que é a vida boa? O que é o homem bom? Como podem as pessoas ser ensinadas a desejar e preferir a vida boa? Como devem as crianças ser educadas para se tornarem adultos são?” etc. Quer dizer, pensamos [pág. 181] que uma ética científica será possível e acreditamos saber como proceder para construí-la.

A seção seguinte examinará brevemente algumas das provas e pesquisas mais promissoras, sua importância para as teorias de valor passadas e futuras, assim como

uma análise dos progressos teóricos e fatuais que devemos realizar no próximo futuro. É mais seguro julgá-los como mais ou menos prováveis do que como certos.

Experimentos de Livre Escolha: Homeostase

Centenas de experimentos foram realizados para demonstrar uma aptidão universal inata em todas as espécies de animais para selecionar uma dieta benéfica, se alternativas suficientes se apresentarem entre as quais uma livre escolha seja permitida. Essa sabedoria do corpo é freqüentemente retida em condições menos usuais, por exemplo, os animais adrenalectomizados podem manter-se vivos mediante o reajustamento de sua dieta alimentar, por eles próprios escolhida. As fêmeas de animais grávidas adaptarão perfeitamente suas dietas às necessidades do embrião em desenvolvimento.

Sabemos agora que isso não é, de maneira alguma, uma sabedoria perfeita. Esses apetites são menos eficientes, por exemplo, para refletir as necessidades vitamínicas do corpo. Os animais inferiores protegem-se mais eficientemente contra os venenos do que os animais superiores e os humanos. Hábitos de preferência anteriormente formados podem sobrepujar completamente as necessidades metabólicas atuais (185). E, sobretudo, no ser humano, especialmente no ser humano neurótico, toda a espécie de forças podem contaminar essa sabedoria do corpo, embora, segundo parece, nunca esteja inteiramente perdida.

O princípio geral é verdadeiro não só para a seleção de alimentos, mas também para toda a sorte de outras necessidades corporais, como foi demonstrado pelos famosos experimentos de homeostase (27).

Parece evidente que todos os organismos são mais autogovernados, autorregulados e autônomos do que se pensava há 25 anos. O organismo merece uma boa dose de confiança e estamos aprendendo seguramente a confiar nessa sabedoria interna dos nossos bebês, com referência [pág. 182] à escolha de dieta, ao tempo de desmame, ao montante de sono, ao período de treino de higiene, à necessidade de atividade e muitas coisas mais.

Contudo, mais recentemente, aprendemos, especialmente das pessoas física e mentalmente enfermas, que existem os que sabem escolher bem e os que escolhem mal. Aprendemos, especialmente dos psicanalistas, muita coisa sobre as causas

ocultas de tal comportamento e também aprendemos a respeitar essas causas.

A esse respeito, dispomos de um surpreendente experimento (38 b) que está prenhe de implicações para a teoria do valor. Frangos a que se permitiu que escolhessem a sua própria dieta variaram muito em sua capacidade para escolher o que é bom para eles. Os bons escolhedores tornaram-se mais robustos, maiores, mais dominantes, do que os maus escolhedores, o que significa que eles apanham o melhor de tudo. Se, depois, a dieta escolhida pelos bons escolhedores for imposta aos maus escolhedores, verifica-se que *eles* agora ficam mais fortes, maiores, mais saudios e mais dominantes, embora nunca atinjam o nível dos bons escolhedores. Quer dizer, os bons escolhedores podem selecionar melhor do que os maus escolhedores o que é melhor para estes últimos. Se forem obtidos resultados experimentais semelhantes em seres humanos, como penso que serão (dados clínicos de apoio existem em abundância), estaremos a caminho de uma ampla reconstrução de toda a espécie de teorias. No que diz respeito à teoria humana de valor, nenhuma teoria que assente, simplesmente, na descrição estatística das escolhas de seres humanos não-selecionados será adequada. É inútil obter a média de escolhas de bons e maus escolhedores, de pessoas saudias e doentes. Somente as escolhas, os gostos, as preferências e as decisões ou juízos formulados por seres humanos saudios nos dirão muita coisa sobre o que, a longo prazo, é bom para a espécie humana. As escolhas de pessoas neuróticas podem nos dizer, na melhor das hipóteses, o que é bom para manter a neurose estabilizada, assim como as escolhas de um homem portador de lesão cerebral são boas para impedir um colapso catastrófico ou as escolhas de um animal adrenalectomizado poderão impedi-lo de morrer, mas matariam um animal sadio. **[pág. 183]**

Penso ser esse o principal escolho em que a maioria das teorias hedonistas de valor tem soçobrado. Os prazeres patologicamente motivados não podem equivaler aos prazeres saudiamente motivados.

Além disso, qualquer código ético terá de se haver com o fato de que existem diferenças constitucionais não só em frangos e ratos, mas também nos homens, como Sheldon (153) e Morris (110) demonstraram. Alguns valores são comuns a toda a humanidade (sadia), mas também alguns outros valores *não* serão comuns a toda a humanidade e somente a alguns tipos de pessoas ou a indivíduos específicos.

Aquilo a que chamei necessidades básicas é, provavelmente, comum a toda a humanidade; portanto, essas necessidades são valores compartilhados. Mas as necessidades idiossincrásicas geram valores idiossincrásicos.

As diferenças constitucionais, nos indivíduos, geram preferências entre as formas de relacionamento com o eu, a cultura e o mundo, isto é, geram valores. Essas pesquisas corroboram a (e são corroboradas pela) experiência universal de clínicos com diferenças individuais. Isso é igualmente verdadeiro no tocante aos dados etnológicos que tornam compreensível a diversidade cultural, ao postular que cada cultura seleciona para exploração, supressão, aprovação ou reprovação, um pequeno segmento da vasta gama de possibilidades constitucionais humanas. Isso está tudo de acordo com os dados e teorias biológicas e com as teorias de individuação que nos mostram que um sistema orgânico pressiona no sentido de expressar-se, numa palavra, de funcionar. A pessoa musculosa gosta de usar os seus músculos, na verdade, ela *tem* de usá-los para individuar-se e para realizar o sentimento subjetivo de funcionamento harmonioso, desinibido e satisfatório que constitui um aspecto tão importante da saúde psicológica. ‘As pessoas dotadas de inteligência devem usar a sua inteligência, as pessoas com olhos devem usar seus olhos, as pessoas com capacidade de amar têm o *impulso* para amar e a *necessidade* de amar, a fim de se sentirem saudáveis. As capacidades pedem para ser usadas e só cessam o seu clamor quando *estão* suficientemente usadas. Quer dizer, as capacidades são necessidades e, portanto, também são valores intrínsecos. Na medida em que as capacidades diferem, assim os valores também diferem. [pág. 184]

As Necessidades Básicas e Sua Disposição Hierárquica

Já está suficientemente demonstrado que o ser humano possui, como parte da sua construção intrínseca, não só necessidades fisiológicas, mas também, de fato, necessidades psicológicas. Podem ser consideradas deficiências que devem ser satisfeitas de forma ótima pelo meio ambiente, a fim de evitar a doença e o mal-estar subjetivo. Podem ser chamadas básicas, ou biológicas, ou equiparadas à necessidade de sal, ou cálcio, ou vitamina D, porquê:

- a) A pessoa com privações anseia persistentemente pela sua gratificação,

- b) As suas privações fazem a pessoa adoecer e definhar.
- c) A satisfação delas é terapêutica, curando a doença por deficiência.
- d) Suprimentos constantes impedem essas doenças.
- e) As pessoas sadias (gratificadas) não demonstram essas deficiências.

Mas essas necessidades ou valores estão mutuamente relacionados de um modo hierárquico e desenvolvimentista, numa ordem de vigor e de prioridade. A segurança é uma necessidade mais prepotente, ou mais forte, mais premente e mais vital do que o amor, por exemplo, e a necessidade de alimento é usualmente mais forte do que uma ou outra. Além disso, *todas* essas necessidades básicas podem ser consideradas, simplesmente, passos no caminho da individuação geral, sob a qual todas as necessidades básicas podem ser abrangidas.

Levando esses dados em conta, podemos resolver muitos problemas de valor com Que os filósofos se debateram infrutiferamente durante séculos. Para começar, é como se, aparentemente, *existisse* um único valor básico para a humanidade, um objetivo que todos os homens se esforçam por alcançar. A esse valor são dados vários nomes, por diferentes autores — individuação, auto-realização, integração, saúde psicológica, autonomia, criatividade, produtividade — mas todos eles concordam em que isso equivale à realização de potencialidades da pessoa, quer dizer, à conversão da pessoa à sua plenitude humana, tudo aquilo que ela *pode* vir a ser.

Mas também é verdade que a própria pessoa ignora isso. Nós, os psicólogos que observamos e estudamos, é [pág. 185] que construímos esse conceito a fim de integrar e explicar uma enorme quantidade de dados diversos. No que diz respeito à própria pessoa, tudo o que *ela* sabe é que está desesperada por amor e pensa que será eternamente feliz e contente se o obtiver. Ignora antecipadamente que continuará a se empenhar por obter essa satisfação *depois* dela ter chegado e que a satisfação de uma necessidade básica abre a consciência para a dominação por outra necessidade “superior”. No que à pessoa diz respeito, o valor último, absoluto, sinônimo da própria vida, é qualquer uma das necessidades, na hierarquia, pela qual a pessoa é dominada durante um determinado período. Portanto, essas necessidades básicas, ou valores básicos, podem ser tratados como fins e, ao mesmo tempo, como passos no sentido de uma única meta final. É verdade que existe um único valor ou fim básico

da vida e *também* é verdade que temos sempre um sistema hierárquica de valores, complexamente inter-relacionados.

Isso também ajuda a resolver o aparente paradoxo do contraste entre Ser e Vir a Ser. É verdade que os seres humanos lutam perpetuamente pela sua plenitude humana, a qual pode ser, de qualquer modo, uma diferente espécie de Devir e de desenvolvimento. É como se estivéssemos para sempre condenados a tentar chegar a um estado que nunca poderemos atingir. Felizmente, sabemos agora que isso não é verdade ou, pelo menos, não é a única verdade. Somos repetidamente recompensados por um bom Devir, mediante estados transitórios de Ser absoluto, de experiências culminantes. A realização de gratificações de necessidades básicas propicia-nos muitas experiências culminantes, cada uma das quais é um prazer absoluto, perfeito em si mesmo e necessitando apenas de si mesmo para validar a vida. Isso é como rejeitar a noção de que o Céu está situado algures para além do fim do caminho da Vida. O Céu, por assim dizer, aguarda-nos ao longo da própria vida, pronto para nos aparecer durante algum tempo e para ser desfrutado antes de termos que regressar à nossa vida corrente de luta e de esforço. E, uma vez que tenhamos estado nele, podemos recordá-lo para sempre e alimentar-nos-emos dessa recordação, que nos sustentará nos momentos de tensão.

Não só isso, mas o processo de desenvolvimento de momento a momento é intrinsecamente compensador e [pág. 186] delicioso, num sentido absoluto. Se não são experiências culminantes, pelo menos serão experiências no sopé da montanha, breves relances de prazer absoluto, que se valida a si próprio como expressão plena do eu, pequenos momentos de Ser. Ser e Devir *não* são contraditórios ou mutuamente exclusivos. Aproximação e chegada são, em si mesmas, recompensadoras.

Devo deixar bem claro, neste ponto, que quero diferenciar o Céu à frente (do crescimento e transcendência) do “Céu” atrás (o da regressão). O “alto Nirvana” é muito diferente do “baixo Nirvana”, se bem que muitos clínicos os confundam (ver também 170).

Individação: Crescimento

Publiquei em outro lugar um levantamento de todas as provas que nos

impelem na direção de um conceito de crescimento saudável ou de tendências para a individuação (97). Isso é, parcialmente, uma prova dedutiva, no sentido de assinalar que, se não postularmos tal conceito, grande parte do comportamento humano não faz sentido algum. Isso baseia-se no mesmo princípio científico que levou à descoberta de um planeta até então invisível, mas que *tinha* de estar lá para tornar compreensíveis muitos outros dados observados.

Existem também algumas provas clínicas e psicológicas diretas, assim como uma crescente soma de dados de testes, para corroborar essa convicção. (Ver as Bibliografias no final deste livro.) Podemos afirmar agora, certamente, que, pelo menos, foram apresentados argumentos razoáveis, teóricos e empíricos, em favor da presença, no ser humano, de uma tendência para o (ou a necessidade de) crescimento numa direção que pode ser resumida, de um modo geral, como individuação ou saúde psicológica e, especificamente, como crescimento no sentido de todos e cada um dos aspectos da individuação; isto é, o ser humano possui dentro de si uma pressão que se faz sentir no sentido da unidade da personalidade, da expressividade espontânea, da plena individualidade e identidade, da visão da verdade e não da cegueira, no sentido do ser criativo, do ser bom e uma porção de coisas mais. Quer dizer, o ser humano está construído de tal forma que pressiona no sentido de uma plenitude cada vez maior; [pág. 187] e isso significa uma pressão no sentido do que a maioria das pessoas chamaria bons valores, serenidade, gentileza, coragem, honestidade, amor, altruísmo e bondade.

É um assunto delicado estabelecer limites para o que se pretende afirmar aqui e o que não se pretende. No tocante aos meus próprios estudos, eles baseiam-se, sobretudo, em adultos que, por assim dizer, “triunfaram”. Disponho de poucas informações sobre os mal sucedidos, sobre os que foram caindo pelo caminho. É perfeitamente aceitável concluir, de um estudo dos vencedores de medalhas olímpicas, que é possível, basicamente, para um ser humano, correr a tal velocidade, ou saltar uma tal altura, ou levantar tal e tal peso, e que, até onde podemos afirmá-lo, qualquer bebê recém-nascido poderá fazer outro tanto. Mas essa possibilidade real nada nos diz sobre estatísticas e probabilidades. A situação é aproximadamente a mesma para as pessoas individuanes, como Buhler justamente enfatizou.

Além disso, convirá ter o cuidado de assinalar que a tendência para evoluir no

sentido da plenitude humana e da saúde não é a *única* tendência que se encontra no ser humano. Como vimos no capítulo 4, podemos também encontrar nessa mesma pessoa desejos de morte, tendência para o medo, a defesa e a regressão etc.

Entretanto, ainda que possam ser numericamente poucos, é possível aprender muito sobre valores através do estudo direto desses indivíduos altamente evoluídos, sumamente maduros e psicologicamente salubérrimos, assim como pelo estudo dos momentos culminantes dos indivíduos comuns, momentos esses em que eles se tornam transitoriamente auto-realizados. Isso é porque, de uma forma empírica e teórica muito real, eles são plenamente humanos. Por exemplo, são pessoas que retiveram e desenvolveram as suas capacidades humanas, especialmente aquelas capacidades que definem o ser humano e o diferenciam, digamos, do macaco. (Isso confere com a abordagem axiológica de Hartman (59) do mesmo problema, ao definir o bom ser humano como aquele que tem o maior número de características que definem o conceito “ser humano”.) Do ponto de vista do desenvolvimento, eles estão mais completamente evoluídos porque não se fixaram em níveis imaturos ou incompletos do crescimento. Isso não é mais misterioso, ou mais apriorístico, ou mais *petitio [pág. 188] principii*, do que a seleção de um espécime típico de borboleta por um taxonomista ou do jovem mais fisicamente sadio pelo médico. Ambos procuram o “espécime perfeito, ou maduro, ou magnífico”, para o exemplar — e assim fiz também. Um procedimento é tão repetível, em princípio, quanto o outro.

A plenitude humana pode ser definida não só em função do grau em que a definição do conceito “humano” é preenchida, isto é, a norma da espécie, mas também tem uma definição descritiva, catalogadora, mensurável, psicológica. Possuímos agora, graças a alguns começos de pesquisa e a inúmeras experiências clínicas, uma certa noção das características tanto do ser humano plenamente evoluído como do ser humano em bom desenvolvimento. Essas características são suscetíveis, não só de uma descrição neutra, mas também são subjetivamente compensadoras, agradáveis e reforçadoras.

Entre as características objetivamente descritíveis e mensuráveis do espécime humano sadio contam-se:

1. Uma percepção mais clara e mais eficiente da realidade.
2. Mais abertura à experiência.

3. Maior integração, totalidade e unidade da pessoa.
4. Maior espontaneidade, expressividade; pleno funcionamento; vivacidade.
5. Um eu real; uma firme identidade; autonomia, unicidade.
6. Maior objetividade, desprendimento, transcendência do eu.
7. Recuperação da criatividade.
8. Capacidade para fundir o concreto com o abstrato.
9. Estrutura democrática de caráter.
10. Capacidade de amar etc.

Tudo isso necessita de confirmação e exploração através de pesquisas, mas é evidente que tais pesquisas são exequíveis.

Além disso, há confirmações ou reforços subjetivos da individuação ou de um bom desenvolvimento nesse sentido. Referimo-nos aos sentimentos de gosto pela vida, de felicidade ou euforia, de serenidade, júbilo, calma, responsabilidade, confiança na própria capacidade para dominar as tensões, ansiedades e problemas. Os indícios subjetivos de autodenúncia, de fixação, de regressão e de **[pág. 189]** vida pelo medo em vez de crescimento são sentimentos tais como a ansiedade, o desespero, o tédio, a incapacidade de gozo, a culpa intrínseca, a vergonha intrínseca, a ausência de ambição, os sentimentos de vacuidade, de falta de identidade etc.

Essas reações subjetivas também são suscetíveis de exploração por pesquisa. Dispomos de técnicas clínicas para estudá-las.

São as livres escolhas de tais pessoas individuacionantes (naquelas situações em que é possível uma escolha real entre uma variedade de possibilidades) que afirma poderem ser descritivamente estudadas como um sistema naturalista de valores, com o qual as esperanças do observador nada têm absolutamente a ver, isto é, um sistema que é “científico”. Não digo: “Ele *devia* escolher isto ou aquilo”, mas apenas, “*Observamos* que as pessoas sadias, facultada a possibilidade de escolherem livremente, escolhem isto ou aquilo.” Isso é como perguntar: “Quais *são* os valores dos melhores seres humanos?” em vez de “Quais *devem* ser os seus valores?” ou “Quais *têm* de ser os seus valores?” (Compare-se isso com a crença de Aristóteles em que “as coisas que são valiosas e agradáveis para um homem bom são as que realmente são valiosas e agradáveis.”)

Além disso, penso que esses dados podem ser generalizados à maioria da

espécie humana, porquanto me parece (e a outros) que a maioria das pessoas (talvez todas) tende para a individuação (isso é visto com a maior clareza nas experiências da Psicoterapia, especialmente do tipo de exumação) e, pelo menos em princípio, a maioria das pessoas é *capaz* de individuação.

Se as várias religiões existentes podem ser tomadas como expressões de aspiração humana, isto é, o que as pessoas *gostariam* de vir a ser se pudessem, então também podemos ver aqui uma validação da, afirmação de que todas as pessoas anseiam pela individuação ou tendem para ela. Isso assim é porque a nossa descrição das características reais das pessoas auto-realizadoras ou individuacionantes equipara-se, em muitos pontos, aos ideais recomendados pelas religiões, por exemplo, a transcendência do eu, a fusão do verdadeiro, do bom e do belo, a contribuição para outros, a sabedoria, honestidade e naturalidade, a renúncia de desejos “inferiores” em favor dos “superiores”, [pág. 190] maior amizade e gentileza, a fácil diferenciação entre fins (tranqüilidade, serenidade, paz) e meios (dinheiro, poder, *status*), o declínio de hostilidade, crueldade e destrutividade (embora a determinação, a ira e a indignação justificadas, a auto-afirmação etc. possam muito bem *aumentar*).

1. Uma conclusão de todos esses experimentos de livre escolha, dos desenvolvimentos na teoria da motivação dinâmica e do exame da Psicoterapia, é muito revolucionária, a saber, que as nossas necessidades mais profundas *não* são, em si mesmas, perigosas, ou nocivas, ou más. Isso abre a perspectiva de resolver as divisões dentro da pessoa entre apolíneo e dionisíaco, clássico e romântico, científico e poético, entre razão e impulso, trabalho e jogo, verbal e pré-verbal, maturidade e infantilidade, masculino e feminino, crescimento e regressão.

2. O principal paralelo social com essa mudança, em nossa filosofia da natureza humana, é a tendência em rápido desenvolvimento para perceber a cultura como um instrumento de satisfação de necessidades, assim como de frustração e controle. Podemos agora rejeitar o equívoco quase universal de que os interesses do indivíduo e da sociedade são, *necessariamente*, antagônicos e mutuamente exclusivos, ou de que a civilização é, primordialmente, um mecanismo para controlar e policiar os impulsos instintóides do homem (93). Todos esses velhos

axiomas são varridos pela nova possibilidade de definir a principal função de uma cultura saudável como a de promoção da auto-realização ou individuação universal.

3. Somente nas pessoas sadias existe uma boa correlação entre o prazer subjetivo na experiência, o impulso para a experiência ou o desejo de experimentar, e a “necessidade básica” da experiência (é bom para ele, a longo prazo). Somente as pessoas sadias anseiam pelo que é bom para elas e para os outros, e estão aptas, depois, a desfrutá-lo sinceramente e a aprová-lo. Para tais pessoas, a virtude é a sua própria recompensa, no sentido de ser desfrutada em si mesma. Elas tendem, espontaneamente, para agir certo, para ter a conduta correta, porque é isso o que *querem* fazer, o que *necessitam* fazer, o que gostam [pág. 191] de fazer, o que aprovam que se faça e o que continuarão sentindo prazer em fazer.

É essa unidade, essa rede de intercorrelações positivas, que se desintegra, se fragmenta em divisões e conflitos quando a pessoa fica psicologicamente doente. Então, o que ela quer fazer pode ser mau para ela; mesmo que o faça, não o desfruta; mesmo que o desfrute, poderá simultaneamente reprová-lo, de modo que o prazer da ação é envenenado ou poderá desaparecer rapidamente. Aquilo de que gosta no começo poderá não gostar mais tarde. Os seus impulsos, desejos e fruições tornam-se, pois, um péssimo guia para a existência. Assim, tem que desconfiar e temer os impulsos e fruições que a desorientam e a perdem e, por conseguinte, é envolvida em conflito, dissociação, indecisão; numa palavra, vê-se colhida pela guerra civil.

No que diz respeito à teoria filosófica, muitas contradições e dilemas históricos são resolvidos por essa averiguação. A teoria hedonista *funciona* para as pessoas sadias: *não* funciona para as pessoas doentes. O verdadeiro, o bom e o belo correlacionam-se um pouco, mas somente nas pessoas sadias se correlacionam fortemente.

4. A individuação é um “estado de coisas” relativamente realizado em algumas pessoas. Na maioria das pessoas, entretanto, é mais uma esperança, um anseio, um impulso, um “algo” desejado, mas ainda não realizado, manifestando-se clinicamente como um impulso no sentido da saúde, da integração, do desenvolvimento etc. Os testes projetivos também podem detectar essas tendências como potencialidades, em vez de comportamento aberto, tal como uma chapa de

raios X pode detectar uma patologia incipiente, antes dela surgir à superfície.

Isso significa, para nós, que aquilo que a pessoa *é* e aquilo que a pessoa *poderá ser* existem simultaneamente para o psicólogo, resolvendo-se destarte a dicotomia entre Ser e Devir. As potencialidades não só *serão* ou *poderão ser*; também *são*. Os valores da individuação como metas existem e são reais, mesmo que não estejam ainda concretizados. O ser humano é, simultaneamente, o que é e o que anseia ser.
[pág. 192]

Crescimento e Ambiente

O homem demonstra *em sua própria natureza* uma pressão no sentido do Ser cada vez mais completo, da realização cada vez mais perfeita da sua condição humana, exatamente no mesmo sentido naturalista, científico, em que se pode afirmar que uma glândula “pressiona no sentido” de ser um carvalho, ou em que pode ser observado que um tigre “se esforça” para ser tigrino ou um cavalo para ser eqüino. O homem, fundamentalmente, *não* é moldado ou talhado numa condição humana, nem ensinado para ser humano. O papel do meio consiste, em última análise, em permitir-lhe ou ajudá-lo a realizar as *suas próprias potencialidades*, não as potencialidades *do meio*. Este não lhe confere potencialidades e capacidades; o homem é que as possui em si, numa forma incipiente ou embrionária, exatamente como possui braços e pernas em embrião. E a criatividade, a espontaneidade, a individualidade, a autenticidade, o cuidado com os outros, a capacidade de amar, o anseio de verdade, são potencialidades embrionárias que pertencem à espécie de que ele é membro, tal qual seus braços e pernas, seus olhos e cérebro.

Isso não está em contradição com os dados já reunidos que mostram, de forma clara, que a existência numa família e numa cultura é absolutamente necessária para *realizar* esses potenciais psicológicos que definem o ser humano. Tratemos de evitar essa confusão. Um professor ou uma cultura não criam um ser humano. Não implantam nele a capacidade de amar, ou de ser curioso, ou de filosofar, ou de simbolizar, ou de ser criativo. O que fazem, sim, é permitir, ou promover, ou encorajar, ou ajudar o que existe em embrião a que se torne real e concreto. A mesma mãe ou a mesma cultura, tratando um gatinho ou um cachorrinho exatamente da mesma maneira, não podem fazer dele um ser humano. A cultura é sol, alimento

e água; não é a semente.

A Teoria do “Instinto”

O grupo de pensadores que tem estado a trabalhar com a individuação, o eu, a autenticidade humana etc., logrou estabelecer solidamente a sua tese de que o homem [pág. 193] tem uma tendência para “realizar-se”. Por implicação, ele é exortado a ser fiel à sua própria natureza, a confiar em si próprio, a ser autêntico, espontâneo, honestamente expressivo, a procurar as fontes da sua ação em sua própria natureza íntima e profunda.

Mas, é claro, isso é um conselho ideal. Eles não advertem suficientemente que a maioria dos adultos não sabe *como* serem autênticos e que, se “se expressarem” a si próprios, podem provocar uma catástrofe não só para eles, mas também para os outros. Que resposta deve ser dada ao estuprador ou ao sádico que pergunta: “Por que motivo não devia confiar em minha própria natureza e expressar-me honestamente?”

Esses pensadores, como um grupo, têm sido remissos em muitos aspectos. Eles *sugeriram*, sem tornar explícito, que se nos pudermos comportar autenticamente, comportar-nos-emos bem; que, se emitirmos uma ação desde o nosso íntimo, será o comportamento bom e certo. O que é muito claramente sugerido é que esse núcleo interno, esse eu real, é bom, ético, digno de confiança. Isso é uma afirmação claramente distinta da afirmação de que o homem se realiza a si próprio (obtem a sua própria individuação) e precisa ser separadamente demonstrada (como creio que será). Além disso, esses autores, como um grupo, furtaram-se definitivamente a uma explicação decisiva sobre esse núcleo interno, isto é, que ele *deve*, em certo grau, ser herdado, ou então tudo o que eles dizem ficará, em grande parte, confuso e reduzido a nada.

Por outras palavras, temos de nos haver com a teoria do “instinto” ou, como prefiro chamar-lhe, a teoria das necessidades básicas, quer dizer, com o estudo das necessidades, impulsos, desejos e, direi eu, valores da humanidade, originais e intrínsecos, em parte determinados pela hereditariedade. Não podemos fazer, simultaneamente, o jogo da Biologia e o jogo da Sociologia. Não podemos afirmar, ao mesmo tempo, que a cultura faz tudo e que o homem possui uma natureza

inerente. Uma coisa é incompatível com a outra.

E, de todos os problemas nessa área do instinto, o que conhecemos menos e deveríamos conhecer mais é o da agressão, hostilidade, aversão e destrutividade. Os freudianos afirmam que isso é instintivo; a maioria dos psicólogos dinâmicos assevera que não é diretamente instintivo, [pág. 194] mas, antes, uma reação onipresente a toda e qualquer frustração das necessidades básicas ou instintóides. Outra interpretação possível dos dados — em minha opinião, melhor — salienta a mudança na *qualidade* da cólera, segundo a saúde psicológica melhore ou piore (103). Na pessoa mais sadia, a cólera é reativa (a uma situação presente), em vez de um reservatório caracterológico do passado. Quer dizer, trata-se de uma resposta realista e efetiva a algo real e presente, por exemplo, à injustiça, ou exploração, ou ataque, em vez de um transbordamento catártico de revide ou vingança mal dirigida e ineficaz contra espectadores inocentes, por pecados que alguma outra pessoa possa ter cometido há muito tempo. A cólera não desaparece com a saúde psicológica; ela assume, ao contrário, a forma de deliberação, de auto-afirmação, de autoproteção, de justificada indignação, lutando contra o mal e coisas parecidas. E uma tal pessoa está apta a ser um combatente *mais* eficaz pela justiça, por exemplo, do que uma pessoa comum.

Numa palavra, a agressão sadia assume a forma de vigor e auto-afirmação pessoais. ‘Á agressão da pessoa mórbida, da infeliz ou da explorada, tem mais possibilidades de adotar um certo conteúdo de crueldade, sadismo, destrutividade cega, dominação, malevolência e rancor.

Enunciado dessa maneira, o problema pode ser considerado facilmente pesquisável, tal como se observa no estudo acima referido (103).

Os Problemas de Controle e Limites

Outro problema com que se defrontam os teóricos da moral interna é o de explicar a fácil autodisciplina que habitualmente se encontra nas pessoas autênticas, genuínas, auto-realizadoras, e que *não* se observa nas pessoas comuns.

Nessas pessoas sadias, verificamos que dever e prazer são a mesma coisa, assim como são sinônimos trabalho e jogo, egoísmo e altruísmo, individualismo e companheirismo. Sabemos que elas *são* assim, mas ignoramos como *se fizeram*

assim. Tenho a forte intuição de que tais pessoas autênticas, plenamente humanas, são a concretização do que muitos seres humanos também poderiam [pág. 195] ser. Entretanto, deparamos com o triste fato de tão poucas pessoas alcançarem esse objetivo, talvez apenas uma em cem ou duzentas. Podemos alimentar esperanças pela humanidade porque, em princípio, qualquer um *poderá* tornar-se um bom e sadio ser humano. Mas também nos devemos sentir tristes porque são poucos os que, realmente, se tornam homens bons. Se desejamos apurar por que alguns o conseguem e outros não, então o problema de pesquisa que se apresenta consiste em estudar a biografia de homens individuacionantes, aqueles que se auto-realizaram com êxito, para descobrir como eles trilharam esse caminho.

Já sabemos que o principal requisito preliminar do crescimento sadio é a satisfação das necessidades básicas. (A neurose é, com muita freqüência, uma doença por deficiência, como a avitaminose.) Mas também aprendemos que a indulgência e a satisfação desenfreadas têm suas próprias conseqüências perigosas, por exemplo, a personalidade psicopática, a “oralidade”, a irresponsabilidade, a incapacidade de suportar tensões, o mimo, a imaturidade, certas perturbações de caráter. Os dados resultantes de pesquisas são raros, mas existe hoje um vasto acervo de experiências clínicas e educacionais que nos permitem formular uma conjetura razoável de que a criança não necessita apenas de gratificação; ela precisa também aprender as limitações que o mundo físico impõe às suas gratificações, e tem de aprender que outros seres humanos, incluindo o pai e a mãe, procuram igualmente gratificar-se, isto é, que eles não constituem simples meios para os seus fins (da criança). Isso significa controle, adiamento, limites, renúncia, tolerância da frustração e disciplina. Somente à pessoa autodisciplinada e responsável podemos dizer: “Faça como quiser e provavelmente estará certo.”

Forças Regressivas: Psicopatologia

Também temos de encarar frontalmente o problema do que se levanta no caminho do desenvolvimento; quer dizer, o problema de cessação de crescimento e evasão de crescimento, de fixação, regressão e conduta defensiva, numa palavra, a atração da Psicopatologia ou, como outras pessoas preferem dizer, o problema do mal. [pág. 196]

Por que é que tantas pessoas não possuem identidade real, tão escasso poder para tomar as suas próprias decisões e fazer as suas próprias escolhas?

1. Esses impulsos e tendências direcionais no sentido da auto-realização, embora instintivos, são muito fracos, pelo que, em contraste com todos os outros animais que possuem fortes instintos, esses impulsos são abafados, com muita facilidade, pelo hábito, pelas atitudes culturais erradas em relação a eles, por episódios traumáticos, pela educação errônea. Portanto, o problema de escolha e de responsabilidade é muito mais agudo nos seres humanos do que em outras espécies.

2. Tem havido uma tendência especial na cultura ocidental, historicamente determinada, para supor que essas necessidades instintídes do ser humano, a sua chamada natureza animal, são más ou perniciosas. Por conseguinte, estabeleceram-se muitas instituições culturais com a finalidade expressa de controlar, inibir, suprimir e reprimir essa natureza original do homem.

3. Há dois conjuntos de forças puxando o indivíduo, não um apenas. Além das pressões no sentido do desenvolvimento e da saúde, existem também pressões regressivas, geradas pelo medo e a ansiedade, que o empurram para a doença e a fraqueza. Não podemos avançar para um “alto Nirvana” nem retroceder para um “baixo Nirvana”.

Acredito que o principal defeito fatal nas teorias de valor e teorias éticas do passado e do presente tem sido o conhecimento insuficiente da Psicopatologia e Psicoterapia. Ao longo da História, homens esclarecidos têm colocado diante da humanidade as recompensas da virtude, as belezas da bondade, a conveniência intrínseca da saúde psicológica e de uma desejável auto-realização; entretanto, a maioria das pessoas recusa-se, perversamente, a ingressar no mundo de felicidade e respeito por si próprio que lhes tem sido oferecido. Nada resta aos mestres senão irritação, impaciência, desapontamento, alternações entre a invectiva, a exortação e a desesperança. Muitos ergueram as mãos para o alto e falaram sobre pecado original [pág. 197] ou maldade intrínseca, concluindo que o homem só podia ser salvo por forças extra-humanas.

Entretanto, aí está ao nosso dispor a gigantesca, rica e esclarecedora literatura

da Psicologia dinâmica e da Psicopatologia, um grande acervo de informações sobre as fraquezas e os temores do homem. Sabemos muito sobre os motivos *por que* os homens fazem coisas erradas, *por que* provocam a sua própria infelicidade e autodestruição, *por que* são pervertidos e doentes. E daí resultou a intuição de que a maldade humana é, em grande parte (embora não inteiramente), fraqueza ou ignorância humana, perdoável, compreensível e também curável.

Acho divertido, por vezes, entristecedor, outras vezes, que tantos estudiosos e cientistas, tantos filósofos e teólogos, que discorrem sobre valores humanos, sobre o Bem e o Mal, procedam com desdém completo pelo fato patente de que os psicoterapeutas profissionais, todos os dias, com a maior naturalidade, mudam e aperfeiçoam a natureza humana, ajudam as pessoas a tornar-se mais fortes, virtuosas, criadoras, gentis, amorosas, altruístas, serenas. Estas são apenas algumas conseqüências de um conhecimento e de uma aceitação mais completos do próprio eu. Existem muitas outras que se podem observar em maior ou menor grau (97, 144).

O assunto é demasiado complexo para que possa ser abordado sequer aqui. Tudo o que posso fazer é extrair algumas conclusões para a teoria de valor.

1. O conhecimento do próprio eu parece ser o principal caminho para o aperfeiçoamento pessoal, embora não seja o único.

2. O conhecimento e aperfeiçoamento do eu reveste-se de muitas dificuldades para a maioria das pessoas. Usualmente, exige grande coragem e requer uma prolongada luta.

3. Embora a ajuda de um proficiente terapeuta profissional torne esse processo muito mais fácil, não constitui, de forma alguma, o único caminho. Muito do que foi aprendido através da terapia pode ser aplicado à educação, à vida familiar e à orientação da própria vida de cada um. **[pág. 198]**

4. Somente por esse estudo da Psicopatologia e da Psicoterapia podemos aprender a ter um respeito apropriado pelas forças do medo, da regressão, da defesa e da segurança, e a avaliá-las. Respeitar e compreender essas forças torna muito mais possível ajudarmo-nos a nós próprios e aos outros no desenvolvimento

saudável. O falso otimismo, mais cedo ou mais tarde, significa desilusão, cólera e impotência.

5. Em resumo, jamais poderemos compreender realmente a fraqueza humana sem compreender também as suas tendências sadias. Caso contrário, cometeremos o erro de patologizar tudo. Mas tampouco poderemos compreender ou ajudar plenamente o fortalecimento humano sem entender também as suas fraquezas. Caso contrário, caímos nos erros de uma confiança exclusiva e excessivamente otimista na racionalidade.

Se desejamos ajudar os humanos a tornarem-se mais plenamente humanos, devemos compreender não só que eles tentam realizar-se a si próprios, mas também são relutantes, incapazes ou têm medo de fazê-lo. Somente por uma completa apreciação dessa dialética entre doença e saúde poderemos contribuir para que a balança penda a favor da saúde. **[pág. 199]**

Valores, Crescimento e Saúde

A minha tese é, pois, a seguinte: Em princípio, podemos ter uma ciência descritiva e naturalista dos valores humanos; o antigo contraste, mutuamente exclusivo, entre “o que é” e “o que deve ser” é, em parte, falso; podemos estudar os valores ou objetivos supremos dos seres humanos tal como estudamos os valores das formigas, ou cavalos, ou carvalhos, ou, se for o caso, dos marcianos. Podemos descobrir (em vez de criar ou inventar) quais são os valores para os quais os homens tendem, pelos quais anseiam, lutam, à medida que se aperfeiçoam, e quais os valores que perdem quando adoecem.

Mas vimos que isso só pode ser realizado proveitosamente (pelo menos, neste momento da História e com as técnicas limitadas à nossa disposição) se diferenciarmos os espécimes sadios do resto da população. Não podemos calcular uma média somando anseios neuróticos e anseios sadios e obter daí um produto utilizável. (Um biólogo anunciou recentemente: “Descobri o elo ausente entre os símios antropóides e os homens civilizados. *Somos nós!*”)

Parece-me que esses valores tanto são desvendados como criados ou construídos, que eles são intrínsecos na estrutura da própria natureza humana, que têm uma base biológica e genética, assim como uma culturalmente desenvolvida; que estou descrevendo-os, não inventando-os ou projetando-os, ou mesmo desejando-os (“a gerência não assume a responsabilidade pelo que for descoberto”). Isso está em franca discordância com, por exemplo, Sartre. [pág. 201]

Posso dizer tudo isso de um modo mais inocente, propondo que, no momento, estou estudando as livres escolhas ou preferências de várias espécies de seres humanos, doentes ou sadios, velhos ou novos, e sob várias circunstâncias. Isso, é

claro, temos o direito de lazer, exatamente como o pesquisador tem o direito de estudar as livres escolhas de ratos brancos, macacos ou neuróticos. Grande parte da discussão irrelevante e desorientadora sobre valores pode ser evitada por essa linguagem e também tem a virtude de sublinhar a natureza científica do empreendimento, removendo-o completamente do domínio do *a priori*. (De qualquer modo, a minha convicção é de que o conceito “valor” será em breve obsoleto. Ele inclui demasiadas coisas, significa um número excessivo de coisas diversas e tem uma história demasiado extensa. Além disso, esses diversos usos não são, usualmente, conscientes. Portanto, geram confusão e sou freqüentemente tentado a abandonar a palavra de vez. É possível, usualmente, usar um sinônimo mais específico e, portanto, menos suscetível de confusões.)

Essa abordagem mais naturalista e descritiva (mais “científica”) também tem a vantagem de transferir a forma das questões das perguntas carregadas, das questões de “tem que ser” e “deve ser”, com sua carga prévia de valores implícitos e não-examinados, para a mais usual forma empírica das perguntas sobre “Quando? Onde? A quem? Quanto? Em que condições?” etc., isto é, para questões empiricamente testáveis.¹

O meu segundo grupo principal de hipóteses é que os chamados valores superiores, valores eternos etc. etc. são, aproximadamente, o que apuramos como livres escolhas, na boa situação, daquelas pessoas a quem chamamos relativamente sadias (maduras, evoluídas, auto-realizadas, individuadas etc.), quando se sentem no auge de sua forma e vigor. [pág. 202]

Ou, para usarmos palavras mais descritivas, tais pessoas, quando se sentem fortes, se *realmente* for possível uma livre escolha, tendem espontaneamente para escolher o verdadeiro e não o falso, o bem e não o mal, a beleza e não a fealdade, a integração e não a dissociação, a alegria e não a tristeza, a vivacidade e não a apatia, a singularidade e não o estereótipo, e assim por diante, para o que já descrevi como S-valores.

Uma hipótese subsidiária é que as tendências para escolher esses mesmos S-

¹ Isso também é uma saída da circularidade tão característica das discussões teóricas e semânticas de valores. Por exemplo, esta jóia extraída de um “cartoon”: “o bom é melhor do que o mau porque é mais bacana”.

É uma linguagem testável da intimação de Nietzsche para que “seja o que é” ou a de Kierkegaard, “seja aquele eu que você verdadeiramente é”, ou a de Rogers, “Aquilo por que os seres humanos parecem

valores podem ser observados, ainda que vaga e debilmente, em todos ou na maior parte dos seres humanos, isto é, podem ser valores universais da espécie que, entretanto, são vistos com maior clareza e do modo mais inconfundível e vigoroso nas pessoas sadias; e que, nessas pessoas sadias, esses valores superiores estão menos adulterados por valores defensivos (instigados pela ansiedade) ou por aquilo a que me referirei mais abaixo como valores sadio-regressivos ou de “recaída”.²

Outra hipótese muito provável é esta: o que as pessoas sadias escolhem é o que, de um modo geral, é “bom para elas”, num sentido biológico, certamente, mas talvez em outros sentidos, também (“bom para elas” significa, neste caso, “o que é conducente à individuação delas e de outras pessoas”). Além disso, desconfio que o que é bom para as pessoas sadias (escolhido por elas) também pode ser bom, muito provavelmente, para as pessoas menos sadias, a longo prazo, e é o que as doentes também escolheriam se pudessem tornar-se melhores escolhedores. Outra maneira de dizer isso é que as pessoas sadias escolhem melhor do que as pessoas doentes. Ou, invertendo esta afirmação para obter mais um grupo de implicações, proponho que exploremos as conseqüências da observação de tudo o que os nossos melhores espécimes possam escolher e, então, partamos do princípio de que esses são os valores supremos para toda a humanidade. Quer dizer, vejamos o que acontece quando os tratamos como material biológico de ensaio, como versões mais sensíveis de nós [pág. 203] próprios, mais rapidamente cômicos do que é bom para nós do que nós próprios. Estamos admitindo, como suposição, que acabaríamos escolhendo, com o tempo, o mesmo que eles escolheram rapidamente. Ou que, mais cedo ou mais tarde, enxergaríamos a sabedoria de suas escolhas e faríamos então as mesmas escolhas. Ou que eles percebem clara e penetrantemente, enquanto nós só percebemos vaga e superficialmente.

Também formulo a hipótese de que os valores *percebidos* nas experiências culminantes são, aproximadamente, os mesmos que os valores de escolha de que falamos acima. Quero assim mostrar que os valores de escolha são apenas uma espécie de valores.

Finalmente, formulo a hipótese de que esses mesmos S-valores que existem

estar lutando, quando têm liberdade de escolha.”

² Esta palavra foi sugerida pelo Dr. Richard Farson. (*Nota do Tradutor*: A palavra inglesa *coasting*, do texto original, significa “deslizar por declive ou ladeira ou encosta”, mas creio que, embora fugindo à

como preferências ou motivações nos nossos melhores espécimes são, em certo grau, idênticos aos valores que descrevem a “boa” obra de arte, ou a Natureza em geral, ou o bom mundo externo. Quer dizer, penso que os S-valores, dentro da pessoa, são isomórficos, em certa medida, com os mesmos valores percebidos no mundo; e que existe uma relação dinâmica mutuamente estimulante e fortalecedora entre esses valores internos e externos (108, 114).

Para sublinhar aqui apenas uma das implicações, essas proposições afirmam a existência dos valores supremos na própria natureza humana, onde devem ser descobertos. Isso está em contradição frontal com as crenças mais antigas e habituais, segundo as quais os valores supremos provêm unicamente de um Deus sobrenatural ou alguma outra fonte alheia à própria natureza humana.

Definindo a Condição Humana

Devemos aceitar e enfrentar honestamente as reais dificuldades teóricas e lógicas inerentes nessas teses. Cada elemento nessa definição requer, por si mesmo, uma definição e, ao trabalhar com eles, vemo-nos tocando as raias da circularidade. No momento, teremos de aceitar uma certa circularidade.

O “bom ser humano” só pode ser definido em confronto com algum critério definidor da condição humana. Esse critério também será, quase certamente, uma questão de grau, isso é, algumas pessoas são mais humanas [pág. 204] do que outras, e os “bons” seres humanos, os “bons espécimes”, são *muito* humanos. Isso assim tem que ser porque existem muitas características definidoras da condição humana, cada uma delas *sine qua non* e, no entanto, nenhuma delas é suficiente, em si mesma, para determinar a condição humana. Além disso, muitos desses caracteres definidores são, em si mesmos, questões de grau e não diferenciam total ou nitidamente os animais dos homens.

Também aqui achamos as formulações de Robert Hartman (59) muito úteis. Um bom ser humano (ou tigre, ou macieira) é bom na medida em que preenche ou satisfaz o conceito de “ser humano” (ou ser tigre, ou ser macieira).

De um certo ponto de vista, isso constitui, realmente, uma solução muito simples, e trata-se de uma solução que usamos, inconscientemente, o tempo todo. A

nova mamãe pergunta ao doutor: “O meu bebê é normal?” e ele sabe o que ela quer dizer, sem equívocos. O conservador do jardim zoológico que está comprando tigres procura “bons espécimes”, tigres verdadeiramente tigrinos, com todos os traços tigrinos bem definidos e plenamente desenvolvidos. Quando compro macacos cebos para o meu laboratório, também quero bons espécimes, macacos bem macacos, não exemplares incomuns ou peculiares mas bons macacos cebos. Se deparo com um que não tem uma cauda preênsil, esse não será um bom macaco cebo, ainda que isso seja excelente num tigre. E o mesmo podemos dizer da boa macieira, da boa borboleta etc. O taxonomista escolhe para seu “espécime típico” de uma nova espécie, aquele que será depositado num museu para servir de exemplar representativo de toda a espécie, o melhor espécime que puder obter, o mais maduro, o mais intato, o mais típico de todas as qualidades que definem a espécie. O mesmo princípio é válido na escolha de um “bom Renoir” ou de “o melhor Rubens” etc.

Exatamente nesse mesmo sentido, podemos escolher os melhores espécimes da espécie humana, pessoas com todas as peças componentes que são próprias da espécie, com todas as capacidades humanas bem desenvolvidas e em pleno funcionamento, sem doenças óbvias de qualquer gênero, especialmente alguma que pudesse deteriorar as características centrais, definidoras, *sine qua non*. A esses espécimes chamaríamos “os mais totalmente humanos”. [pág. 205]

Até aqui, isso não é um problema excessivamente difícil. Mas pense-se nas dificuldades adicionais que se apresentam a alguém que seja juiz num concurso de beleza, ou que esteja comprando um rebanho de ovelhas, ou comprando um cachorrinho para levar para casa. Neste caso, deparamos, primeiro, com as questões dos padrões culturais arbitrários, que podem sobrepujar e obliterar as determinantes biopsicológicas. Segundo, defrontamo-nos com os problemas de domesticação, quer dizer, de uma vida artificial e protegida. Quanto a isso, podemos recordar também que os seres humanos, em certos aspectos, podem ser igualmente considerados domesticados, especialmente aqueles que mais protegemos, como as crianças, as pessoas com lesões cerebrais etc. Em terceiro lugar, deparamos com a necessidade de diferenciar os valores do dono de uma granja leiteira dos valores das vacas.

Como as tendências instintóides do homem, tal como as conhecemos, são muito mais fracas do que as forças culturais, será sempre uma tarefa difícil

destrinçar os valores psicobiológicos do homem. Difícil ou não, é uma tarefa possível, em princípio. E é também muito necessária, até crucial (97, capítulo 7).

O nosso grande problema de pesquisa consiste, pois, em “escolher o escolhido sadio”. Para fins *práticos*, isso pode muito bem ser feito agora mesmo, tal como os médicos podem escolher atualmente organismos fisicamente sadios. As grandes dificuldades são, neste caso, de ordem *teórica*, problemas de definição e conceptualizações de saúde.

Valores de Crescimento, Valores Defensivos (Regressão Não-Sadia) e Valores de Regressão Sadia (Valores de Reaída)

No caso de escolha realmente livre, verificamos que as pessoas maduras ou mais sadias apreciam e valorizam não só a verdade, o bem e o belo, mas também os valores regressivos, de sobrevivência e (ou) homeostáticos da paz e da quietude, do sono e do repouso, da dependência e segurança, ou proteção contra a realidade e refrigério em relação a esta, do retrocesso de Shakespeare para contos policiais, de retirada para a fantasia, até do desejo de morte (paz) etc. Podemos chamar-lhes, rudimentarmente, [pág. 206] os valores de crescimento e os valores sadio-regressivos ou de “reaída”, e assinalar ainda que, quanto mais forte, madura e sadia for a pessoa, mais ela procura os valores de crescimento e menos procura e necessita dos valores de “reaída”; mas ainda precisa de uns e outros, em todo o caso. Esses dois conjuntos de valores encontram-se sempre numa relação dialética entre si, provocando o equilíbrio dinâmico que é o comportamento manifesto.

Convém recordar que as motivações básicas fornecem uma hierarquia de valores preparada de antemão, valores esses que se relacionam mutuamente como necessidades superiores e necessidades inferiores, necessidades mais fortes e mais fracas, mais vitais e mais dispensáveis.

Essas necessidades estão dispostas numa hierarquia integrada e não de forma dicotômica, isto é, apóiam-se umas nas outras. A necessidade superior de concretização de talentos especiais, digamos, apóia-se na contínua satisfação das necessidades de segurança, as quais não desaparecem, ainda quando se encontrem num estado inativo. (Por inativo entendo a condição de fome depois de uma boa refeição.)

Isso significa que o processo de regressão para necessidades inferiores

mantém-se sempre como uma possibilidade e, nesse contexto, deve ser visto *não* só como patológico ou mórbido, mas também como absolutamente necessário à integridade do organismo, em seu todo, e como requisito preliminar para a existência e funcionamento das “necessidades superiores”. A segurança é uma precondição e *sine qua non* para o amor, o qual, por sua vez, é uma precondição para a individuação.

Portanto, essas escolhas de valores sadicamente regressivos devem ser consideradas “normais”, naturais, sadias, instintóides etc., como os chamados “valores superiores”. Também é claro que se situam numa relação dinâmica ou dialética entre si (ou, como prefiro dizer, são mais hierarquicamente integrados do que dicotômicos). Finalmente, devemos encarar o fato claro e descritivo de que as necessidades e os valores inferiores são prepotentes em relação aos valores e necessidades superiores, a maior parte do tempo e para a maioria da população, isto é, o fato de que exercem uma forte atração regressiva. Só nos indivíduos mais sadios, mais maduros e mais evoluídos é [pág. 207] que os valores superiores são sistematicamente escolhidos e preferidos com maior freqüência (e, assim mesmo, somente em boas ou razoavelmente boas circunstâncias de vida). Provavelmente, isso é verdade, em grande parte, por causa da sólida base de necessidades inferiores gratificadas que, em virtude da sua dormência ou inatividade, através da gratificação, não exercem agora qualquer atração regressiva. (E também é obviamente verdade que esse pressuposto da gratificação de necessidades supõe um mundo bastante bom.)

Uma forma antiquada de resumir isso é dizer que a natureza superior do homem repousa sobre a natureza inferior do homem, precisando desta última como alicerce e desmoronando se esse alicerce lhe faltar. Quer dizer, para a grande massa da humanidade, a natureza superior do homem é inconcebível sem uma natureza inferior satisfeita como sua base. A melhor forma de desenvolver essa natureza superior é satisfazer e preencher primeiro a natureza inferior. Além disso, a natureza superior do homem também assenta na existência de um bom ou razoavelmente bom meio ambiente, prévio e atual.

A implicação, nesse caso, é que a natureza, ideais e aspirações superiores do homem, assim como as suas aptidões mais elevadas, não se fundamentam numa

renúncia dos instintos, mas, antes, na gratificação instintual. (É claro, as “necessidades básicas” de que tenho estado a falar não são a mesma coisa que os “instintos” dos freudianos clássicos.) Mesmo assim, o modo como me expressei assinala a necessidade de um reexame da teoria dos instintos, de Freud. Há muito que essa necessidade se faz sentir. Por outro lado, o nosso fraseado tem algum isomorfismo com a dicotomia metafórica de Freud dos instintos de vida e de morte. Talvez possamos usar a sua metáfora básica, embora modificando a linguagem concreta. Essa dialética entre progressão e regressão, entre superior e inferior, está sendo agora expressada de outra forma pelos existencialistas. Não vejo qualquer diferença de monta entre essas linguagens, excetuando-se o fato de que procuro colocar a minha mais perto dos materiais empírico e clínico, mais confirmável ou desconfirmável. [pág. 208]

O Dilema Existencial Humano

Mesmo os nossos seres mais plenamente humanos não estão isentos da condição humana básica, a de serem, simultaneamente, meras criaturas e participarem da essência criadora, fortes e frágeis, limitados e ilimitados, meramente animais e transcendendo a animalidade, adultos e crianças, timoratos e corajosos, progressivos e regressivos, ávidos de perfeição e, no entanto, receosos dela, vermes e heróis. É isso o que os existencialistas tentam continuamente nos dizer. Acho que devemos concordar com eles, na base das provas de que dispomos, em que esse dilema e a sua dialética são fundamentais para qualquer sistema definitivo de psicodinâmica e psicoterapia. Além disso, considero-o básico para qualquer teoria naturalista de valores.

Contudo, é extremamente importante, mesmo decisivo, renunciar ao nosso hábito de 3.000 anos de dicotomizar, dividir e separar, no estilo da lógica aristotélica. (“A e Não-A são totalmente diferentes um do outro e excluem-se mutuamente. Fazei vossa escolha: um *ou* outro. Mas não podereis ter ambos.”) Por muito difícil que possa ser, devemos aprender a pensar holisticamente e não atomisticamente. Todos esses “opostos” estão, de fato, hierarquicamente integrados, especialmente nas pessoas mais sadias, e um dos objetivos mais adequados da terapia consiste em transitar da dicotomização e da divisão para a integração de

opostos aparentemente irreconciliáveis. As nossas qualidades “divinas” assentam em nossas qualidades animais e precisam delas. A nossa fase adulta não deve ser apenas uma renúncia da infância, mas uma inclusão dos seus bons valores e uma construção erguida sobre os alicerces infantis. Os valores superiores estão hierarquicamente integrados com os valores inferiores. Em última análise, a dicotomização patologiza e a patologia dicotomiza. (Comparar com o poderoso conceito de isolamento, de Goldstein) (55).

Os Valores Intrínsecos como Possibilidades

Como eu já disse, os valores são parcialmente descobertos por nós dentro de nós próprios. Mas também são, em parte, criados ou escolhidos pela própria pessoa. A descoberta não é a única forma de derivar os valores pelos [pág. 209] quais viveremos. É raro que a introspecção descubra algo estritamente unívoco, um dedo apontado numa só direção, uma necessidade saciável de uma única maneira. Quase todas as necessidades, capacidades e talentos, podem ser satisfeitos numa variedade de maneiras. Embora essa variedade seja limitada, ainda é uma variedade. O atleta nato tem muitos esportes por onde escolher. A necessidade de amor pode ser satisfeita por qualquer pessoa dentre muitas e de múltiplas formas. O músico de talento pode sentir-se quase tão feliz com uma flauta como com um clarinete. Um grande intelectual poderá ser igualmente feliz como biólogo, como químico ou como psicólogo. Para qualquer homem de boa-vontade existe uma grande variedade de causas, ou deveres, a que se dedicar com igual satisfação. Poder-se-ia dizer que essa estrutura interna da natureza humana é mais cartilaginosa do que óssea; ou que pode ser podada e guiada como uma sebe, ou mesmo espaldeirada como uma árvore de fruto.

Os problemas de escolha e renúncia ainda prevalecem, se bem que um bom examinador ou terapeuta deva ser capaz de ver depressa, de uma forma geral, quais são os talentos, capacidades e necessidades da pessoa, e estar apto, por exemplo, a proporcionar-lhe uma decente orientação vocacional.

Além disso, quando a pessoa em desenvolvimento vê tenuemente a gama de destinos entre os quais pode fazer a sua escolha, de acordo com a oportunidade, com o apreço ou a censura cultural etc., e quando gradualmente se compromete (escolhe?

é escolhido?), digamos, a tornar-se médico, os problemas de formação e criação pessoal não tardam em surgir. Disciplina, trabalho árduo, adiamento do prazer, esforçar-se, moldar-se e adestrar-se, tudo isso se torna necessário até para o “médico nato”. Por muito que ele ame o seu trabalho, ainda há tarefas que deve absorver para bem do todo.

Ou, por outras palavras, a individuação através de ser médico significa ser um *bom* médico, não um medíocre. Esse ideal certamente é criado, em parte, por ele próprio, em parte é-lhe dado pela cultura e, ainda em parte, é descoberto em seu próprio íntimo. O que ele pensa que deve ser um bom médico é um fator tão determinante quanto os seus próprios talentos, capacidades e necessidades. [pág. 210]

Podem as Terapias de Exumação Ajudar na Busca de Valores?

Hartman (61, págs. 51, 60, 85) nega que os imperativos morais possam ser legitimamente derivados dos achados psicanalíticos (mas ver também 61, pág. 92).³ O que é que, nesse contexto, significa “derivado”? O que estou afirmando é que a Psicanálise e outras terapias de exumação *revelam* ou expõem, simplesmente, um núcleo interno e profundo, mais biológico, mais instintóide, da natureza humana. Uma parte desse núcleo é formada de certas preferências e anseios que podem ser considerados valores intrínsecos, biologicamente fundamentados, ainda que fracos. Todas as necessidades básicas são incluídas nessa categoria, assim como todas as capacidades e talentos inatos do indivíduo. Não digo que se trate de “mandamentos” ou “imperativos morais”, pelo menos, não no sentido antigo e externo. Apenas afirmo que são inerentes à natureza humana e que, além disso, a sua negação ou frustração facilita a Psicopatologia e, portanto, o mal — visto que, embora não sejam sinônimos, patologia e mal certamente se sobrepõem.

Analogamente, Redlich (109, pág. 88) diz: “Se a procura de terapia se

³ Não estou certo sobre se haverá muita diferença real de opinião nesse ponto. Por exemplo, uma passagem de Hartmann (pág. 92) parece-me concordar com a minha tese acima, especialmente em sua ênfase sobre “valores autênticos”.

Comparar com o seguinte e conciso enunciado de Feuer (43, págs. 13-14): “A distinção entre valores *autênticos* e *inautênticos* é entre valores que são *expressivos* dos impulsos primordiais do organismo e os que são *induzidos pela ansiedade*. É o contraste entre valores que são expressivos da livre personalidade e aqueles que são repressivos, através do medo e do tabu. Essa distinção é que constitui a base da teoria ética e do desenvolvimento de uma Ciência Social aplicada, para a realização da felicidade

converter numa procura de ideologia, está fadada ao desapontamento, como Wheelis claramente afirmou, porque a Psicanálise não pode proporcionar uma ideologia.” É claro que isso é verdade, se tomarmos literalmente a palavra “ideologia”.

Entretanto, algo muito importante volta a ser esquecido a esse respeito. Embora essas terapias de exumação não *forneçam* uma ideologia, elas certamente ajudam a *desvendar* e a pôr a nu, pelo menos, os *anlagen*⁴ ou rudimentos de valores intrínsecos. [pág. 211]

Quer dizer, o terapeuta de profundidade pode ajudar um paciente a desvendar os valores mais intrínsecos e mais profundos que ele (o paciente) está perseguindo obscuramente, pelos quais anseia e de que necessita. Portanto, sustento que o gênero certo de terapia é deveras importante para a procura de valores e não irrelevante, como Wheelis (174) pretende. Com efeito, acho possível que a terapia seja brevemente definida como uma busca de valores, visto que, em última instância, a procura de identidade é, essencialmente, uma busca dos valores intrínsecos e autênticos da própria pessoa. Isso é especialmente claro quando recordamos que o progresso do autoconhecimento (e o esclarecimento dos valores próprios) também coincide com o maior conhecimento dos outros e da realidade em geral (e com o esclarecimento dos valores *deles*.)

Finalmente, considero possível que a grande ênfase atual sobre o (supostamente) profundo hiato entre o autoconhecimento e a ação ética (e o compromisso com os valores) pode ser, em si mesmo, um sintoma do hiato especificamente *obsessional* entre pensamento e ação, o qual não é tão geral para outros tipos de caráter (mas ver 32). Provavelmente, isso também pode ser generalizado para a velha dicotomia dos filósofos entre “é” e “deve ser”, entre fato e norma. A minha observação de pessoas mais sadias, de pessoas em experiências culminantes e de pessoas que conseguem integrar as suas boas qualidades obsessivas com as boas qualidades históricas, diz-me que, de um modo geral, não existe essa lacuna ou hiato *intransponível*; que, nessas pessoas, o conhecimento claro flui, geralmente, para a ação espontânea ou o compromisso ético. Quer dizer, quando elas

dos homens.”

⁴ Em alemão no original. Na terminologia psicológica, *anlage* designa uma condição predisponente, os traços e experiências básicos que podem ser, ulteriormente, desenvolvidos num plano ou disposição definidos. (N. do T.)

sabem o que é a coisa certa a fazer, *fazem-na*. O que é que resta, nas pessoas mais sadias, desse hiato entre conhecimento e ação? Só o que é inerente na realidade e na existência, somente os problemas reais e não os pseudoproblemas.

Na medida em que essa suspeita for correta, as terapias de exumação ou de profundidade estão validadas não só como eliminadoras de doença, mas também como legítimas técnicas de revelação de valores. **[pág. 212]**

A Saúde como Transcendência do Ambiente

O meu propósito é salvar um ponto que talvez corra o perigo de se perder na atual onda de discussão em torno da saúde mental. O perigo que vejo é o do ressurgimento, em novas e mais sofisticadas formas, da antiga identificação de saúde psicológica com ajustamento — ajustamento à realidade, ajustamento à sociedade, ajustamento a outras pessoas. Quer dizer, a pessoa sadia ou autêntica pode ser definida, não *per se*, não em sua autonomia, não pelas suas próprias leis intrapsíquicas e não-ambientais, não como *diferente* do ambiente, independente dele ou oposto a ele, mas, antes, em função do ambiente, por exemplo, da capacidade de dominar o ambiente, de ser capaz, adequada, eficaz, competente, em relação a *ele*, de fazer um bom trabalho, de percebê-lo bem, de estar em boas relações com *ele*, de ter êxito nos termos estabelecidos por *ele*. Por outras palavras, a análise de trabalho, os requisitos da tarefa, não devem ser o principal critério do valor ou saúde do indivíduo. Existe não só uma orientação para o exterior, mas também para o interior. Um ponto centralizador extrapsíquico não pode ser usado para a tarefa teórica de definir a psique saudável. Não devemos cair na armadilha de definir o bom organismo em termos do que é “bom parar”, como se ele fosse mais um instrumento do que algo em si mesmo, como se fosse apenas um meio para algum fim extrínseco. (Tal como entendo a Psicologia marxista, também ela constitui uma expressão [pág. 213] muito rude e inconfundível do ponto de vista de que a psique é um espelho da realidade.)

Estou pensando, especialmente, no recente trabalho de Robert White, publicado na *Psychological Review*, “Motivation Reconsidered” (177), e no livro de Robert Woodworth, *Dynamics of Behavior* (184). Escolhi-os porque se trata de

excelentes trabalhos, altamente sofisticados, e porque fizeram avançar a teoria da motivação num gigantesco salto. Concordo inteiramente com eles, até ao ponto em que chegaram. Mas acho que não foram suficientemente longe. Ambos contêm, numa forma oculta, o perigo a que já me referi, isto é, embora o domínio, a eficácia e a competência possam ser estilos mais ativos do que passivos de ajustamento à realidade, *ainda* são, apesar de tudo, variações da teoria de ajustamento. Acho que devemos ir além desses enunciados, por muito admiráveis que sejam, e chegar a um claro reconhecimento da transcendência¹ do ambiente, da independência em relação a ele, da capacidade de lhe fazer frente, combatê-lo, negligenciá-lo ou voltar-lhe as costas, de recusá-lo ou adaptarmo-nos a ele. (Deixo de lado a tentação de analisar o caráter masculino, ocidental e americano desses termos. Uma mulher, um hindu ou mesmo um francês, pensariam primordialmente em termos de domínio ou competência?) Para uma teoria da saúde mental, o êxito extrapsíquico não é suficiente; devemos incluir também a saúde intra-psíquica.

Outro exemplo que eu não levaria a sério, se não fosse o fato de tantos outros o levarem a sério, é o tipo de esforço desenvolvido por Harry Stack Sullivan para definir o Eu simplesmente em termos do que outras pessoas pensam dele, uma extrema relatividade cultural em que a individualidade sadia fica inteiramente perdida, Não quero dizer que isso não seja verdadeiro para a personalidade [pág. 214] imatura. De fato, é. Mas estamos falando sobre a pessoa sadia e plenamente desenvolvida. E *ela* caracteriza-se, certamente, pela sua transcendência das opiniões de outras pessoas.

Para fundamentar a minha convicção de que devemos salvar a diferenciação entre eu e não-eu, a fim de compreender a pessoa plenamente amadurecida (autêntica, individuada, auto-realizadora, produtiva, sadia), chamo a atenção para as seguintes considerações, apresentadas muito sucintamente.

1. Em primeiro lugar, mencionarei alguns dados que apresentei num trabalho

¹ A palavra “transcendência” é usada à falta de melhor. “Independência de” implica uma dicotomização demasiado simples do eu e do ambiente e, portanto, é incorreto. Infelizmente, “transcendência” sugere, para alguns, um “superior” que repele e repudia o “inferior”, isto é, também uma falsa dicotomia. Em outros contextos, usei, para contrastar com o “modo dicotômico de pensar”, o modo hierárquico-integrativo de pensar, o qual implica, simplesmente, que o superior é construído sobre o inferior, alicerça-se no inferior, mas por isso mesmo o inclui. Por exemplo, o sistema nervoso central, ou a hierarquia das necessidades básicas, ou um exército, são hierarquicamente integrados. Uso a palavra “transcendência” aqui no sentido hierárquico-integrativo e não no sentido dicotômico.

de 1951, intitulado “Resistance to Acculturation” (96). Informei então que os meus sujeitos sadios aceitavam aparentemente as convenções, mas, em particular, eram indiferentes, superficiais e desinteressados a respeito delas. Quer dizer, podiam aceitar ou desprezar as convenções. Em praticamente todos eles, observei uma calma e bem-humorada rejeição da estupidez e imperfeições da cultura, como maior ou menor esforço no sentido de melhorá-la. Manifestavam, decididamente, uma capacidade de combatê-la vigorosamente, sempre que o achavam necessário. Para citar esse estudo: “A mistura, em várias proporções, de inclinação favorável ou aprovação e de hostilidade ou crítica indicaram que eles selecionam da cultura americana o que é bom nela, de acordo com os seus pontos de vista, e rejeitam o que pensam ser mau nela. Numa palavra, avaliam e julgam a cultura (pelos seus próprios critérios íntimos) e tomam as suas próprias decisões.”

Também manifestaram uma surpreendente dose de desprendimento das pessoas em geral e uma forte propensão para a intimidade, até a necessidade dela (97).

“Por essas e outras razões, podem ser chamados autônomos, isto é, governados pelas leis do seu próprio caráter e não pelas leis da sociedade (na medida em que estas forem diferentes). É nesse sentido que eles são não só ou meramente americanos, mas também membros, em geral, da espécie humana. Formulei então a hipótese de que “essas pessoas devem ter menos caráter nacional” e devem assemelhar-se mais entre si, para além das fronteiras [pág. 215] culturais, do que ter alguma semelhança com os membros menos desenvolvidos de sua própria cultura.”²

O ponto que desejo salientar aqui é o desprendimento, a independência, o caráter autônomo dessas pessoas, a tendência para consultar o seu próprio íntimo, na busca de valores condutores e de regras para orientarem a sua própria vida.

² Exemplos desse tipo de transcendência são Walt Whitman ou William James, que eram profundamente americanos, americanos superlativamente *puros*, e também eram, entretanto, membros puramente supraculturais e Internacionalistas de toda a espécie humana. Eram homens universais não *apesar* de serem americanos, mas *Justamente porque* eram tão americanos. Assim, também Martin Buber, um filósofo judeu, era igualmente mais do que judeu; Hokusai, profundamente japonês, era um artista universal. Provavelmente, *Qualquer* arte universal não pode carecer de raízes. A arte *meramente* regional é diferente da arte com raízes regionais que se converte em arte universal — humana. Também poderemos lembrar aqui os filhos de Piaget, que não eram capazes de conceber o fato de serem simultaneamente genebrinos e suíços enquanto não amadureceram ao ponto de poder incluir uma coisa na outra, simultaneamente, de uma forma hierarquicamente integrada. Este e outros exemplos são fornecidos por Allport (3).

2. Acresce que somente por meio de tal diferenciação podemos deixar um lugar teórico para a meditação, contemplação e todas as outras formas de penetração no Eu, de afastamento do mundo exterior para escutar as vozes íntimas. Isso inclui todos os processos de todas as terapias de introvisão, em que o alheamento do mundo é uma condição *sine qua non*, em que o caminho da cura passa através de um mergulho nas fantasias, nos processos primários, isto é, através da recuperação do intrapsíquico em geral. O divã psicanalítico situa-se fora da cultura, na medida em que tal é possível. (Em qualquer exame mais detalhado, eu certamente argumentaria em favor da tese de uma fruição da própria consciência e dos valores da experiência; 28, 124.)

3. O recente interesse pela saúde, a criatividade, a arte, as atividades lúdicas e o amor ensinou-nos muita coisa, penso eu, a respeito da Psicologia *Geral*. Entre as várias conseqüências dessas explorações, eu escolheria uma para enfatizar os nossos propósitos atuais; refiro-me à mudança de atitude em relação à profundidade da natureza humana, ao inconsciente e aos processos primários, o arcaico, o mitológico e o poético. Porque as raízes da saúde precária foram descobertas primeiro no inconsciente, [pág. 216] a nossa tendência tem sido para conceber o inconsciente como algo mau, pernicioso, louco, sujo ou perigoso, e para pensar nos processos primários como algo que *destorce* a verdade. Mas, agora que descobrimos que essas profundezas também são a fonte da criatividade, da arte, do amor, do humor e do jogo, e até de certas espécies de verdade e conhecimento, podemos começar falando igualmente de um inconsciente sadio, de regressões sadias. E, principalmente, podemos começar a valorizar a cognição do processo primário e o pensamento arcaico ou mitológico, em vez de considerá-los patológicos. Podemos agora aprofundar as cognições do processo primário para certas espécies de conhecimento, não só a respeito do eu, mas também do mundo, para as quais os processos secundários são cegos. Esses processos primários fazem parte da natureza humana normal ou sadia e devem ser incluídos em qualquer teoria geral e abrangente da natureza humana sadia (84, 100).

Se concordarem com isso, então teremos de encarar o fato de que eles são intrapsíquicos e têm suas próprias leis e regras autóctones; de que não estão *primariamente* adaptados à realidade externa, ou moldados por esta, ou equipados

para arrostar com essa realidade. As camadas mais superficiais da personalidade diferenciaram-se, justamente, para tomar conta dessa tarefa. Identificar toda a psique com esses instrumentos para lidar com o meio é perder algo que já não nos atrevemos mais a perder. Adequação, ajustamento, adaptação, competência, controle, domínio, tudo isso são palavras orientais para o meio e que, por conseguinte, são inadequadas para descrever a psique como *um todo*, uma parte da qual nada tem a ver com o meio.

4. A distinção entre o aspecto de adaptação, controle etc. do comportamento e o seu aspecto expressivo também é aqui importante. Com vários argumentos, contestei o axioma de que todo o comportamento é motivado. Eu sublinharia aqui o fato de que o comportamento expressivo ou é desmotivado ou, de qualquer modo, é muito menos motivado do que o comportamento de adaptação à realidade (dependendo do que se entenda por “motivado”). Em sua mais pura forma, os comportamentos expressivos têm pouco a ver com o meio e não têm a intenção [pág. 217] de mudá-lo ou de se lhe adaptarem. As palavras adaptação, adequação, competência ou controle não se aplicam aos comportamentos expressivos, mas apenas aos comportamentos de interação. Uma teoria centrada na realidade que pretenda explicar a natureza humana total não pode manusear nem incorporar a expressão, exceto com as maiores dificuldades. O epicentro natural e fácil, a partir do qual podemos entender o comportamento expressivo, tem que ser intrapsíquico (97, capítulo 11).

5. Estar focalizado na execução de uma tarefa produz organização para a eficiência, tanto no interior do organismo como no ambiente. O que é irrelevante é posto de lado e não se toma notícia da sua existência. As várias capacidades e informações pertinentes organizam-se sob a hegemonia de uma finalidade, de um propósito, o que significa que a importância passa a ser definida em função daquilo que ajuda a resolver o problema, isto é, em termos de utilidade. Aquilo que não ajuda a resolver o problema perde importância. A seleção torna-se necessária, assim como a abstração, o que também significa cegueira para algumas coisas, inatenção, exclusão.

Mas já sabemos que a percepção motivada, a orientação para a tarefa, a

cognição em termos de utilidade, que estão todas envolvidas na eficácia e na competência (o que White define como “a capacidade de um organismo para interagir eficientemente com o seu ambiente”), deixam de fora alguma coisa. Para que a cognição seja completa, mostrei que ela deve ser desprendida, desinteressada, carente de desejos, desmotivada. Só assim estamos aptos a perceber o objeto em sua própria natureza, com o seu próprio objetivo e suas características intrínsecas, em vez de o reduzirmos, por abstração, a “o que é útil”, “o que é ameaçador” etc.

. Na medida em que tentamos dominar o meio ou ser eficientes na interação com ele, estamos cortando a possibilidade de uma cognição plena, objetiva, desinteressada e não-interferente. Somente se a “deixarmos ser” poderemos percebê-la completamente. Citando uma vez mais a experiência psicoterapêutica, quanto mais ansiosos estivermos por estabelecer um diagnóstico e um plano de ação, *menos* úteis nos tornaremos. Quanto mais ansiosos estamos [pág. 218] por curar, mais tempo isso leva. Todo o pesquisador psiquiátrico tem de aprender a não *tentar* curar, a *não* ser impaciente. Nesta e em muitas outras situações, ceder é superar, ser humilde é triunfar. Os tauístas e Zen budistas que adotaram esse caminho puderam ver há mil anos o que os psicólogos só agora estão começando a perceber.

Mas de suma importância foi a minha conclusão preliminar de que essa espécie de cognição do Ser (S-cognição) do mundo se encontra mais frequentemente nas pessoas sadias e pode ser até uma das características definidoras de saúde. Também descobri isso nas experiências culminantes (individuação transitória). Isso implica que, mesmo no que diz respeito às relações sadias com o ambiente, as palavras domínio, competência, eficácia, sugerem uma objetivação muito mais ativa do que é prudente admitir para um conceito de saúde ou de transcendência.

Como um exemplo da consequência dessa mudança de atitude em relação aos processos inconscientes, podemos admitir a hipótese de que a privação sensorial, em vez de ser apenas assustadora, deveria ser também agradável para as pessoas sadias. Quer dizer, como o desligamento do mundo exterior parece permitir que o mundo interior suba à consciência, e como o mundo interior é mais aceito e desfrutado pelas pessoas mais sadias, então elas teriam mais probabilidades de desfrutar a privação sensorial.

6. Finalmente, apenas para me certificar de que a minha tese foi bem

entendida, quero enfatizar 1) que a busca interior do Eu real é uma espécie de “Biologia subjetiva”, porquanto deve incluir um esforço para conscientizar as nossas próprias necessidades, capacidades e reações constitucionais, temperamentais, anatômicas, fisiológicas e bioquímicas, isto é, a nossa individualidade biológica. Mas, sendo assim, 2) por muito paradoxal que pareça, também é, simultaneamente, o caminho para experimentarmos a nossa filiação na espécie, tudo o que temos em comum com todos os outros membros da espécie humana. Quer dizer, é um modo de experimentarmos a nossa irmandade biológica com todos os seres humanos, sejam quais forem as suas circunstâncias externas. [pág. 219]

Resumo

O que estas considerações nos podem ensinar sobre a teoria de saúde é o seguinte:

1. Não devemos esquecer o eu autônomo ou pura psique. Não deve ser tratado como se fosse *unicamente* um instrumento de adaptação.
2. Mesmo quando tratamos das nossas relações com o ambiente devemos reservar um lugar teórico para uma relação receptiva com o ambiente, assim como para uma relação de domínio.
3. A Psicologia é, em parte, um ramo da Biologia, em parte um ramo da Sociologia. Mas não é *apenas* isso. Possui também a sua jurisdição própria e singular, aquela porção da psique que *não* é um reflexo do mundo exterior ou uma adaptação a este. [pág. 220]

PARTE VI

TAREFAS PARA O FUTURO

Algumas Proposições Básicas de uma Psicologia do Crescimento e da Individuação

Quando a filosofia do homem (sua natureza, seus fins, suas potencialidades, sua realização) muda, então tudo muda, não só a filosofia política, a econômica, a ética e a axiológica, a das relações interpessoais e a da própria História, mas também a filosofia da educação, da psicoterapia e do crescimento pessoal, a teoria de como ajudar os homens a tornarem-se no que podem e profundamente necessitam vir a ser.

Estamos atualmente no meio de uma tal mudança na concepção das capacidades, potencialidades e metas humanas. Está surgindo uma nova visão das possibilidades do homem e do seu destino, e as suas implicações são numerosas, não só para as nossas concepções de educação, mas também para a ciência, a política, a literatura, a economia, a religião e até para as nossas concepções sobre o mundo não-humano.

Creio ser possível começar agora a delinear essa visão da natureza humana como um sistema total, único e abrangente de Psicologia, se bem que muito tenha surgido como uma reação *contra* as limitações (como filosofias da natureza humana) das duas PsicoLOGIAS mais abrangentes de que hoje dispomos: o Behaviorismo (ou Associacionismo) e a Psicanálise clássica, freudiana. Encontrar um rótulo original para esse sistema ainda é uma tarefa difícil, talvez prematura. No passado, chamei-lhe Psicologia “holístico-dinâmica”, a fim de expressar a minha [pág. 223] convicção sobre as suas raízes principais e mais importantes. Alguns chamaram-lhe “organísmica”, seguindo Goldstein. Sutich e outros estão-lhe chamando Eupsicologia ou psicologia humanista. Veremos. O meu palpite pessoal é que, dentro de poucas décadas, se ela se conservar adequadamente eclética e abrangente, será

simplesmente designada como “Psicologia”.

Penso que posso ser mais útil falando, primordialmente, por mim próprio e na base do meu próprio trabalho do que como delegado “oficial” desse vasto grupo de pensadores, embora esteja certo de que as áreas de acordo entre eles são muito grandes. Uma seleção de trabalhos dessa “terceira força” é indicada nas bibliografias. Por causa do limitado espaço de que disponho nesta altura, apresentarei aqui apenas algumas das principais proposições desse ponto de vista. Convém advertir que, em muitos pontos, estou bastante à frente dos dados. Algumas dessas proposições baseiam-se mais numa convicção particular do que em fatos publicamente demonstrados. Entretanto, são todos, em princípio, confirmáveis ou desconfirmáveis.

1. Temos, cada um de nós, uma natureza íntima essencial que é instintóide, intrínseca, dada, “natural”, isto é, com uma apreciável determinante hereditária e que tende fortemente para persistir (97, capítulo 7).

Faz sentido falar aqui das raízes hereditárias, constitucionais e adquiridas muito cedo do eu *individual*, se bem que essa determinação biológica do eu seja apenas parcial e demasiado complexa para uma descrição em termos simples. Em todo o caso, isso é mais a “matéria-prima” do que o produto acabado, sobre a qual se produzirá a reação da pessoa, dos outros significantes, do seu ambiente etc.

Incluo nessa natureza interna essencial as necessidades básicas instintóides, as capacidades, talentos, o equipamento anatômico, os equilíbrios fisiológicos ou temperamentais, as lesões pré-natais e natais, e os traumas do recém-nascido. Esse núcleo interno manifesta-se como inclinações, propensões ou tendências internas naturais. Se os mecanismos de defesa e de interação, o “estilo de vida” e outros traços caracterológicos, todos moldados nos primeiros anos de vida, deveriam ser incluídos, ainda é [pág. 224] matéria de discussão. Essa matéria-prima tem depressa principia a evoluir para a formação de um eu, à medida que se defronta com o mundo exterior e começa a ter transações com ele.

2. Tudo isso são potencialidades, não realizações finais. Portanto, têm uma biografia e devem ser vistas pelo prisma do desenvolvimento. São realizadas, moldadas ou reprimidas (mas não completamente) por determinantes extrapsíquicas

(cultura, família, ambiente, aprendizagem etc.). Desde muito cedo na vida, esses impulsos e tendências desprovidos de metas passam a estar vinculados a objetos (“sentimentos”) por canalização (122), mas também por associações arbitrariamente aprendidas.

3. Esse núcleo interior, ainda que seja biologicamente baseado e “instintóide”, é mais fraco, em certos sentidos, do que forte. É facilmente superado, suprimido ou reprimido. Pode ser até permanentemente eliminado. Os humanos já não possuem instintos, na acepção animal, poderosas e inconfundíveis vozes íntimas que lhes dizem, inequivocamente, o que fazer, quando, onde, como e com quem. Tudo o que nos resta são remanescentes instintóides. E, além disso, são débeis, sutis e delicados, facilmente sufocados pela aprendizagem, pelas expectativas culturais, pelo medo, pela desaprovação etc. São *difíceis* de conhecer, e não fáceis. A individualidade autêntica pode ser definida, em parte, por ser capaz de ouvir essas vozes-impulsos dentro do próprio eu, isto é, saber o que é que o indivíduo realmente quer ou não quer, aquilo para que está apto e para o que *não* está apto etc. Parece existirem grandes diferenças individuais no vigor dessas vozes-impulsos.

4. A natureza íntima de cada pessoa tem algumas características que todos os outros eus possuem (universais na espécie) e algumas que são únicas na pessoa (idiossincrásicas). A necessidade de amor caracteriza todo o ser humano que nasce (embora possa desaparecer mais tarde, sob determinadas circunstâncias). O gênio musical, entretanto, é dado a muito poucos e estes diferem acentuadamente entre si no estilo, por exemplo, Mozart e Debussy. [pág. 225]

5. É possível estudar essa natureza interna científica e objetivamente (isto é, com a espécie correta de “ciência”) e descobrir as suas características (*descobrir* — não inventar ou construir). Também é possível fazê-lo subjetivamente, pela introspecção e pela psicoterapia, e os dois empreendimentos suplementam-se e apóiam-se mutuamente. Uma filosofia humanista da ciência deve, se ampliada, incluir essas técnicas experimentais.

6. Muitos aspectos dessa natureza íntima e mais profunda ou são a) ativamente reprimidos, conforme Freud descreveu, porque são temidos, desaprovados ou

alheios ao ego, ou b) “esquecidos” (negligenciados, não-usados, passados por alto, não-verbalizados ou suprimidos), como Schachtel descreveu. Portanto, uma grande parte da natureza interna, mais profunda, é inconsciente. Isso pode ser verdade não só quanto aos impulsos (instintos, necessidades), como Freud sublinhou, mas também para as capacidades, emoções, julgamentos, atitudes, definições, percepções etc. A repressão ativa exige esforço e consome energia. Existem muitas técnicas específicas para manter a inconsciência ativa, como a negação, a projeção, a formação de reação etc. Contudo, a repressão não elimina o que é reprimido. O reprimido permanece como determinante ativa do pensamento e do comportamento.

As repressões ativas e passivas parecem ter início cedo na vida, sobretudo como resposta às desaprovações parentais e culturais.

Entretanto, existem algumas provas clínicas de que a repressão também pode ser oriunda de fontes intrapsíquicas, extraculturais, na criança pequena ou na puberdade, isto é, decorrente do medo de ser sobrepujado pelos próprios impulsos, de se desintegrar, de se “fragmentar”, explodir etc. É teoricamente possível que a criança forme espontaneamente atitudes de medo e desaprovação em relação aos seus próprios impulsos e procure então defender-se contra eles de várias maneiras. A sociedade não tem por que ser, necessariamente, a única força repressiva, se isso for verdade. Podem existir também forças controladoras e repressivas intrapsíquicas, a que poderíamos dar perfeitamente o nome de “contracatexe intrínseca”. [pág. 226]

É melhor distinguir os impulsos e necessidades inconscientes das formas inconscientes de cognição, porque estas últimas são, com frequência, mais fáceis de trazer à consciência e, portanto, de modificar. A cognição do processo primário (Freud) ou pensamento arcaico (Jung) é mais recuperável, por exemplo, mediante a educação artística criativa, a educação pela dança e outras técnicas educativas não-verbais.

7. Ainda que “débil”, essa natureza interna raramente desaparece ou morre, na pessoa usual, nos Estados Unidos (contudo, tal desaparecimento ou morte é possível no começo da biografia). Ela persiste, subjacente, inconscientemente, mesmo quando negada e reprimida. Tal como a voz do intelecto (que é parte dela), fala num sussurro, mas, apesar disso, *será* ouvida, ainda que numa forma destorcida. Quer dizer, possui uma força dinâmica que lhe é própria e que exerce constante pressão

para se expressar abertamente, sem inibições. Tem de ser feito um esforço em sua supressão ou repressão, do qual pode resultar fadiga. Essa força é um aspecto principal da “vontade de saúde”, o impulso para crescer, a pressão para a individuação, a busca de identidade própria. É isso o que, em princípio, torna possível a psicoterapia, a educação e o aperfeiçoamento pessoal.

8. Entretanto, esse núcleo interno, ou eu, só em parte chega à idade adulta pela descoberta (objetiva ou subjetiva), revelação e aceitação antecipada do que “ali” está. Em parte, é também uma criação da própria pessoa. A vida é uma série contínua de opções pelo indivíduo, em que uma determinante principal da escolha é a pessoal tal como ela já é (incluindo os objetos que se fixou para si mesma, a sua coragem ou medo, os seus sentimentos de responsabilidade, a força do seu ego ou “força de vontade” etc.). Não podemos continuar pensando na pessoa como “totalmente determinada” quando essa frase implica “unicamente determinada por forças externas à pessoa”. A pessoa, na medida em que é uma pessoa real, é a sua própria determinante principal. Toda e qualquer pessoa é, em parte, “o seu próprio projeto” e faz-se a si mesma. [pág. 227]

9. Se esse núcleo essencial (natureza interna) da pessoa for frustrado, negado ou suprimido, resulta a doença, por vezes em formas óbvias, outras vezes sob formas sutis e sinuosas, algumas vezes imediatamente, outras mais tarde. Essas doenças psicológicas incluem muito mais do que as enumeradas pela Associação Psiquiátrica Americana. Por exemplo, as perturbações e distúrbios de carácter, segundo se apurou agora, são muito mais importantes para o destino do mundo do que as neuroses clássicas, ou mesmo as psicoses. Desse novo ponto de vista, as novas espécies de doenças são sumamente perigosas, por exemplo, “a pessoa diminuída ou tolhida em seu desenvolvimento”, isto é, a perda de qualquer das características definidoras da condição humana, ou personalidade, a incapacidade de atingir o seu potencial máximo, a perda de valores etc.

Quer dizer, a doença geral da personalidade é definida como qualquer condição em que a pessoa fica aquém do seu pleno desenvolvimento, ou individuação, ou plena realização da sua humanidade. E a principal fonte de doença (embora não seja a única) é vista como frustrações (de necessidades básicas, de S-

valores, de pontenciais idiossincrásicos, da expressão do eu e da tendência da pessoa para crescer no seu próprio estilo e de acordo com o seu próprio ritmo), especialmente nos primeiros anos de vida. Isto é, a frustração das necessidades básicas não é a única fonte de doença ou de diminuição humana.

10. Essa natureza interna, tanto quanto sabemos dela até agora, não é, em definitivo, primordialmente “má”, mas, antes, aquilo a que os adultos, em nossa cultura, chamam “boa” ou então é neutra. A maneira mais exata de expressar essa condição é dizer que ela é “anterior ao bem e ao mal”. Poucas dúvidas restam a tal respeito se falarmos da natureza interna do bebê e da criança pequena. O enunciado é muito mais complexo se falarmos da “criança” que ainda existe no adulto. E fica ainda mais complexo se o indivíduo for encarado do ponto de vista da S-Psicologia e não da D-Psicologia.

Esta conclusão é corroborada por todas as técnicas de exumação e revelação da verdade que tenham alguma coisa a ver com a natureza humana: psicoterapia, ciência objetiva, ciência subjetiva, educação e arte. Por exemplo, [pág. 228] a longo prazo, a terapia de exumação diminui a perversidade, o medo, a cobiça etc. e aumenta o amor, a coragem, a criatividade, a bondade, o altruísmo etc., levando-nos à conclusão de que estes últimos sentimentos são “mais profundos”, mais naturais e mais intrinsecamente humanos do que os primeiros, isto é, que aquilo a que chamamos “mau” comportamento é atenuado ou eliminado pela sua revelação, ao passo que o “bom” comportamento é fortalecido e estimulado pela revelação.

11. Devemos diferenciar o tipo freudiano de superego da consciência intrínseca e da culpa intrínseca. O primeiro é, em princípio, uma inclusão no eu das desaprovações e aprovações de pessoas que não a própria pessoa, isto é, pais, mães, professores etc. Portanto, a culpa é o reconhecimento da desaprovação pelos outros.

A culpa intrínseca é a conseqüência da traição à nossa própria natureza interna ou eu, um desvio do caminho da individuação e, essencialmente, é uma auto-reprovação justificada. Portanto, não está tão culturalmente relacionada quanto a culpa freudiana. É “verdadeira”, ou “merecida”, ou “certa e justa”, ou “correta”, porque constitui uma discrepância em relação a algo profundamente real dentro da pessoa, em vez de localismos acidentais, arbitrários ou puramente relativos. Vista

assim, a culpa intrínseca é boa, até *necessária*, ao desenvolvimento da pessoa, sempre que esta a mereça. Não é apenas um sintoma a ser evitado a qualquer preço, mas, antes, um guia interior no desenvolvimento para a individuação, para a autonomia do eu real e suas potencialidades.

12. O comportamento “mau” refere-se, principalmente, à hostilidade, crueldade e destrutividade injustificadas, à agressividade mesquinha. Não conhecemos o suficiente a esse respeito. Na medida em que essa qualidade de hostilidade é instintóide, a humanidade tem uma espécie de futuro. Na medida em que é reativa (uma resposta ao mau tratamento), a humanidade tem uma espécie muito diferente de futuro. A minha opinião é que o peso das provas existentes indica, até agora, que a hostilidade indiscriminadamente *destrutiva*, é reativa, visto que a terapia de exumação a reduz e muda a sua qualidade para uma auto-afirmação “saudável”, vigorosa, hostilidade [pág. 229] seletiva, autodefesa, indignação legítima etc. Em qualquer caso, a *capacidade* de ser agressivo e colérico encontra-se em todas as pessoas capazes de individuação, aquelas que estão aptas a deixar fluir a agressividade e a cólera quando a situação externa o “exige”.

A situação em crianças é muito mais complexa. No mínimo, sabemos que a criança sadia também é capaz de se mostrar justificadamente colérica, protegendo-se e afirmando-se, isto é, de agressão reativa. Assim, é de presumir que a criança aprenda não só como controlar a sua cólera, mas também como e quando expressá-la.

O comportamento a que a nossa cultura chama “maldoso” pode também resultar da ignorância e de crenças e más interpretações infantis (tanto na criança como na reprimida ou “esquecida” criança-no-adulto). Por exemplo, a rivalidade entre irmãos é atribuível ao desejo da criança de amor exclusivo dos pais. Só quando amadurece é que ela, em princípio, é capaz de aprender que o amor da mãe por um irmão é compatível com o seu permanente amor por ela. Assim, de uma versão infantil de amor, não repreensível em si mesma, pode resultar um comportamento avesso à ternura e às manifestações amorosas.

Em todo o caso, muito do que a nossa cultura ou qualquer outra considera “mau” não tem por que ser necessariamente considerado mau, de fato, do ponto de vista mais universal da espécie, tal como foi delineado neste livro. Se a condição

humana foi aceita e amada, então muitos problemas locais, etnocêntricos, desaparecem, simplesmente. Para dar apenas um exemplo, considerar o sexo como intrinsecamente maléfico é puro disparate, de um ponto de vista humanístico.

A correntemente observada aversão, ressentimento ou ciúme da bondade, da verdade, da beleza, da saúde ou da inteligência (“contravalores”), é predominantemente (se bem que não totalmente) determinada pela ameaça de perda da auto-estima, tal como o mentiroso é ameaçado pelo homem honesto, a moça desgraciosa pela moça bonita ou o covarde pelo herói. Toda pessoa superior nos coloca em confronto com as nossas próprias deficiências.

Entretanto, ainda mais profundo do que tudo isso é a questão existencial básica da equanimidade e justiça do destino. A pessoa portadora de uma doença pode ter [pág. 230] inveja do homem sadio que não é mais merecedor do que ela.

Os comportamentos malévolos parecem, para a maioria dos psicólogos, ser mais reativos, como nos exemplos acima, do que instintivos. Isso sugere que, embora o “mau” comportamento esteja profundamente enraizado na natureza humana e nunca possa ser inteiramente abolido, é possível esperar, não obstante, que decline com o amadurecimento da personalidade e o aperfeiçoamento da sociedade.

13. Muitas pessoas ainda pensam a respeito de “o inconsciente”, da regressão e da cognição do processo primário como algo necessariamente malsão, ou perigoso, ou perverso. A experiência psicoterapêutica está lentamente nos ensinando outra coisa. As nossas profundezas também podem ser boas, ou belas, ou desejáveis. Isso também está ficando claro através das conclusões gerais de investigações realizadas sobre as fontes do amor, da criatividade, do humor, da arte, das atividades lúdicas etc. As suas raízes estão profundamente mergulhadas no eu mais íntimo e nuclear, isto é, no inconsciente. Para recuperá-las e para poder fruí-las e usá-las, devemos ser capazes de “regredir”.

14. A saúde psicológica não é possível, a menos que esse núcleo essencial da pessoa seja fundamentalmente aceito, amado e respeitado pelos outros e pela própria pessoa (o inverso não é necessariamente verdadeiro, isto é, se o núcleo for respeitado etc., então a saúde psicológica deve seguir-se, visto que as outras condições devem também estar satisfeitas).

À saúde psicológica do cronologicamente imaturo dá-se o nome de crescimento sadio. A saúde psicológica do adulto recebeu várias designações: auto-realização, maturidade emocional, individuação, produtividade, autenticidade, plenitude humana etc.

O crescimento sadio é conceptualmente subordinado, porquanto é agora definido, usualmente, como “crescimento no sentido da individuação” etc. Alguns psicólogos falam, simplesmente, em termos de um objetivo ou meta ou tendência do desenvolvimento humano a ser alcançado, [pág. 231] considerando que todos os fenômenos imaturos do crescimento são apenas passos ao longo do caminho da individuação (Goldstein, Rogers).

A individuação é definida de diversas maneiras, mas é perceptível um sólido núcleo de concordância. Todas as definições aceitam ou sugerem: a) a aceitação e expressão do núcleo interno ou eu, isto é, a realização das capacidades latentes, potencialidades, “pleno funcionamento”, acessibilidade da essência humana e pessoal; b) uma presença mínima de má saúde, neurose, psicose, de perda ou diminuição das capacidades humanas e pessoais básicas.

15. Por todas essas razões, é preferível, desta vez, destacar e encorajar ou, pelo menos, reconhecer essa natureza interna, em vez de suprimi-la ou reprimi-la. A pura espontaneidade consiste na expressão livre, desinibida, incontrolada, confiante e não-premeditada do eu, isto é, das forças psíquicas, com interferência mínima da consciência. Controle, vontade, cautela, autocrítica, moderação, deliberação, constituem os freios a essa expressão que se tornaram intrinsecamente necessários pelas leis dos mundos social e natural, fora do mundo psíquico; e, secundariamente, tornaram-se necessários pelo medo da própria psique (contratexte intrínseca). Falando em termos genéricos, os controles impostos à psique que resultam do *medo da psique* são, preponderantemente, neuróticos ou *psicóticos*, ou não intrínseca nem teoricamente necessários. (A psique sadia não é terrível ou horrível e, portanto, não tem por que ser temida, como foi durante milhares de anos. É claro, a psique *mórbida* é uma outra estória.) Esse tipo de controle é usualmente reduzido pela saúde psicológica, pela psicoterapia de profundidade ou por qualquer conhecimento *mais profundo* do eu e sua aceitação pela própria pessoa. Contudo, existem também controles da psique que não promanam do medo, mas das necessidades de mantê-la

organizada, integrada e unificada (contratete intrínseca). E também existem “controles”, provavelmente noutro sentido, que são necessários quando as capacidades são individuadas e quando se procuram formas superiores de expressão, por exemplo, a aquisição de aptidões através do trabalho árduo pelo artista, o intelectual, o atleta. Mas esses controles são finalmente transcendidos e convertem-se em aspectos da espontaneidade, [pág. 232] quando se integram no próprio eu. Proponho que chamemos a esses controles desejáveis e necessários “controles apolonizantes”, porque não põem em dúvida a conveniência ou não da satisfação, mas, antes, *estimulam* o prazer mediante a organização, a esteticização, o cadenciamento, a estilização e a fruição saborosa da satisfação, por exemplo, no sexo, comer, beber etc. O contraste é com os controles repressivos ou supressivos.

Assim, o equilíbrio entre espontaneidade e controle varia, na mesma medida em que a saúde da psique e a saúde do mundo variam. A pura espontaneidade não é possível por muito tempo, dado que vivemos num mundo que se rege pelas suas próprias leis, não-psíquicas. É possível, entretanto, nos sonhos, fantasias, amor, imaginação, sexo, nas primeiras fases da criatividade, no trabalho artístico, na atividade intelectual, livre associação etc. O puro controle não é permanentemente possível, visto que então a psique morre. A educação deve ser dirigida, pois, *tanto* para o cultivo de controles *como* para o cultivo da expressão e da espontaneidade. Em nossa cultura e nesse ponto da História, é necessário restabelecer o equilíbrio em favor da espontaneidade, da capacidade de ser expressivo, passivo, impensado, confiante em outros processos que não a vontade e o controle, criativo, impremeditado etc. Mas devemos reconhecer que tem havido e haverá outras culturas e outras áreas em que o equilíbrio se estabeleceu ou estabelecerá em outras direções.

16. No desenvolvimento normal da criança sadia, acredita-se agora que, na maior parte do tempo, se realmente lhe for dada uma livre escolha, ela optará pelo que é bom para o seu crescimento. Assim faz porque lhe sabe bem, porque isso lhe dá uma sensação boa, lhe dá prazer ou deleite. Isso implica que a criança “sabe” melhor do que ninguém o que é melhor para ela. Um regime tolerante não significa que os adultos satisfaçam diretamente as necessidades da criança, mas, antes que *lhe* possibilitam satisfazer as suas próprias necessidades e fazer as suas próprias

escolhas, isto é, deixam-na *ser*. Para que as crianças se desenvolvam bem é necessário que os adultos tenham suficiente confiança nelas e nos processos naturais de crescimento, isto é, não interfiram muito, não as *façam* crescer nem as forcem a aceitar planos predeterminados, [pág. 233] mas, pelo contrário, as *deixem* crescer de um modo mais tauísta do que autoritário.

(Embora este enunciado pareça simples, tem sido, na realidade, extraordinariamente mal interpretado. O deixa-ser tauísta e o respeito pela criança são, de fato, muito difíceis para a maioria das pessoas, que tendem a interpretá-los como tolerância total, indulgência e superproteção, *dando-lhe* coisas, organizando atividades agradáveis *para* ela, protegendo-a contra todos os perigos, proibindo-lhe que corra riscos. Amor sem respeito é muito diferente de amor com respeito pelos sinais íntimos da própria criança.)

17. Coordenada com essa “aceitação” do eu, do destino, da vocação própria, está a conclusão de que o principal caminho para a saúde e a auto-realização das massas é através da satisfação e não da frustração das necessidades básicas. Isso está em contraste com o regime supressivo, a desconfiança, o controle, o policiamento, que estão necessariamente implícitos na crença numa maldade básica, instintiva, nas profundezas humanas. A vida intra-uterina é completamente gratificante e não-frustradora, e hoje é geralmente aceito ser preferível que o primeiro ano de vida também seja primordialmente gratificante e não-frustrador. Ascetismo, abnegação, rejeição deliberada das exigências do organismo, pelo menos no Ocidente, tendem a produzir um organismo diminuído, tolhido em seu desenvolvimento ou mutilado; e até no Oriente levam a individuação apenas a muito poucos indivíduos excepcionalmente fortes.

Essa explicação também é freqüentemente incompreendida. A satisfação de necessidades básicas é interpretada amiúde como se significasse objetos, coisas, possessões, dinheiro, roupas, automóveis etc. Mas nada disso satisfaz, por si mesmo, as necessidades básicas, as quais, depois de terem sido contentadas as necessidades corporais, são de 1) proteção e segurança; 2) pertença, como numa família, uma comunidade, um clã, um bando, amizade, afeição, amor; 3) respeito, estima, aprovação, dignidade, amor-próprio; e 4) liberdade para o mais pleno

desenvolvimento dos talentos e capacidades da pessoa, individuação, realização do eu. Isso parece muito simples e, no entanto, [pág. 234] poucas pessoas parecem capazes, em qualquer parte do mundo, de assimilar o seu significado. Porque as necessidades menores e mais urgentes são materiais, por exemplo, alimento, abrigo, vestuário etc., elas tendem a generalizar isso para uma Psicologia da motivação preponderantemente materialista, esquecendo que, assim como existem necessidades “básicas”, também existem as superiores, não-materiais.

18. Mas também sabemos que *a completa ausência* de frustração, dor ou riscos é perigosa. Para ser forte, uma pessoa deve adquirir tolerância à frustração, a capacidade de perceber a realidade física como essencialmente indiferente aos desejos humanos, a capacidade de amar outros e de se comprazer tanto na satisfação das necessidades dos outros quanto das suas próprias (não usar as outras pessoas apenas como meios). A criança com uma boa base de segurança, amor e respeito pela satisfação de necessidades está apta a extrair proveito de frustrações sutilmente graduadas e, desse modo, a fortalecer-se. Se elas forem mais do que pode suportar, damos-lhe o nome de traumáticas e consideramo-las mais perigosas do que proveitosas.

É por intermédio da inflexibilidade frustradora da realidade física, e das outras pessoas e dos animais, que aprendemos sobre a *sua* natureza e, dessa maneira, aprendemos a diferenciar os desejos dos fatos (que coisas o desejo torna realidade e que coisas acontecem à revelia dos nossos desejos), habilitando-nos, por conseguinte, a viver no mundo e a adaptarmo-nos a ele, quando necessário.

Também tomamos conhecimento das nossas próprias forças e limites, que ampliamos superando dificuldades, esforçando-nos ao máximo, enfrentando desafios e privações, e até quando fracassamos. Pode haver um enorme prazer numa grande luta e esta pode desalojar o medo. Acresce que é esse o melhor caminho para a autoestima sadia, a qual se baseia não só na aprovação de outros, mas também nas realizações e êxitos concretos e na autoconfiança realista que daí resulta.

A superproteção implica que as necessidades da criança são satisfeitas *para* ela pelos pais, sem qualquer esforço próprio. Isso tende a infantilizá-la, a impedir o desenvolvimento da sua força, vontade e afirmação próprias. Numa de suas formas, a superproteção pode ensinar a criança a [pág. 235] usar as outras pessoas, em vez

de respeitá-las. Noutra forma, implica uma falta de confiança e respeito pelos poderes e escolhas da própria criança, isto é, tem um carácter essencialmente condescendente e insultante, e pode concorrer para fazer com que a criança se sinta inútil e sem valor.

19. Para que o crescimento e a individuação sejam possíveis, é necessário compreender que as capacidades, órgãos e sistemas orgânicos exercem pressão para funcionar e expressar-se, assim como para serem usados e exercidos, e que tal uso é satisfatório, ao passo que o desuso é irritante. A pessoa musculosa gosta de usar os músculos, de fato, *tem* de usá-los para “sentir-se bem” e realizar o sentimento subjetivo de um funcionamento harmonioso, bem sucedido e desinibido (espontaneidade), que é um aspecto tão importante do bom desenvolvimento e da saúde psicológica. O mesmo ocorre com a inteligência, o útero, os olhos, a capacidade de amar. As capacidades clamam por ser usadas e só se calam quando são bem usadas. Quer dizer, as capacidades também são necessidades. Não só é divertido usar as nossas capacidades como também é necessário ao crescimento. A aptidão, capacidade ou órgão não usados podem converter-se num centro de doença ou então atrofiam-se e desaparecem, diminuindo assim a pessoa.

20. O psicólogo age na pressuposição de que, para os seus propósitos, existem duas espécies de mundos, duas espécies de realidade: o mundo natural e o mundo psíquico, o mundo dos fatos inflexíveis e o mundo dos desejos, esperanças, medos, emoções, o mundo que é regido por leis não-psíquicas e o mundo que se rege por leis psíquicas. Essa diferenciação não é muito clara, exceto em seus extremos, onde não há dúvida de que os delírios, sonhos e livres associações são legítimos e, no entanto, profundamente diferentes da legitimidade da lógica e da legitimidade do mundo que prevaleceria se a espécie humana se extinguisse. Este pressuposto não nega que esses mundos estão relacionados e podem até fundir-se.

Poderei dizer que *muitos* ou a *maioria* dos psicólogos atuam de acordo com essa suposição, embora estejam perfeitamente dispostos a admitir que se trata de um problema [pág. 236] filosófico insolúvel. Qualquer terapeuta *deve* pressupô-lo ou então renunciar à sua atividade. Isso é típico do modo como os psicólogos contornam as dificuldades filosóficas e atuam “como se” certos pressupostos fossem

verdades, muito embora improváveis, por exemplo, a suposição universal de “responsabilidade”, de “força de vontade” etc. Um aspecto da saúde é a capacidade de viver em ambos esses mundos.

21. A imaturidade pode ser contrastada com a maturidade, do ponto de vista motivacional, como o processo de satisfazer as necessidades por deficiência, em sua ordem apropriada. A maturidade, ou individuação, desse ponto de vista, significa transcender as necessidades por deficiência. Esse estado pode ser descrito, pois, como meta-motivado ou não-motivado (se as deficiências forem vistas como as únicas motivações). Também pode ser descrito como individuacionante, Ser, mais expressivo do que interatuante. Desconfiamos que esse estado de Ser é sinônimo de ser “autêntico”, de ser uma pessoa, de ser plenamente humano. O processo de crescimento é o processo de *vir a ser* uma pessoa. *Ser* uma pessoa é diferente.

22. A imaturidade também pode ser diferenciada da maturidade em termos da capacidade cognitiva (e também em função das capacidades emocionais). As cognições imatura e madura foram excelentemente descritas por Werner e Piaget. Podemos agora acrescentar outra diferenciação, entre D-cognição e S-cognição (D = Deficiência, S = Ser). A D-cognição pode ser definida como as cognições que são organizadas do ponto de vista das necessidades básicas ou necessidades por deficiência, e a sua satisfação ou frustração. Isto é, a D-cognição poderia ser chamada cognição egoísta, na qual o mundo está organizado em gratificadores e frustradores das nossas próprias necessidades, sendo as outras características ignoradas ou desprezadas. A cognição do objeto *per se*, em seu próprio Ser, sem referência às suas qualidades de satisfação ou frustração de necessidades, isto é, sem referência primária ao seu valor para o observador ou aos seus efeitos sobre ele, pode ser chamada S-cognição (ou cognição objetiva, eu-transcendente, altruísta). O paralelo com a maturidade não é perfeita, em absoluto (as crianças também podem [pág. 237] ter cognições objetivas), mas, de um modo geral, é inteiramente certo que, cora a crescente firmeza da identidade pessoal (ou aceitação da nossa própria natureza íntima), a S-cognição embora a D-cognição signifique, para *todos* os seres humanos, incluindo os maduros, o principal instrumento para viver-no-mundo.

Na medida em que a percepção é carente de desejo e de medo, ela é mais

verídica, no sentido de perceber a verdadeira, ou essencial, ou intrínseca natureza do objeto como um todo (sem o dividir pela abstração). Assim, a finalidade de descrição fiel e objetiva de qualquer realidade é estimulada pela saúde psicológica. Neurose, psicose, frustração do crescimento — todas são, desse ponto de vista, doenças cognitivas que contaminam a percepção, a aprendizagem, a memória, a atenção e o pensamento.

23. Um subproduto desse aspecto da cognição é uma melhor compreensão dos níveis superior e inferior do amor. O D-amor pode ser diferenciado do S-amor na mesma base, aproximadamente, que a D-cognição e a S-cognição, ou a D-motivação e a S-motivação. Nenhuma relação idealmente boa com outro ser humano, especialmente uma criança, é possível sem S-amor. Este é particularmente necessário para o ensino, a par da atitude tauística, confiante, que implica. Isso também é verdadeiro no caso das nossas relações com o mundo natural, isto é, podemos tratá-lo *per se* ou podemos tratá-lo como se ele existisse apenas para os nossos próprios fins.

Convirá salientar que existem consideráveis diferenças entre o intrapsíquico e o interpessoal. Até agora, temo-nos ocupado mais do Eu do que das relações entre pessoas e dentro de grupos, pequenos ou grandes. O que analisei como sendo a necessidade humana geral de pertença ou filiação inclui a necessidade de comunidade, de interdependência, de família, de camaradagem e de fraternidade. Através do Synanon, da educação tipo Esalen, dos Alcoólicos Anônimos, dos grupos T e dos grupos de encontro básico, além de muitos outros grupos semelhantes de ajuda pessoal via fraternidade, aprendemos repetidamente que somos animais sociais, de uma forma fundamental. Em última instância, é claro, a pessoa forte precisa de estar apta a transcender o grupo, quando necessário. Entretanto, [pág. 238] deve ser compreendido que essa força foi desenvolvida nela pela sua comunidade.

24. Conquanto, em princípio, a individuação seja fácil, na prática ela raramente acontece (pelos seus critérios, certamente em menos de 1% da população adulta). Para isso existem inúmeras razões, em vários níveis de discursos, incluindo todas as determinantes da Psicopatologia que atualmente conhecemos. Já mencionamos uma

razão cultural principal, isto é, a convicção de que a natureza intrínseca do homem é maldosa ou perigosa, e uma determinante biológica para a dificuldade de realizar um eu maduro, notadamente, que os humanos já não possuem instintos fortes que lhes indiquem, inequivocamente, o que fazer, quando, onde e como.

Existe uma sutil, mas extremamente importante, diferença entre considerar-se a Psicopatologia como um bloqueio, ou evasão, ou medo de desenvolvimento no sentido da individuação, e pensar-se nela ao estilo médico, como equivalente a uma invasão de fora, por tumores, venenos ou bactérias, a qual não tem relação alguma com a personalidade que está sendo invadida. A diminuição humana (a perda de potencialidades e capacidades humanas) é um conceito mais útil que o de “doença”, para os nossos fins teóricos.

25. O crescimento possui não só recompensas e prazeres, mas também muitas dores intrínsecas e sempre terá. Cada passo em frente é um passo no desconhecido e, possivelmente, é perigoso. Também significa renunciar a algo que era familiar, bom e satisfatório. Com freqüência, significa uma despedida e uma separação, mesmo uma espécie de morte antes da ressurreição, com a nostalgia, o medo, a solidão e o pranto conseqüentes. Também significa amiúde o abandono de uma vida mais simples, mais fácil e menos esforçada, em troca de uma vida mais exigente, mais responsável e mais difícil. O crescimento *faz-se a despeito* dessas perdas e, portanto, requer coragem, vontade, deliberação e vigor no indivíduo, assim como proteção, complacência e encorajamento do meio, especialmente no caso da criança. [pág. 239]

26. Portanto, é útil pensar no crescimento ou falta dele como resultante de uma dialética entre as forças que estimulam o progresso e as forças que o desencorajam (regressão, medo, dores de crescimento, ignorância etc.) O crescimento tem vantagens e desvantagens. O não-crescimento tem não só desvantagens, mas também vantagens. O futuro puxa, mas o passado também. Não há somente coragem, mas também medo. O modo ideal total de crescer sadiamente é, em princípio, incentivar todas as vantagens do crescimento progressivo e todas as desvantagens do não-crescimento, e diminuir todas as desvantagens do crescimento progressivo e todas as vantagens do não-crescimento.

As tendências homeostáticas, as tendências de “redução de necessidades” e os mecanismos freudianos de defesa não são tendências de crescimento, mas, com frequência, são posturas defensivas, redutoras de dor, do organismo. Mas são necessárias e nem sempre patológicas. De um modo geral, são prepotentes em relação às tendências de crescimento.

27. Tudo isso implica um sistema naturalista de valores, um subproduto da descrição empírica das tendências mais profundas da espécie humana e de indivíduos específicos. O estudo do ser humano pela ciência ou pela introspecção pode descobrir para onde ele se dirige, qual é a sua finalidade na vida, o que é bom para ele e o que é mau para ele, o que é que o fará sentir-se virtuoso e o que o fará sentir-se culpado, por que a escolha do bem lhe é frequentemente difícil, quais são os atrativos do mal. (Observe-se que a palavra “deve” não precisa ser usada. Tal conhecimento do homem também é relativo ao homem, unicamente, e não pretende ser “absoluto”.)

28. Uma neurose não faz parte do núcleo interior, mas é, antes, uma defesa contra ele ou uma evasão dele, assim como uma expressão distorcida desse núcleo (sob a égide do medo). Usualmente, é um compromisso entre o esforço para encontrar a satisfação de necessidades básicas, numa forma encoberta, disfarçada ou ilusória, e o medo gerado por essas necessidades, satisfações e comportamentos motivados. Expressar necessidades, emoções, [pág. 240] atitudes, definições e ações neuróticas significa *não* expressar plenamente o núcleo íntimo ou eu real. Se o sádico, ou explorador, ou perverso, diz: “Por que motivo não deveria *eu* expressar-me?” (por exemplo, matando), ou “Por que motivo não deveria *eu* realizar-me?”, a resposta que se lhes dá é que tal expressão constitui uma negação das tendências instintóides (ou núcleo interior) e não uma sua expressão.

Cada necessidade, ou emoção, ou ação neurotizada é uma *perda de capacidade* para a pessoa, algo que ela não pode ou não se *atreve* a fazer, exceto de uma forma insatisfatória e furtiva ou mesquinha. Além disso, a pessoa perdeu, usualmente, o seu bem-estar subjetivo, a sua vontade e o seu sentimento de autodomínio, a sua capacidade de prazer, a sua auto-estima etc. Como ser humano, ela está diminuída.

29. O estado de ser sem um sistema de valores é, como estamos aprendendo,

psicopatogênico. O ser humano necessita de uma estrutura de valores, uma filosofia da vida, uma religião ou um substitutivo da religião por que possa pautar sua vida e compreensão, aproximadamente no mesmo sentido em que precisa de sol, cálcio ou amor. A isto chamei a “necessidade cognitiva de compreender”. As doenças-de-valor que resultam de um estado de carência de valores são chamadas, entre outras designações, anedonia, anomia, apatia, amoralidade, desânimo, cinismo etc. e também podem redundar em doenças somáticas. Historicamente, encontramos-nos num interregno de valores em que todos os sistemas de valores externamente dados provaram ser fracassos (políticos, econômicos, religiosos etc.), por exemplo, nada existe por que valha a pena morrer. Aquilo de que o homem precisa, mas não tem, é infatigavelmente procurado; e ele mostra-se perigosamente disposto a saltar sobre *qualquer* esperança, boa ou má. A cura para essa doença é óbvia. Necessitamos de um sistema usável e validado de valores humanos em que possamos acreditar e a que nos possamos devotar (dispostos a morrer por eles), porque são verdadeiros e não porque sejamos exortados a “crer e a ter fé”. Semelhante *Weltanschauung*, empiricamente baseada, parece ser agora uma possibilidade real, pelo menos em suas linhas teóricas gerais. [pág. 241]

Grande parte dos distúrbios em crianças e adolescentes pode ser entendida como uma consequência da incerteza dos adultos a respeito dos seus valores. Por conseguinte, muitos jovens nos Estados Unidos não vivem de acordo com os valores adultos, mas pelos valores adolescentes, os quais, evidentemente, são imaturos, ignorantes e substancialmente determinados pelas confusas necessidades adolescentes. Uma excelente projeção desses valores adolescentes é o *cowboy*, o *Western* ou o bando delinqüente (105).

30. No nível de individuação, muitas dicotomias ficam resolvidas, os opostos são vistos como unidades e todo o modo dicotômico de pensar é reconhecido como imaturo. Nas pessoas individuadas, manifesta-se uma forte tendência para que o egoísmo e o altruísmo se fundam numa unidade superior, superordenada. Trabalho e prazer tendem a ser a mesma coisa; vocação e avocação tornam-se o mesmo. Quando o dever é agradável e o prazer consiste no cumprimento do dever, perdem o seu caráter distinto e oposto. Descobriu-se que a maturidade suprema inclui uma certa qualidade infantil e que as crianças sadias possuem algumas das qualidades da

individuação madura. A divisão interior-exterior, entre o eu e tudo o mais, torna-se indistinta em seus limites, e está comprovado que estes são reciprocamente permeáveis nos níveis superiores do desenvolvimento da personalidade. A dicotomização parece agora ser característica de um nível inferior do desenvolvimento da personalidade e do funcionamento psicológico; é uma causa e um efeito da Psicopatologia.

31. Uma descoberta especialmente importante nas pessoas individuais é que elas tendem a integrar as dicotomias e tricotomias freudianas, isto é, o consciente, o pré-consciente e o inconsciente (assim como o id, o ego e o superego). Os “instintos” e as defesas freudianas estão menos nitidamente situados em oposição mútua. Os impulsos são mais expressados e menos controlados; os controles são menos rígidos, menos inflexíveis e menos determinados pela ansiedade. O superego é menos austero e punitivo, menos hostil ao ego. Os processos cognitivos primários e secundários são mais igualmente acessíveis e mais [pág. 242] igualmente apreciados (em vez dos processos primários serem estigmatizados como patológicos). De fato, na “experiência culminante”, as muralhas entre eles tendem a ser completamente derrubadas.

Isso está em nítido contraste com a posição freudiana original, em que essas várias forças eram claramente dicotomizadas como a) mutuamente exclusivas, b) com interesses antagônicos, isto é, mais como forças antagônicas do que complementares ou colaborantes, e c) uma “melhor” do que a outra.

Uma vez mais, sugerimos aqui a existência (por vezes) de um inconsciente sadio e de uma regressão desejável. Além disso, sugerimos também uma integração da racionalidade e da irracionalidade, com a consequência de que a irracionalidade também pode, em seu lugar, ser considerada sadia, desejável ou até necessária.

32. As pessoas sadias são mais integradas noutro aspecto. Nelas, o volitivo, o cognitivo, o afetivo e o motor estão menos separados entre si e são mais sinérgicos, isto é, trabalham em colaboração e sem conflito para os mesmos fins. As conclusões do pensamento racional, cuidadoso, são suscetíveis de ser análogas às conclusões dos apetites cegos. O que uma pessoa quer e lhe dá prazer é suscetível de ser exatamente o mesmo que é bom para ela. As suas reações espontâneas são tão

capazes, eficientes e corretas como se tivessem sido longamente meditadas de antemão. As suas reações sensoriais e motoras estão mais estreitamente correlacionadas (percepção fisiognômica). Além disso, aprendemos as dificuldades e perigos daqueles antiquados sistemas racionalistas em que se supunha que as capacidades estavam dispostas hierárquica-dicotomicamente, com a racionalidade no topo, em vez de em completa integração.

33. Esse progresso no sentido do conceito de um inconsciente sadio e de uma irracionalidade sadia estimula a nossa conscientização das limitações do pensamento puramente abstrato, do pensamento verbal e do pensamento analítico. Se a nossa esperança é descrever totalmente o mundo, é necessário reservar um lugar para o processo primário, pré-verbal, inefável, metafórico, para [pág. 243] a experiência concreta, para os tipos intuitivo e estético de cognição, porquanto existem certos aspectos da realidade que não podem ser cognoscidos de outra maneira. Isso é verdade até no domínio da ciência, agora que sabemos 1) que a criatividade tem suas raízes no não-racional, 2) que a linguagem é e deve ser sempre inadequada para descrever a realidade total, 3) que qualquer conceito abstrato deixa de fora uma boa parte da realidade e 4) que aquilo a que chamamos “conhecimento” (o qual é, usualmente, abstrato e verbal, num grau superlativo, e nitidamente definido) serve, com freqüência, para nos cegar para aquelas parcelas da realidade que não são cobertas pela abstração. Isto é, capacita-nos mais para ver algumas coisas, mas *menos* para ver outras coisas. O conhecimento abstrato tem seus perigos, assim como seus usos.

A ciência e a educação, sendo exclusivamente abstratas demais, livrescas e verbais, não têm lugar bastante para a experiência crua, concreta e estética, especialmente dos acontecimentos subjetivos no íntimo de nós próprios. Por exemplo, os psicólogos organísmicos certamente concordariam sobre a conveniência da educação mais criativa na percepção e criação de arte, na dança, no atletismo (estilo grego) e na observação fenomenológica.

O objetivo fundamental do pensamento abstrato, analítico, é a maior simplificação possível, isto é, a fórmula, o diagrama, o mapa, a planta, o esquema, o *cartoon*, assim como certos tipos de pintura abstrata. O nosso domínio do mundo é incentivado desse modo, mas a sua riqueza pode perder-se, como uma punição, a

menos que aprendamos a dar valor às S-cognições, à percepção-com-amor-e-com-carinho, à atenção flutuante, tudo o que enriquece a nossa experiência, em vez de empobrecê-la. Não existe razão alguma para que a “ciência” não possa ser ampliada de modo a incluir ambas as espécies de conhecimentos (262, 279).

34. Essa aptidão das pessoas mais sadias para mergulhar no inconsciente e no pré-consciente, para usar e valorizar os seus processos primários, em vez de temê-los, para aceitar os seus impulsos em vez de mantê-los sempre sob controle, para ser capazes de regredir voluntariamente sem medo, resulta ser uma das principais condições da [pág. 244] criatividade. Podemos, pois, compreender por que a saúde psicológica está tão estreitamente vinculada a certas formas universais de criatividade (à parte o talento especial), a ponto de levar alguns autores a considerarem-nas quase sinônimos.

Esse mesmo vínculo entre saúde e integração de forças racionais e irracionais (processos conscientes e inconscientes, primários e secundários), também nos permite compreender por que as pessoas psicologicamente sadias são mais capazes de gozar, amar, rir, divertir-se, fazer humor, dizer tolices, ser caprichosas e fantasiosas, ser agradavelmente “birutas” e, de um modo geral, permitir, apreciar e dar valor às experiências emocionais, em geral, e às experiências culminantes, em particular, e tê-las mais freqüentemente. E isso nos leva à forte suspeita de que aprender *ad hoc* a capacidade de fazer todas essas coisas pode ajudar a criança a progredir no sentido da saúde.

35. A percepção e criação estéticas, e as experiências estéticas culminantes, são consideradas um aspecto central da vida humana, assim como da Psicologia e da educação, em vez de um aspecto periférico. Isso é verdade por numerosas razões. 1) Todas as experiências culminantes são (entre outras características) integrativas das divisões no interior da pessoa, entre pessoas, dentro do mundo e entre a pessoa e o mundo. Como um aspecto da saúde é a integração, as experiências culminantes são movimentos no sentido da saúde, e, em si mesmas, são saúdes momentâneas. 2) Essas experiências dão validade à vida, isto é, tornam a vida digna de ser vivida. Isso constitui, certamente, uma importante parte da resposta à questão: “Por que é que não cometemos todos o suicídio?” 3) Elas são válidas em si mesmas etc.

36. A individuação não significa uma transcendência de todos os problemas humanos. Conflito, ansiedade, frustração, tristeza, mágoa e culpa podem ser encontrados, sem exceção, nos seres humanos sadios. Em geral, o movimento, com a crescente maturidade, faz-se dos pseudoproblemas neuróticos para os problemas reais, inevitáveis, existenciais, que são inerentes à natureza do homem (mesmo em sua melhor forma), vivendo numa espécie particular de mundo. Mesmo que não seja neurótico, [pág. 245] ele pode ser perturbado por um sentimento real, desejável e necessário de culpa, em vez da culpa neurótica (que não é desejável nem necessária), por uma consciência intrínseca, em vez do superego freudiano. Ainda que ele tenha transcendido os problemas de Vir a Ser, prevalecem ainda os problemas de Ser. Ficar imperturbado quando *se deve estar* perturbado, pode ser um grave indício de doença. Por vezes, as pessoas enfatuadas têm de ser intimidadas “para se darem conta *da* realidade”.

37. A individuação não é geral. Tem lugar através da feminilidade *ou* masculinidade, que são prepotentes em relação à humanidade geral. Isto é, uma pessoa deve ser primeiro uma mulher sadia, plenamente realizada em sua feminilidade, ou um homem realizado em sua masculinidade, antes que se torne possível a individuação humana geral.

Também existem algumas provas de que diferentes tipos constitucionais se realizam de formas algo distintas (porque têm diferentes eus interiores a individuar).

38. Outro aspecto decisivo do desenvolvimento sadio do eu e da plena condição humana é o abandono das técnicas usadas pela criança, em sua fragilidade e pequenez, para adaptar-se aos fortes, grandes, onipotentes e oniscientes adultos. Ela tem que substituí-las pelas técnicas de ser forte e independente, de ser ela própria um pai ou uma mãe. Isso envolve, especialmente, o abandono do desesperado desejo infantil do amor total e exclusivo dos pais, ao mesmo tempo que aprende a amar outras pessoas. A criança deve aprender a satisfazer as suas próprias necessidades e desejos, em vez das necessidades dos pais, e tem de aprender a satisfazer ela própria os seus desejos e necessidades em vez de depender dos pais para que o façam por ela. Deve renunciar a ser boa por medo e para conservar o amor dos pais; deve ser boa porque deseja ser. Tem que descobrir a sua própria

consciência e renunciar aos pais internalizados como único guia ético. Deve-se tornar responsável em vez de dependente e é de esperar que se torne também capaz de *gostar* dessa responsabilidade. Todas essas técnicas, pelas quais a fraqueza se adapta à força, são necessárias à criança, mas imaturas e frustradoras no adulto (103). Ele deve substituir o medo pela coragem. [pág. 246]

39. Desse ponto de vista, uma sociedade ou uma cultura pode estimular o crescimento ou inibir o crescimento. As fontes do crescimento e da plena realização humana estão, essencialmente, no íntimo da pessoa humana e não são criadas ou inventadas pela sociedade, a qual apenas pode ajudar ou dificultar o desenvolvimento da condição humana, tal como o jardineiro pode ajudar ou tolher o crescimento de uma roseira, mas não pode determinar que ela venha a ser um carvalho. Isso assim é mesmo quando sabemos que uma cultura é condição *sine qua non* para a realização plena da condição humana, por exemplo, a linguagem, o pensamento abstrato, a capacidade de amar; mas essas coisas existem como potencialidades no idioplasma humano, antes da cultura.

Isso torna teoricamente possível uma Sociologia comparativa, transcendendo e incluindo a relatividade cultural. A “melhor” cultura satisfaz todas as necessidades humanas básicas e permite a individuação. As culturas “mais pobres” não. O mesmo é válido para a educação. Na medida em que estimula o crescimento no sentido da individuação, é uma “boa” educação.

Assim que falamos em “boas” ou “más” culturas, e as consideramos meios e não fins, entra logo em questão o conceito de “ajustamento”. Devemos indagar: “A que espécie de cultura ou subcultura a pessoa ‘bem ajustada’ está bem ajustada?” Ajustamento *não* é, necessariamente, em definitivo, sinônimo de saúde psicológica.

40. A realização da individuação (no sentido de autonomia) torna *mais* possível, paradoxalmente, a transcendência do eu, da petulância e do egoísmo. Torna *mais fácil* para a pessoa ser homonômica, isto é, ser motivada para fundir-se, como parte, num todo maior do que ela própria (6). A condição de homonomia total é a plena autonomia e, em certa medida, *vice versa*: um indivíduo só pode alcançar a plena autonomia através de experiências homonômicas bem sucedidas (dependência infantil, S-amor, desvelo por outros etc.) É necessário falar de níveis de homonomia

(cada vez maior amadurecimento) e diferenciar uma “baixa homonomia” (de medo, fraqueza e regressão) de uma “alta homonomia” (de coragem e total, autoconfiança, autonomia); um “baixo Nirvana” [pág. 247] de um “alto Nirvana”, uma união descendente de uma união ascendente (170).

41. Um importante problema existencial é criado pelo fato das pessoas individuadas (e *todas* as pessoas em suas experiências culminantes) viverem, ocasionalmente, fora do tempo e fora do mundo (atemporais e a-espaciais), se bem que a *maioria* delas *deva* viver no mundo exterior. A vida no mundo psíquico interior (que é regido por leis psíquicas e não pelas leis da realidade exterior), isto é, no mundo da experiência, da emoção, dos desejos, medos e esperanças, do amor, da poesia, arte e fantasia, é diferente da vida na (e adaptação à) realidade não-psíquica, que se rege por leis que o indivíduo nunca fez e não são essenciais à sua natureza, embora tenha de viver de acordo com elas. (Ele *podéria*, afinal de contas, viver em outras espécies de mundos, como qualquer fã da ficção científica sabe.) A pessoa que não tem medo do seu mundo psíquico interior, é capaz de fruí-lo a tal ponto que se lhe pode dar o nome de Céu, em contraste com o mais afanoso, fatigante e externamente responsável mundo da “realidade”, do esforço e da interação, do certo e errado, da verdade e falsidade. Isso assim é mesmo quando a pessoa mais sadia pode também adaptar-se mais facilmente e com maior prazer ao mundo “real”, e suporta melhor o “teste da realidade”, isto é, não a confunde com o seu mundo psíquico interno.

Parece ter ficado agora claro que confundir essas realidades interna e externa, ou vedar uma ou outra à experiência, é altamente patológico. A pessoa sadia está apta a integrar ambas em sua vida e, portanto, não tem de renunciar a uma nem a outra; pelo contrário, é capaz de, voluntariamente, transitar entre uma e outra. A diferença é a mesma que entre a pessoa que pode *visitar* uma favela e a pessoa que é forçada a viver sempre aí. (Um mundo *ou* outro será uma favela, se uma pessoa não puder nunca sair dele.) Assim, paradoxalmente, aquilo que era mórbido, patológico e “inferior” torna-se parte do aspecto mais sadio e “superior” da natureza humana. Escorregar para a “loucura” só é assustador para aqueles que não estão plenamente confiantes em sua sanidade. A educação pode ajudar a pessoa a viver em ambos os mundos. [pág. 248]

42. As proposições antecedentes geram uma compreensão diferente do papel da ação em Psicologia. A ação orientada para uma meta, motivada, competitiva, deliberada, é um aspecto ou subproduto das transações necessárias entre uma psique e um mundo não-psíquico.

a) As satisfações de D-necessidades provêm do mundo exterior à pessoa, não do seu íntimo. Portanto, a adaptação a esse mundo torna-se imprescindível, por exemplo, a prova da realidade, o conhecimento da natureza desse mundo, a aprendizagem da diferenciação entre esse mundo e o mundo interior, a aprendizagem da natureza das pessoas e da sociedade, a aprendizagem do adiamento de satisfações, a aprendizagem da ocultação do que seria perigoso, a aprendizagem das partes do mundo que são gratificantes e das que são perigosas ou inúteis para a satisfação de necessidades, a aprendizagem dos caminhos culturais, aprovados e permitidos, para a gratificação e das técnicas de gratificação.

b) O mundo é intrinsecamente interessante, belo e fascinante. Explorá-lo, manipulá-lo, interatuar com ele, contemplá-lo, desfrutá-lo, são tudo espécies motivadas de ação (necessidades cognitivas, motoras e estéticas).

Mas também há ação que tem pouco ou nada a ver com o mundo, pelo menos, no começo. A pura expressão da natureza, ou estado, ou poderes (*Funktionslust*) do organismo é mais uma expressão de Ser do que de esforço para Vir a Ser (24). E a contemplação e fruição da vida interior não só é uma espécie de “ação” em si, mas também é antitética da ação no inundo, quer dizer, produz quietude e cessação da atividade muscular. A capacidade de esperar é um caso especial de ser capaz de suspender a ação.

43. Aprendemos com Freud que o passado existe *agora* na pessoa. Devemos agora aprender que, segundo as teorias do crescimento e da individuação, o futuro também existe *agora* na pessoa, sob a forma de ideais, esperanças, deveres, tarefas, planos, metas, potenciais irrealizados, missão, fé, destino etc. Aquele para quem não existe futuro está reduzido ao concreto, ao vazio, à impotência e à desesperança. Para ele, torna-se necessário estar, incessantemente, “enchendo o tempo”. O esforço para obter algo, que é o organizador usual da [pág. 249] maior parte das atividades, quando perdido, deixa a pessoa desorganizada e desintegrada.

É claro, um estado de Ser não necessita de futuro, porque já *aí* está. Logo, o Devir cessa, no momento, e as suas notas promissórias são cobradas na forma de recompensas supremas, isto é, as experiências culminantes, em que o tempo desaparece e as esperanças são realizadas. [pág. 250]

APÊNDICE A

Serão as Nossas Publicações e Convenções Adequadas às Psicologias Pessoais?¹

Há algumas semanas, tive subitamente o vislumbre de como poderia integrar alguns aspectos da teoria gestaltista com a minha Psicologia da Saúde e Crescimento. Um após outro, os problemas que me haviam atormentado durante anos resolveram-se todos. Era um caso típico de experiência culminante, algo mais extensa do que a maioria delas. Depois de passar o grosso da tempestade, os seus ecos ribombantes ainda continuaram por alguns dias, à medida que uma implicação após outra das intuições originais me acudia ao espírito. Como tenho o hábito de confiar ao papel os meus pensamentos, tenho tudo isso reduzido a escrito. A minha tentação foi, então, jogar fora a memória um tanto pedagógica que estava preparando para esta reunião. Ai estava uma experiência culminante, viva e *concreta*, colhida em pleno desenvolvimento, e que ilustrava excelentemente (“em cor”) os vários pontos que eu pretendia examinar sobre a aguda ou pungente “experiência de identidade”.

Entretanto, porque era tão íntima e tão pouco convencional, vi-me extremamente relutante em ler em voz [pág. 251] alta e em público uma descrição dessa experiência e não o vou fazer.

Contudo, a auto-análise dessa relutância fez-me ciente de algumas coisas sobre as quais *quero* falar. A compreensão de que esse tipo de memória não se “ajusta” a uma publicação ou apresentação em conferências ou convenções levou-me a formular esta pergunta: “Por que é que não se ajusta?” O que é que se passa com os

¹ Estes comentários informais foram pronunciados antes da leitura de uma dissertação formal perante uma assembléia da Associação para o Progresso da Psicanálise, em 5 de outubro de 1960, sob a égide do *Karen Horney Memorial*. São aqui incluídos tal como foram lidos, com algumas alterações da somenos

encontros intelectuais e os jornais científicos que torna certas espécies de verdade pessoal e certos estilos de expressão “inadequados” ou impróprios?

A resposta a que tenho de chegar é muito apropriada para discussão aqui. Nesta reunião, estamos tateando o caminho para o fenomenológico, o experiencial, o existencial, o idiográfico, o inconsciente, o privado, o profundamente pessoal; mas ficou claro, para mim, que estamos tentando fazê-lo numa atmosfera ou moldura intelectual herdada, que é inteiramente inadequada e fria, a que poderíamos chamar até proibitiva.

As nossas revistas, livros e conferências são, primordialmente, adequados à comunicação e debate do racional, do abstrato, do lógico, do público, do impessoal, do nomotético, do repetível, do objetivo e não-emocional. Por conseguinte, pressupõem justamente aquelas coisas que nós, “psicólogos personalistas”, estamos procurando mudar. Por outras palavras, incorrem em petição de princípio. Um resultado é que, como terapeutas ou observadores-do-eu, ainda somos forçados pelo costume acadêmico a falar sobre as nossas próprias experiências ou as dos nossos pacientes mais ou menos da mesma maneira que falaríamos sobre bactérias, ou sobre a Lua, ou sobre ratos brancos, *pressupondo* a divisão sujeito-objeto, *pressupondo* que estamos desprendidos, distantes e não-envolvidos, *pressupondo* que nós (e os objetos da percepção) não somos afetados nem alterados pelo ato de observação, *pressupondo* que podemos separar o “Eu” do “Tu”, *pressupondo* que todas as observações, pensamentos, expressões e comunicações devem ser sempre frios e jamais calorosos, enfim, *pressupondo* que a cognição só pode ser contaminada ou distorcida pela emoção etc.

Numa palavra, insistimos em tentar usar os cânones e modos tradicionais da ciência impessoal em nossa ciência [pág. 252] pessoal, mas estou convencido de que isso não funcionará. Também é óbvio, quanto a mim, que a revolução científica que alguns de nós estamos agora cozinhando (na medida em que construímos uma Filosofia da Ciência suficientemente ampla para incluir o conhecimento experiencial) deverá ampliar-se também aos modos tradicionais da comunicação intelectual (262).

Devemos tornar explícito aquilo que todos nós aceitamos implicitamente, que

o nosso gênero de trabalho é, com freqüência, profundamente sentido e promana de bases pessoais profundas; que nos fundimos, por vezes, com os objetos de estudo, em vez de nos separarmos deles; que estamos quase sempre profundamente envolvidos e que *devemos* estar, se não quisermos que o nosso trabalho seja uma fraude. Também devemos aceitar honestamente e expressar francamente a profunda verdade de que a maior parte do nosso trabalho “objetivo” é, simultaneamente, subjetiva; que o nosso mundo exterior é, freqüentemente, isomórfico com o nosso mundo interior; que os problemas “externos” com que lidamos “cientificamente” também são, amiúde, os nossos próprios problemas internos; e que as nossas soluções para esses problemas também são, em princípio, autoterapias, em sua mais ampla acepção.

Isso é mais *agudamente* verdadeiro para nós, os cientistas personalistas; mas, em princípio, também é verdade para todos os cientistas impessoais. A busca de ordem, lei, controle, previsibilidade, inteligibilidade nos astros e nas plantas, é freqüentemente isomórfica com a busca de lei, controle etc. *internos*. A ciência impessoal pode, por vezes, ser uma fuga ou uma defesa contra a desordem e o caos internos, contra o medo de perda de controle. Ou, em termos mais genéricos, a ciência impessoal pode ser (e, verifiquei, é com bastante freqüência) uma fuga ou defesa contra o pessoal dentro de nós próprios e dentro de outros seres humanos, uma aversão ao impulso e à emoção, até, por vezes, uma repulsa pela condição humana ou um medo dela.

Obviamente, é insensato tentar realizar o trabalho da ciência pessoal numa estrutura que se baseia na própria negação do que estamos descobrindo. Não podemos avançar para o conhecimento experiencial usando apenas o instrumento da abstração. Analogamente, a separação sujeito-objeto desencoraja a fusão. A dicotomização proíbe [pág. 253] a integração. Respeitar o racional, o verbal e o lógico como a *única* linguagem da verdade inibe-nos em nosso estudo necessário do não-racional, do poético, do mítico, do vago, do processo primário, do onírico.² Os métodos clássicos, impessoais e objetivos que funcionaram tão bem para alguns

² Por exemplo, sinto que tudo o que estou tentando expressar aqui está muitíssimo melhor expressado por Saul Steinberg na sua espantosa série de quadinhos no *New Yorker*, durante o ano passado. Nesses “quadinhos existenciais”, esse excelente artista não usou uma única palavra. Mas penso agora que eles se ajustariam perfeitamente na bibliografia de um estudo “sério”, numa revista “séria”; ou, no caso, não destoariam no programa desta conferência, se bem que o nosso tema e o dele sejam o mesmo, isto é,

problemas *não* funcionam bem com esses mais recentes problemas científicos.

Devemos ajudar os psicólogos “científicos” a entender que estão trabalhando na base de *uma* Filosofia da Ciência, não *a* Filosofia da Ciência, e que *qualquer* Filosofia da Ciência que sirva, primordialmente, a uma função de exclusão é apenas uma série de cortinas que servem mais para ocultar do que para revelar, é mais um obstáculo do que uma ajuda. *Todo o* mundo, *toda* a experiência, devem estar abertos ao estudo. *Nada*, nem mesmo os problemas “pessoais”, precisa estar vedado à investigação humana. Caso contrário, colocar-nos-emos, forçosamente, na posição idiota em que alguns sindicatos se imobilizaram; em que unicamente os carpinteiros podem tocar em madeira e os carpinteiros podem tocar unicamente em madeira, para não mencionar também o fato de que, se os carpinteiros tocam em *algo*, é *ipso facto* madeira, por assim dizer, madeira honorária. Os novos materiais e os novos métodos devem, portanto, ser irritantes e até ameaçadores, devem representar catástrofes e não oportunidades. Também quero lembrar as tribos primitivas que têm de colocar todo o mundo num sistema de parentesco. Se aparece um forasteiro que não pode ser colocado, não há maneira alguma de resolver o problema, exceto matando o recém-chegado.

Sei que estes comentários podem, facilmente, ser mal interpretados como um ataque à ciência. Não são. Pelo contrário, estou sugerindo que ampliemos a jurisdição da ciência de modo a incluir em seus domínios os problemas e os dados da Psicologia pessoal e experiencial. Muitos cientistas abdicaram desses problemas, considerando-os [pág. 254] “não-científicos”. Entretanto, endossá-los aos não-cientistas apenas fortalece e apóia aquela separação do mundo da ciência e do mundo das “humanidades” que atualmente interioriza ambos.

Quanto às novas espécies de comunicação, é difícil conjecturar exatamente o que deve acontecer. Certamente, devemos ter mais do que já encontramos, ocasionalmente, na literatura psicanalítica, a saber, a discussão da transferência e da contratransferência. Devemos aceitar mais estudos idiográficos para as nossas revistas, tanto biográficos como autobiográficos. Há muito tempo, John Dollard prefaciou o seu livro sobre o Sul com uma análise dos seus próprios preconceitos; também devemos aprender a fazer isso. Certamente deveríamos ter mais relatos e in-

formações sobre as lições aprendidas na psicoterapia pelas próprias pessoas “tratadas”, mais auto-análise como *On Not Being Able to Paint*, de Marion Milner, mais casos como os historiados por Eugenia Hanfmann, mais relatórios *verbatim* de toda a espécie de contatos interpessoais.

O mais difícil de tudo, porém, a ajuizar pelas minhas próprias inibições, será a abertura gradual das nossas revistas e jornais a artigos e ensaios escritos em estilo rap-sódico, poético ou de livre associação. A comunicação de alguns gêneros de verdade é melhor realizada dessa maneira, por exemplo, qualquer das experiências culminantes. Não obstante, isso vai ser duro para todos. Compiladores mais astutos seriam necessários para a terrível tarefa de separar o cientificamente útil da grande inundação de tolices que certamente ocorreria logo que essa porta fosse aberta. Tudo o que posso sugerir é uma prova cautelosa. [pág. 255]

APÊNDICE B

É Possível uma Psicologia Social Normativa?¹

Este livro é, inequivocamente, uma Psicologia Social Normativa. Quer dizer, aceita a busca de valores como uma das tarefas essenciais e exequíveis de uma ciência da sociedade. Está, pois, em direta contradição com aquela ortodoxia que exclui os valores da jurisdição da ciência, afirmando, com efeito, que os valores não podem ser descobertos ou revelados, mas apenas estabelecidos, arbitrariamente, por decreto, pelos não-cientistas.

Isso não significa que este livro seja antagônico em relação à ciência clássica, isenta de valores, ou à ciência social puramente descritiva. Pelo contrário, procura incluir ambas numa concepção mais ampla e mais abrangente da ciência e tecnologia humanísticas, uma concepção baseada, francamente, no reconhecimento de que a ciência é um subproduto da natureza humana e de que pode promover a plena realização da natureza humana. Desse ponto de vista, uma sociedade ou qualquer instituição social podem ser caracterizadas como fatores que incentivam ou dificultam a auto-realização dos seus indivíduos (259).

Neste livro, uma questão básica consiste nisto: Que condições de trabalho, que espécies de trabalho, que espécies [pág. 257] de administração e que espécies de recompensas ajudarão a natureza humana a desenvolver-se sadiamente, até atingir a sua estatura mais completa e a sua estatura máxima? Isso é, que condições de trabalho são as melhores para a realização pessoal? Mas também podemos encarar isso por outro ângulo e indagar: Aceita a existência de uma sociedade razoavelmente

¹ Em 1967, fui solicitado a escrever um prefácio para a tradução japonesa do meu livro *Eupsychian Management*, escrito em 1962 e publicado em 1965. Apercebi-me de que tergiversara e improvisara um pouco na primeira versão e de que sentia agora, definitivamente, que uma Psicologia Social Normativa era possível e que eu tinha menos medo de dizê-lo.

próspera e de pessoas razoavelmente sadias ou normais, cujas necessidades mais básicas — satisfações em alimento, abrigo, roupas etc. — estejam garantidas, então como podem tais pessoas querer, em seus próprios interesses, promover as finalidades e valores de uma organização? Como teriam de ser mais bem tratadas? Em que condições trabalharão melhor? Que recompensas, tanto monetárias como não-monetárias, farão com que elas trabalhem melhor? Quando sentirão que se trata da *sua* organização?

O que surpreenderá muita gente é a clara indicação, apoiada por uma crescente literatura de pesquisas, de que, sob certas condições “sinérgicas”, esses dois grupos de bens, o bem do indivíduo e o bem da sociedade, podem-se aproximar tanto e cada vez mais, ao ponto de serem mais sinônimos do que antagônicos. As condições eupsiquianas de trabalho são freqüentemente boas não só para a plena realização pessoal, mas também para a saúde e prosperidade da organização (fábrica, hospital, universidade etc.), assim como para a quantidade e qualidade dos produtos ou serviços fornecidos pela organização.

O problema de administração (em qualquer organização ou sociedade) pode ser abordado, pois, de uma nova maneira: como estabelecer as condições sociais, em qualquer organização, de forma que as metas do indivíduo se conjuguem e fundam com as metas da organização? Quando é que isso é possível? Quando impossível? Ou prejudicial? Quais são as forças que estimulam a sinergia social e individual? Que forças, por outro lado, aumentam o antagonismo entre a sociedade e o indivíduo?

Obviamente, tais interrogações relacionam-se com as questões mais profundas da vida pessoal e social, da teoria social, política e econômica, e até da Filosofia em geral. Por exemplo, o meu recém-publicado livro *Psychology of Science* demonstra a necessidade e a possibilidade de uma ciência humanística transcender os limites auto-impostos da ciência mecanomórfica, livre de valores. [pág. 258]

E pode-se também supor que a teoria econômica clássica, baseada como está numa teoria inadequada de motivação humana seja igualmente suscetível de ser revolucionada pela aceitação da realidade biológica das necessidades humanas superiores, incluindo o impulso para a individuação e o amor pelos valores supremos. Estou certo de que algo semelhante é também verdadeiro no tocante à

ciência política, à Sociologia e a todas as ciências e profissões humanas e sociais.

Tudo isso tem o fito de enfatizar que o presente livro não é a respeito de alguns novos truques de administração, ou alguns “segredos” ou técnicas superficiais que possam ser empregados para manipular os seres humanos mais eficientemente, para fins que não são os deles próprios. Isso não é um guia para a exploração.

Não, trata-se mais de um confronto claro entre um conjunto básico de valores ortodoxos e outro sistema de valores, mais recente, que pretende ser não só mais eficiente como também mais verdadeiro. Extraí algumas das conseqüências verdadeiramente revolucionárias da descoberta de que a natureza humana tem sido insuficientemente valorizada, de que o homem tem uma natureza superior que é tão “instintóide” quanto a sua natureza inferior, e que essa natureza superior inclui as necessidades de trabalho significativo, de responsabilidade, de criatividade, de ser justo e equânime, de fazer o que é digno de ser feito e de preferir fazê-lo bem.

Pensar em “recompensa” em termos de dinheiro, unicamente, é claramente obsoleto em tal enfoque. É certo que a satisfação de necessidades inferiores pode ser comprada com dinheiro; mas quando elas já estão satisfeitas, então as pessoas são motivadas apenas por espécies superiores de “pagamento” — filiação, afeição, dignidade, respeito, apreciação, honra — assim como pela oportunidade de individuação e a promoção dos valores supremos: verdade, beleza, eficiência, excelência, justiça, perfeição, ordem, legitimidade etc.

Aqui fica, obviamente, muita coisa sobre que pensar, não só para os marxistas e os freudianos, mas também para o autoritário político ou militar, ou o patrão do tipo “mandão”, ou o “liberal”. [pág. 259]

Bibliografia

Esta bibliografia inclui não só referências específicas que foram feitas no texto, mas também uma amostragem de escritos de autores, em Psicologia e Psiquiatria, do grupo da “Terceira Força”. A melhor introdução para as suas obras é Moustakas (118). Bons textos gerais que apresentam esse ponto de vista são os de Jourard (72) e Coleman (33).

1. ALLPORT, G. *The Nature of Personality*. Addison-Wesley, 1950.
2. ——— *Becoming*. Yale University, 1955.
3. ——— “Normative Compatibility in the Light of Social Science,” em Maslow, A. H. (org.), *New Knowledge in Human Values*. Harper, 1959.
4. ——— *Personality and Social Encounter*. Beacon Press, 1960.
5. ANDERSON, H. H. (org.), *Creativity and Its Cultivation*. Harper, 1959.
6. ANGYAL, A. *Foundation for a Science of Personality*. Commonwealth Fund, 1941.
7. Anônimo. “Finding the Real Self.” Uma carta prefaciada por Karen Horney, *American Journal of Psychoanalysis*, 1949, 9, 3.
8. ANSBACHER, H., e R. *The Individual Psychology of Alfred Adler*. Basic Books, 1956.
9. ARNOLD, M., e GASSON, J. *The Human Person*. Ronald, 1954.
10. ASCH, S. E. *Social Psychology*. Prentice-Hall, 1952.
11. ASSAGIOLI, R. *Self-Realization and Psychological Disturbances*. Psychosynthesis Research Foundation, 1961.
12. BANHAM, K. M. “The Development of Affectionate Behavior in Infancy,” *Journal of General Psychology*, 1950, 76, 283-289.
13. BARRETT, W. *Irrational Man*. Doubleday, 1958.
14. BARTLETT, F. C. *Remembering*. Cambridge University Press, 1932.
15. BEGBIE, T. *Twice Born Men*. Revell, 1909.
16. BETTELHEIM, B. *The Informed Heart*. Free Press, 1960.
- 16a. BOSSOM, J., e MASLOW, A. H. “Security of Judges as a Factor in Impressions of

- Warmth in Others,” *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 1957, 55., 147-148. [pág. 261]
17. BOWLBY, J. *Maternal Care and Mental Health*. Genebra: Organização Mundial de Saúde, 1952.
 18. BRONOWSKI, J. “The Values of Science,” em MASLOW, A. H. (org.), *New Knowledge in Human Values*. Harper, 1959.
 19. BROWN, N. *Life Against Death*, Random House, 1959.
 20. BUBER, M. *I and Thou*. Edinburg: T. & T. Clark, 1937.
 21. BUCKE, R. *Cosmic Consciousness*. Dutton, 1923.
 22. BUHLER, C. “Maturation and Motivation,” *Dialectica*, 1951, 5, 312-361.
 23. ——— “The Reality Principle”, *American Journal of Psychotherapy*, 1954, 8, 626-647.
 24. BUHLER, K. *Die geistige Entwicklung des Kindes*, 4ª edição, Iena: Fischer, 1924.
 25. BURTT, E. A. (org.). *The Teachings of the Compassionate Buddha*. Mentor Books, 1955.
 26. BYRD, B. “Cognitive Needs and Human Motivation.” Inédito.
 27. CANNON, W. B. *Wisdom of the Body*. Norton, 1932.
 28. CANTRIL, H. *The “Why” of Man’s Experience*. Macmillan, 1950.
 29. CANTRIL, H., e BUMSTEAD, C. *Reflections on the Human Venture*. New York University Press, 1960.
 30. CLOTTON-BROCK, A. *The Ultimate Belief*. Dutton, 1916.
 31. COHEN, S. “A Growth Theory of Neurotic Resistance to Psychotherapy,” *Journal of Humanistic Psychology*, 1961, 1, 48-63.
 32. ——— “Neurotic Ambiguity and Neurotic Hiatus Between Knowledge and Action,” *Journal of Existential Psychology*, 1962, 3, 75-96.
 33. COLEMAN, J. *Personality Dynamics and Effective Behavior*. Scott, Foresman, 1960.
 34. COMBS, A., e SNYGG, D. *Individual Behavior*. Harper, 1959.
 35. COMBS, A. (org.), *Perceiving, Behaving, Becoming: A New Focus for Education*. Association for Supervision and Curriculum Development, Washington, D. C, 1962.
 36. D’ARCY, M. C. *The Mind and Heart of Love*. Holt, 1947.
 37. ——— *The Meeting of Love and Knowledge*. Harper, 1957.
 38. DEUTSCH, F., e MURPHY, W. *The Clinical Interview* (2 volumes). International Universities Press, 1955.

- 38a. DEWEY, J. *Theory of Valuation*. Vol. II, nº 4, da *International Encyclopedia of Unified Science*. University of Chicago Press (sem data).
- 38b. DOVE, W. F. "A Study of Individuality in the Nutritive Instincts," *American Naturalist*, 1935, 69, 469-544.
39. EHRENZWEIG, A. *The Psychoanalysis of Artistic Vision and Hearing*. Routledge, 1953.
40. ERIKSON, E. H. *Childhood and Society*. Norton, 1950.
41. ERIKSON, E. H. "Identity and the Life Cycle" (Selected Papers). *Psychological Issues, 1*, Monografia 1, 1959, International Universities Press.
42. FESTINGER, L. A. *Theory of Cognitive Dissonance*. Paterson, 1957.
43. FEUER, L. *Psychoanalysis and Ethics*. Thomas, 1955. FIELD, J. (pseudônimo), ver MILNER, M. [pág. 262]
44. FRANKL, V. E. *The Doctor and the Soul*. Knopf, 1955.
45. ——— *From Death-Camp to Existentialism*. Beacon, 1959.
46. FREUD, S. *Beyond the Pleasure Principle*. International Psychoanalysis Press, 1922.
47. ——— *The Interpretation of Dreams*, em *The Basic Writings of Freud*. Modern Library, 1938.
48. ——— *Collected Papers*, Londres, Hogarth, 1956, Vol. III, Vol. IV.
49. ——— *An Outline of Psychoanalysis*. Norton, 1949.
50. FROMM, E. *Man for Himself*. Rinehart, 1947.
51. ——— *Psychoanalysis and Religion*. Yale University Press, 1950.
52. ——— *The Forgotten Language*. Hinehart, 1951.
53. ——— *The Sane Society*. Rinehart, 1955.
54. ——— SUZUKI, D. T., e DE MARTINO, E. *Zen Buddhism and Psychoanalysis*. Harper, 1960.
- 54a. GHISELIN, B. *The Creative Process*. University of California Press, 1952.
55. GOLDSTEIN, K. *The Organism*. American Book Co., 1939.
56. ——— *Human Nature from the Point of View of Psychopathology*. Harvard University Press, 1940.
57. ——— "Health as Value", em A. H. Maslow (org.), *New Knowledge in Human Values*. Harper, 1959, págs. 178-188.
58. HALMOS, P *Towards a Measure of Man*. Londres: Kegan Paul, 1957.
59. HARTMAN, B. "The Science of Value", em Maslow, A. H. (org.), *New Knowledge in Human Values*. Harper, 1959.

60. HARTMANN, H. *Ego Psychology and the Problem of Adaptation*. International Universities Press 1958.
61. ——— *Psychoanalysis and Moral Values*. International Universities Press, 1960.
62. HAYAKAWA, S. I. *Language in Action*. Harcourt, 1942.
63. ——— “The Fully Functioning Personality,” *ETC*, 1956, 13, 164-181.
64. HEBB, D. O., e THOMPSON, W. R. “The Social Significance of Animal Studies,” em G. Lindzey (org.), *Handbook of Social Psychology*, Vol. 1, Addison-Wesley, 1954, 532-561.
65. HILL, W. E. “Activity as an Autonomous Drive,” *J. of Comparative and Physiological Psychology*, 1956, 49, 15-19.
66. HORA, T. “Existential Group Psychotherapy,” *American Journal of Psychotherapy*, 1959, 13, 83-92.
67. HORNEY, K. *Neurosis and Human Growth*. Norton, 1950.
68. HUIZINGA, J. *Homo Ludens*. Beacon, 1950.
- 68a. HUXLEY, A. *The Perennial Philosophy*. Harper, 1944.
69. ——— *Heaven and Hell*. Harper, 1955.
70. JAHODA, M. *Current Conceptions of Positive Mental Health*. Basic Books, 1958.
- 70a. JAMES, W. *The Varieties of Religious Experience*. Modern Library, 1942.
71. JESSNER, L., e KAPLAN, S. “Discipline as a Problem in Psychotherapy with Children,” *The Nervous Child*, 1951, 5, 147-155.
72. JOURARD, S. M. *Personal Adjustment*, 2ª edição, Macmillan, 1963. [pág. 263]
73. JUNG, C. G. *Modern Man in Search of a Soul*. Harcourt, 1933.
74. ——— *Psychological Reflections* (vol. organizado por J. Jacobi). Pantheon Books, 1953.
75. ——— *The Undiscovered Self*. Londres: Kegan Paul, 1958.
76. KARPF, F. B. *The Psychology & Psychotherapy of Otto Rank*, Philosophical Library, 1953.
77. KAUFMAK, W. *Existentialism from Dostoevsky to Sartre*. Meridian, 1956.
78. ——— *Nietzsche*. Meridian, 1956.
79. KEPES, G. *The New Landscape in Art and Science*. Theobald, 1957.
80. *The Journals of Kierkegaard, 1834-1854*. Dru, Alexander (organizador e tradutor). Fontana Books, 1958.
81. KLEE, J. B. *The Absolute and the Relative*. Inédito.
82. KLUCKHOHN, C. *Mirror for Man*. McGraw-Hill, 1949.

83. KOKZYBSKI, A. *Science and Sanity: An Introduction to Non-Aristotelian Systems and General Semantics* (1933). Lakeville, Conn.: International Non-Aristotelian Lib. Publ. Company, 3ª edição, 1948.
84. KHIS, E. *Psychoanalytic Exploration in Art*. International Universities Press, 1952.
85. KRISHNAMURTI, J. *The First and Last Freedom*. Harper, 1954.
86. KUBIE, L. S. *Neurotic Distortion of the Creative Process*. University of Kansas Press, 1958.
87. KUENZLI, A. E. (org.), *The Phenomenological Problem*, Harper, 1959.
88. LEE, D. *Freedom & Culture*. Spectrum Books Prentice-Hall, 1959.
89. ——— “Autonomous Motivation,” *J. of Humanistic Psychology*, 1962, 1, 12-22.
90. LEVY, D. M. Comunicação pessoal.
91. ——— *Maternal Overprotection*. Columbia University Press 1943.
- 91a. LEWIS, C. S. *Surprised by Joy*. Harcourt, 1956.
92. LYND, H. M. *On Shame and the Search for Identity*. Harcourt, 1958.
93. MARCUSE, H. *Eros and Civilisation*. Beacon, 1955.
94. MASLOW, A. H., e MITTELMANN, B. *Principies of Abnormal Psychology*. Harper, 1941.
95. MASLOW, A. H. “Experimentalizing the Clinical Method,” *Journal of Clinical Psychology*, 1945, 1, 241-243.
96. ——— “Resistance to Acculturation,” *Journal of Social Issues*, 1951, 7, 26-29.
- 96a. ——— “Comments on Dr. Old’s Paper,” em M. R. Jones (org.), *Nebraska Symposium on Motivation*, 1955, University of Nebraska Press, 1955.
97. ——— *Motivation and Personality*. Harper, 1954.
98. ——— “A Philosophy of psychology,” em Fairchild, J. (org.), *Personal Problems and Psychological Frontiers*. Sheridan, 1957.
99. ——— “Power Relationships and Patterns of Personal Development,” em Kornhauser, A. (org.), *Problems of Power in American Democracy*. Wayne University Press, 1957. [pág. 264]
100. ——— “Two Kinds of Cognition,” *General Semantics Bulletin*, 1957, n.ºs 20 e 21, 17-22.
101. ——— “Emotional Blocks to Creativity,” *J. of Individual Psychology*, 1958, 14, 51-56.
102. ——— (org.). *New Knowledge in Human Values*. Harper, 1959.
103. ——— , RAND, H., e NEWMAN, S. “Some Parallels Between the Dominance and

- Sexual Behavior of Monkeys and the Fantasies of Psychoanalytic Patients,” *J. of Nervous and Mental Disease*, 1960, 131, 202-212.
104. ——— “Lessons from the Peak-Experiences,” *Journal of Humanistic Psychology*, 1962, 2, 9-18.
105. ——— e DIAZ-GUERRERO, R. “Juvenile Delinquency as a Value Disturbance,” em Peatman, J., e Hartley, E. (org.), *Festschrift for Gardner Murphy*, Harper, 1960.
106. ——— “Peak-Experiences as Completations” (no prelo).
107. ——— “Eupsychia — The Good Society,” *Journal of Humanistic Psychology*, 1961, 1, 1-11.
108. ——— e MINTZ, N. L. “Effects of Esthetic Surroundings: I. Initial Short-Term Effects of Three Esthetic Conditions Upon Perceiving ‘Energy’ and ‘Well-Being’ in Faces,” *Journal of Psychology*, 1956, 41, 247-254.
109. MASSERMAN, J. (org.). *Psychoanalysis and Human Values*. Grune & Stratton, 1960.
110. MAY, R. e outros (orgs.). *Existence*, Basic Books, 1958.
111. ——— (org.). *Existential Psychology*. Random House, 1961.
112. MILNER, M. (Joanna Field, pseudônimo). *A Life of One’s Own*. Pelikan Books, 1952.
113. MILNER, M. *On Not Being Able to Paint*. International Universities Press, 1957.
114. MINTZ, N. L. “Effects of Esthetic Surroundings: II. pro-longed and Repeated Experiences in a ‘Beautiful’ and an ‘Ugly’ Room,” *Journal of Psychology*, 1956, 41, 459-466.
115. MONTAGU, ASHLEY, M. F. *The Direction of Human Development*. Harper, 1955.
- 115a. MORENO, J. *Sociometry Reader*. Free Press, 1960.
116. MORRIS, C. *Varieties of Human Value*. University of Chicago Press, 1956.
117. MOUSTAKAS, C. *The Teacher and the Child*. McGraw-Hill, 1956.
118. ——— *The Self*. Harper, 1956.
119. MOWRER, O. H. *The Crisis in Psychiatry and Religion*. Van Nostrand, 1961.
120. MUMFORD, L. *The Transformations of Man*. Harper, 1956.
121. MUNROE, R. L. *Schools of Psychoanalytic Thought*. Dryden, 1955.
122. MURPHY, G. *Personality*. Harper, 1947.
123. MURPHY, G., e HOCHBERG, J. “Perceptual Development: Some Tentative Hypotheses,” *Psychological Review*, 1951, 58, 332-349.
124. MURPHY, G. *Human Potentialities*. Basic Books, 1958.

125. MURRAY, H. A. "Vicissitudes of Creativity," em H. H. Anderson (org.), *Creativity and Its Cultivation*. Harper, 1959. [pág. 265]
126. NAMECHE, G. "Two Pictures of Man," *Journal of Humanistic Psychology*, 1961, 1, 70-88.
127. NIEBUHR, R. *The Nature and Destiny of Man*. Scribner's, 1947.
- 127a. NORTHROP, F. C. S. *The Meeting of East and West*. Macmillan, 1946.
128. NUTTIN, J. *Psychoanalysis and Personality*. Sheed & Ward, 1953.
129. O'CONNELL, V. "On Brain "Washing by Psychotherapists: The Effect of Cognition in the Relationship in Psychotherapy." (Mimeografado, 1960).
- 129a. OLDS, J. "Physiological Mechanisms of Reward," em Jones, M. R. (org.), *Nebraska Symposium on Motivation, 1955*, University of Nebraska Press, 1955.
130. OPPENHEIMER, O. "Toward a New Instinct Theory," *Journal of Social Psychology*, 1958, 47, 21-31.
131. OVERSTREET, H. A. *The Mature Mind*. Norton, 1949.
132. OWENS, C. M. *Awakening to the Good*. Christopher, 1958.
133. PERLS, F., HEFFERLINE, R., e GOODMAN, p. *Gestalt Therapy*. Julian, 1951.
134. PETERS, R. S. "Mental Health as an Educational Aim," comunicação lida perante a *Philosophy of Education Society*, Harvard University, março de 1961.
135. PROGOFF, I. *Jung's Psychology and Its Social Meaning*. Grove Press, 1953.
136. PROGOFF, I. *Depth Psychology and Modern Man*. Julian, 1959.
137. RAPAPORT, D. *Organization and Pathology of Thought*. Columbia University Press, 1951.
138. REICH, W. *Character Analysis*. Orgone Institute, 1949.
139. REIKS, T. *Of Love and Lust*. Farrar, Straus, 1957.
140. RIESMAN, D. *The Lonely Crowd*. Yale University Press, 1950.
141. RITCHIE, B. P. "Comments on Professor Farber's Paper," em Marshall R. Jones (org.), *Nebraska Symposium on Motivation*. University of Nebraska Press, 1954, págs. 46-50.
142. ROGERS, C. *Psychotherapy and Personality Change*. University of Chicago Press, 1954.
143. ——— "A Theory of Therapy, Personality and Interpersonal Relationships as Developed in the Client-Centered Frame-work," em Koch, S. (org.), *Psychology: A Study of a Science*, Vol. III. Mc Graw-Hill, 1959.
144. ——— *A Therapist's View of Personal Goals*. Pendle Hill, 1960.

145. ——— *On Becoming a Person*. Houghton Mifflin, 1961.
146. ROKEACH, M. *The Open and Closed Mind*. Basic Books, 1960.
147. SCHACHTEL, E. *Metamorphosis*. Basic Books, 1959.
148. SCHILDER, P. *Goals and Desires of Man*, Columbia University Press, 1942.
149. ——— *Mind: Perception and Thought in Their Constructive aspects*. Columbia University Press, 1942.
150. SCHEINFELD, A. *The New You and Heredity*. Lippincott, 1950.
151. SCHWARZ, o. *The Psychology of Sex*. Pelican Books, 195-1. [pág. 266]
152. SHAW, F. J. "The Problem of Acting and the Problem of Becoming," *Journal of Humanistic Psychology*, 1961, 1, 64-69.
153. SHELDON, W. H. *The Varieties of Temperament*. Harper, 1942.
154. SHLIEN, J. M. *Creativity and Psychological Health*. Counselling Center Discussion Paper, 1956, 11, 1-6.
155. ——— "A Criterium of Psychological Health," *Group Psychotherapy*, 1956, 9, 1-18.
156. SINNOTT, E. W. *Matter, Mind and Man*. Harper, 1957.
157. SMILLIE, D. "Truth and Reality from Two Points of View," em Moustakas, C. (org.), *The Self*. Harper, 1956.
- 157a. SMITH, M. B. "Mental Health Reconsidered: A Special Case of the Problem of Values in Psychology," *American Psychology*, 1961, 16, 299-306.
158. SOROKIN, P. A. (org.). *Explorations in Altruistic Love and Behavior*, Beacon Press, 1950.
159. SPITZ, R. "Anaclitic Depression," *Psychoanalytic Study of the Child*, 1946, 2, 313-342.
160. SUTTIE, I. *Origins of Love and Hate*. Londres: Kegan Paul. 1935.
- 160a. SZASZ, T. S. "The Myth of Mental Illness," *American Psychol.*, 1960, 15, 113-118.
161. TAYLOR, C. (org.). *Research Conference on the Identification of Creative Scientific Talent*. University of Utah Press, 1956.
162. TEAD, O. "Toward the Knowledge of Man," *Main Currents in Modern Thought*, novembro de 1955.
163. TILLICH, P. *The Courage To Be*. Yale University Press, 1952.
164. THOMPSON, C. *Psychoanalysis: Evolution and Development*. Grove Press, 1957.
165. VAN KAAM, A. L. *The Third Force in European Psychology — Its Expression in A*

- Theory of Psychotherapy*. Psycho-synthesis Research Foundation, 1960.
166. ——— “Phenomenal Analysis: Exemplified by a Study of the Experience of ‘Really Feeling Understood’”, *Journal of Individual Psychology*, 1959, 15, 66-72.
167. ——— “Humanistic Psychology and Culture,” *Journal of Humanistic Psychology*, 1961, 1, 94-100.
168. WATTS, A. W. *Nature, Man and Woman*, Pantheon, 1958.
169. ——— *This Is It*. Pantheon, 1960.
170. WEISSKOFF, W. “Existence and Values,” em Maslow, A. H. (org.), *New Knowledge of Human Values*. Harper, 1958.
171. WERKER, H. *Comparative Psychology of Mental Development*. Harper, 1940.
172. WERTHEIMER, M. Lições Inéditas proferidas na *New School for Social Research*, 1935-36.
173. ——— *Productive Thinking*. Harper, 1959.
174. WHEELIS, A. *The Quest for Identity*. Norton, 1958.
175. ——— *The Seeker*. Random, 1960.
176. WHITE, M. (org.). *The Age of Analysis*, Mentor Books, 1957.
177. WHITE, R. “Motivation Reconsidered: The Concept of Competence,” *Psychological Review*, 1959, 66, 297-333.
178. WILSON, C. *The Stature of Man*. Houghton, 1959. [pág. 267]
179. WILSON, F. “Human Nature and Esthetic Growth,” em Moustakas, C. (org.), *The Self*. Harper, 1956.
180. ——— Manuscrito inédito sobre Educação Artística.
181. WINTHROP, H. “Some Neglected Considerations Concerning the Problems of Value in Psychology,” *Journal of General Psychology*, 1961, 64, 37-59.
182. ——— “Some Aspects of Value in Psychology and Psychiatry,” *Psychological Record*, 1961, 11, 119-132.
183. WOODGEE, J. *Biological Principles*. Harcourt, 1929.
184. WOODWORTH, R. *Dynamics of Behavior*, Holt, 1958.
185. YOUNG, P. T. *Motivation and Emotion*. Wiley, 1961.
186. ZUGER, B. “Growth of the Individual's Concept of Self,” A.M.A. *American Journal of Diseased Children*, 1952, 83, 719.
187. ——— “The States of Being and Awareness in Neurosis and their Redirection in Therapy,” *Journal of Nervous and Mental Disease*, 1955, 121, 573. [pág. 268]

Bibliografia Adicional

Tal como no caso da bibliografia principal, esta indica, primordialmente, a literatura da Psicologia Humanística, em vez de tentar ser geral, Não me esforcei por incluir os escritos de outras tradições, ainda que as entenda como estando incorporadas na Psicologia Humanística e a ela subordinadas.

Realizei um verdadeiro esforço para manter a bibliografia curta e altamente selecionada. Ela tem agora cerca de metade da extensão original. Consegui isso, em parte, cortando a maioria das referências a artigos do Journal of Humanistic Psychology e da revista Manas, assim como a capítulos diversos das coletâneas organizadas por Bugental (209), Severin (289), Farson (226) e Otto (275). Omiti a maior parte dos meus próprios escritos, mesmo quando eram importantes, dado que existe à disposição do leitor uma bibliografia completa até 1965, a qual está incluída no meu livro Eupsychian Management (261).

188. ADLER, A. *Superiority and Social Interests: A Collection of Later Writings* (H. L. e R. R. Ansbacher, orgs.), Northwestern University Press, 1964.
189. ALLPORT, G. *Pattern and Growth in Personality*. Holt, Rinehart & Winston, 1961.
190. ANGYAL, A. *Neurosis and Treatment*. Wiley, 1965.
191. ARONOFF, J. *Psychological Needs and Cultural Systems*. Van Nostrand, 1967.
192. ASSAGIOLI, R. *Psychosynthesis: A Manual of Principles and Techniques*. Hobbs, Dorman, 1965.
193. AXLINE, V. *Dibs: In Search of Self*. Houghton Mifflin, 1966.
194. BAILEY, J. C. "Clues for Success in the President's Job," *Harvard Business Review*, 1967, 45, 97-104.
195. BARRON, F. *Creativity and Psychological Health*. Van Nostrand, 1963.
196. BENDA, C. *The Image of Love*, Free Press, 1961.
197. BENNIS, W., SCHEIN, E., BERLEW, D. e STEELE, F. (orgs.). *Interpersonal Dynamics*.

- Dorsey, 1964.
198. ——— *Changing Organizations*. McGraw-Hill, 1966.
199. BERNE, E. *Games, People, Play*. Grove Press, 1964.
200. BERTOCCHI, P., e MILLARD, R. *Personality and the Good*. Mc-Kay, 1963. [pág. 269]
201. BLYTH, R. H. *Zen in English Literature and Oriental Classics*. Tóquio, Hokuseido Press, 1942.
202. BODKIN, M. *Archetypal Patterns in Poetry*. Vintage Books, 1958.
203. BOIS, J. S. *The Art of Awareness*. Wm. C. Brown, 1966.
204. BONNER, H. *Psychology of Personality*. Ronald, 1961.
205. ——— *On Being Mindful of Man*. Houghton Mifflin, 1965.
206. BRADFORD, L. P., GIBB, J. R., e BENNE, K. D. (orgs.), *T-Group Theory and Laboratory Method*. Wiley, 1964.
207. BROHOWSKI, J. *The Identity of Man*. Natural History Press, 1965.
208. ——— *The Face of Violence*. World, 1967.
209. BUGENTAL, J. *The Search for Authenticity*. Holt, Rinehart & Winston, 1965.
210. ——— (org.), *Challenges of Humanistic Psychology*. Mc-Graw-Hill, 1967.
211. BUHLER, C. *Values in Psychotherapy*. Free Press, 1962.
212. ——— e MASSARIK, F. (orgs.), *Humanism and the Course of Life: Studies in Goal-Determination*. Springer, 1967.
213. BURROW, T. *Preconscious Foundations of Human Experience*. (W. E. Galt, org.), Free Press, 1964.
214. CAMPBELL, J. *The Hero With a Thousand Faces*. Meridian Books, 1956.
215. CANTRILL, H. "The Human Design," *Journal of Individual Psychology*, 1964, 24, 129-136.
216. CARSON, R. *The Sense of Wonder*. Harper & Row, 1965.
217. CLARK, J. V. "Motivation in Work Groups: A Tentative View," *Human Organization*, 1960, 19, 199-208.
218. ——— *Education for the Use of Behavioral Science*. University of California, Los Angeles, Institute of Industrial Relations, 1962,
219. CRAIG, R. "Trait Lists and Creativity," *Psychologia*, 1966, 9, 107-110.
220. DABROWSKI, K. *Positive Desintegration*. Little, Brown, 1964.
221. DAVIES, J. C. *Human Nature in Politics*. Wiley, 1963.
222. DEIKMAN, A. "Implications of Experimentally Induced Contemplation Meditation," *J. of Nervous and Mental Disease*, 1966, 142, 101-116.

223. DE MARTINO, M. (org.), *Sexual Behavior and Personality Characteristics*. Grave Press, 1963.
224. ELIADE, M. *The Sacred and the Profane*. Harper & Row, 1961.
225. FARROW, E. *Psychoanalyze Yourself*. International Universities Press, 1942.
226. FARSON, R. E. (org.). *Science and Human Affairs*. Science & Behavior Books, 1965.
227. Esalen Institute. *Residential program Brochure*, Big Sur, California, 1966.
228. FRANKL, W. *Psychotherapy and Existentialism*. Washington Square Press, 1967.
229. FROMM, E. *The Hearth of Man*. Harper & Row, 1964.
230. GARDNER, J. *Self-Renewal*. Harper & Row, 1963. [pág. 270]
231. GIBB, J. R., e L. M. *The Emergent Group: A Study of Trust and Freedom* (no prelo).
232. GLASSER, W. *Reality Therapy*. Harper & Row, 1965.
233. GREENING, T., e COFFEY, H. "Working with an 'Impersonal' T-Group," *Journal of Applied Behavior Science*, 1966, 2, 401-411.
234. GROSS, B. *The Managing of Organizations* (2 volumes). Free Press, 1964.
235. HALMOS, P. *The Faith of the Counsellors*. Londres: Cons-table, 1965.
236. HARPER, RALPH. *Human Love; Existential and Mystical*. Johns Hopkins Press, 1966.
237. HARTMAN, R. S. *The Structure of Value: Foundation of Scientific Axiology*. South Illinois University Press, 1967.
238. HAUSER, R., e H. *The Fraternal Society*, Random House, 1963.
239. HERZBERG, F. *Work and the Nature of Man*. World, 1966.
240. HORA, T. "On Meeting a Zen-master Socially," *Psychologia*, 1961, 4, 73-75.
241. HORNEY, K. *Self-Analysis*. Norton, 1942.
242. HUGHES, P. *An Introduction to Psychology*. Leigh University Press, *Supply Bureau*, 1928.
243. HUXLEY, A. *Grey Eminence*. Meridian Books, 1959.
244. ——— *Island*, Bantam Books, 1963.
245. HUXLEY, L. *You Are Not the Target*. Farrar, Straus & Giroux, 1963.
246. ISHERWOOD, M. *Faith Without Dogma*. G. Allen & Unwin, 1964.
247. JOHNSON, R. C. *Watcher on the Hills*. Harper & Row, 1959.
248. JONES, R. (org.), *Contemporary Educational Psychology: Selected Essays*. Harper Torchbooks, 1966.

249. JOURARD, S. M. *The Transparent Self: Self-Disclosure and Well-Being*. Van Nostrand, 1964.
250. KAUFMAN, W. (org.), *The Portable Nietzsche*. Viking, 1954.
251. KOESTLER, A. *The Lotus and the Robot*. Londres: Hutchinson, 1960.
252. KURILOFF, R. *Reality in Management*. McGraw-Hill, 1966.
253. LAING, R. *The Divided Self*. Penguin Books, 1965.
254. LAO TSU. *The Way of Life*. Mentor Books, 1955.
255. LASKI, M. *Ecstasy*. Indian University Press, 1962.
256. LOWEN, A. *Love and Orgasm*. Macmillan, 1965.
257. MALAMUD, D., e MACHOWER, S. *Toward Self-Understanding*. Thomas, 1965.
258. MANUEL, F. *Shapes of Philosophical History*. Stanford University Press, 1965.
259. MASLOW, A. H. "Synergy in the Society and in the Individual," *Journal of Individual Psychology*, 1964, 20, 153-164.
260. ——— *Religions, Values and Peak-Experiences*. Ohio State University Press, 1964.
261. ——— *Eupsychian Management: A Journal*. Irwing-Dorsey, 1965.
262. ——— *The Psychology of Science: A Reconnaissance*. Harper & Row, 1966.
263. MATSON, F. *The Broken Image*. Braziller, 1964. [pág. 271]
264. MAY, R. *On Will* (no prelo).
265. MCCURDY, H. G. *The Personal World*. Harcourt, Brace & World, 1961.
266. MCGREGOR, D. *The Human Side of Enterprise*. McGraw-Hill, 1960.
267. ——— *The Professional Manager*. (W. G. Bennis e C. McGregor, orgs.). McGraw-Hill, 1967.
268. MORGAN, A. E. *Search for Purpose*. Yellow Springs, Ohio, Community Service Inc., 1957.
269. MOUSTAKAS, c. *Creativity and Conformity*. Van Nostrand, 1967.
270. ——— *The Authentic Teacher*. Doyle, 1966.
271. MOWRER, o. H. *The New Group Therapy*. Van Nostrand, 1964.
272. MUMFORD, L. *The Conduct of Life*. Harcourt, Brace, 1951.
273. MURRAY, H. A. "Prospect for Psychology," *Science*, 11 de maio de 1962, 483-488.
274. NEILL, A. S. *Summerhill*. Hart, 1960.
275. OTTO, H. (org.). *Exploration in Human Potentialities*. C. C. Thomas, 1966.
276. OTTO, H. *Guide to Developing Your Potential*. Scribner's, 1967.
277. OWENS, C. M. *Discovery of the Self*. Christopher, 1963.

278. POLANYI, M. *Science, Faith and Society*. University of Chicago Press, 1964.
279. ——— *Personal Knowledge*. University of Chicago Press, 1958.
280. ——— *The Tacit Dimension*. Doubleday, 1966.
281. REICH, W. *The Function of the Orgasm*. Noonday Press, 1942.
282. RITTER, P., e J. *The Free Family*. Londres: Gollancz, 1959.
283. ROGERS, C. “Actualizing Tendency in Relation to Motives and to Consciousness,” em M. R. Jones (org.), *Nebraska Symposium on Motivation, 1963*. University of Nebraska Press, 1963.
284. ROSENTHAL, R. *Experimenter Effects in Behavioral Research*. Appleton-Century, 1966.
285. SANDS, B. *The Seventh Step*. New American Library, 1967.
286. SCHUMACHER, E. F. “Economic Development and Poverty,” *Manas*, 15 de fevereiro de 1967, 20, 1-8.
287. SCHUTZ, W. *Joy*. Grove Press, 1967.
288. SEGUIS, C. A. *Love and Psychotherapy*. Libra, 1965.
289. SEVERIN, F. (org.), *Humanistic Viewpoint in Psychology*. McGraw-Hill, 1965.
290. SHELDON, W. H. *Psychology and the Promethean Will*. Harper & Row, 1936.
291. SHOSTROM, E. *Personal Orientation Inventory (POI): A Test of Self-Actualization*. San Diego, California, Educational and Industrial Testing Services, 1963.
292. STEINBERG, S. *The Labyrinth*. Harper & Row, 1960.
293. STEINZOR, B. *The Healing Partnership*. Harper & Row, 1967.
294. SUTICH, A. “The Growth-Experience and the Growth-Centered Attitude,” *Journal of Psychology*, 1949, 28, 293-301. [pág. 272]
295. SYKES, G. *The Hidden Remnant*. Harper & Row, 1962.
296. TANZER, D. *The Psychology of Pregnancy and Childbirth: An Investigation of Natural Childbirth*. Tese de Doutorado em Filosofia, Brandeis University, 1967.
297. THORNE, F. C. *Personality*. Journal of Clinical Psychology Publishers, 1961.
298. TILLICH, P. *Love, Power and Justice*. Oxford University Press, 1960.
299. TORRANCE, E. T. *Constructive Behavior*. Wadsworth, 1965.
300. VAN KAAM, A. *The Art of Existential Counselling*, Dimension Books, 1966.
301. WEISSKOPF, W. “Economia Growth and Human Well-Being,” *Manas*, 21 de agosto de 1963, 16, 1-8.
302. WHITE, R. (org.), *The Study of Lives*. Atherton Press, 1964.
303. WHITEHEAD, A. N. *The Aims of Education*. Mentor Bros., 1949.

304. ——— *Adventures of Ideas*. Macmillan, 1933.
305. WIENPAHL, P. *The Matter of Zen*. New York University Press, 1964.
306. WILSON, C. *Beyond the Outsider*. Arthur Barker, Ltd., 1965.
307. ——— *Introduction to the New Existentialism*. Houghton Mifflin, 1967.
308. WOLFF, W. *The Expression of Personality*. Harper & Row, 1943.
309. WOOTTON, G. *Workers, Unions and the State*. Schocken, 1967.
310. YABLONSKI, L. *The Tunnel Back: Synanons*. Macmillan, 1965.
311. ZINKER, J. *Rosa Lee: Motivation and the Crisis of Dying*. Lake Erie College Studies, 1966. [pág. 273]

Addendum: a Rede Eupsiquiana:

Isto é uma lista de endereços que organizei para minha própria conveniência. Chamo-lhe Rede Eupsiquiana porque todos esses grupos, organizações e revistas estão interessados em ajudar o indivíduo para uma condição mais plenamente humana, a sociedade a evoluir no sentido da sinergia e da saúde, e todas as sociedades e todos os povos tornarem-se um mundo e uma espécie. A esta lista pode ser dado o nome de “rede” porque as filiações sobrepõem-se consideravelmente e porque essas organizações e esses indivíduos compartilham, em maior ou menor grau, da perspectiva humanística e transumanística da vida, mesmo antes da confirmação dessa perspectiva. Incluí apenas os nomes com os quais estou relacionado, de algum modo, ou sobre os quais sei alguma coisa, sendo por demais óbvio que esta lista reflete os meus gostos e interesses. Sei muito pouco a respeito de alguns deles, pelo que uma recomendação não está necessariamente implícita.

ESALEN INSTITUTE (Mike Murphy, Presidente).
Big Sur Hot Springer, Big Sur, California, 93920
Escritório de São Francisco: P. O. Box 31389, São Francisco, Calif.

AMERICAN ASSOCIATION OF HUMANISTIC PSYCHOLOGY (John Levy, Diretor).
584 Page Street, São Francisco, California, 94117.
Publicação: *Journal of Humanistic Psychology* (Tony Sutich, Diretor) , 2637 Marshall Drive, Palo Alto, California.

N. T. L. INSTITUTE FOR APPLIED BEHAVIORAL SCIENCE (Leland Bradford, Diretor).
1201, 16th Street, NW, Washington, DC, 20036.
Publicação: *Journal of Applied Behavioral Science*. Dirige centros de treinamento e escolas de grupos T, grupos de encontro básico, grupos de crescimento pessoal etc.

WESTERN BEHAVIORAL SCIENCES INSTITUTE
(Richard Farson, Diretor). 1150 Silverado, La Jolla, California, 92037. [pág. 275]

PSYCHOSYNTHESIS RESEARCH FOUNDATION

(Frank Hilton, Biretor).

Sala 314, 527 Lexington Avenue, Nova York, N. Y., 10017.

INTERNATIONAL FOUNDATION POR PSYCHOSYNTHESIS

(Robert Gerard, Presidente).

Suite 901, Linde Medical Plaza, 10921, Wilshire Boulevard,
Los Angeles, California, 90024.

KAIROS

(Bob Driver, Presidente).

P. O. Box. 350, Rancho Santa Fé, California, 92067. Tem ligações com Esalen.

AMERICAN HUMANIST ASSOCIATION

(Tolbert McCarroll, Diretor).

125 El Camino del Mar, São Francisco, California.

Publicação: *Humanist*. Grupo de Jovens Patrocinado: HSUNA.

AMERICAN ETHICAL UNION

(Howard Redest, Diretor Executivo).

2 West 64th Street, Nova York, N. Y., 10023.

Publicações: *Ethical Forum*; *Ethical Foundations*. Patrocina grupos de jovens.

THOMAS JEFFERSON RESEARCH CENTER

(Frank Goble, Presidente).

1143 N. Lake Avenue, Pasadena, California, 91104.

Publicação: Boletim.

FOUNDATION FOR INTEGRATIVE EDUCATION

(Frite Kunz, Diretor).

777 U. N. Plaza, Nova York, N. Y., 10017.

Publicação: *Main Currents in Modern Thoughts*.

INTERNATIONAL SOCIETY FOR GENERAL SEMANTICS

540 Powell Street, São Francisco, California, 94108.

Publicação: *ETC* (Diretor: S. I. Hayakawa).

UNITARIAN-UNIVERSALIST ASSOCIATION

78 Beacon Street, Boston, Mass., 02108. Patrocina grupos de jovens: Liberal Religious Youth (LRY).

UNITED WORLD FEDERALISTS

(Arnold Zander, Presidente).

1346 Connecticut Avenue, N. W., Washington, D.C., 20036.

FELLOWSHIP OF RELIGIOUS HUMANISTS

(Ed. Wilson, Diretor).

105 W. North College Street, Yellow Springs, Ohio, 45387.

Publicação: *Religious Humanism*.

MANAS (revista semanal).

P. O. Box 32112, El Sereno Station, Los Angeles, Califórnia, 90032.

EXPLORATIONS (um jornal humanístico).
P. O. Box 1254, Berkeley, California, 94701. [pág. 276]

INTERNATIONAL CORPORATION COUNCIL
21002 Avenue San Luis, Woodland Hills, California, 92364.
Publicação: *Challenge*.
Conferência sobre Ciência e Religião, no mesmo endereço.

PHILOSOPHICAL RESEARCH SOCIETY
(Henry Drake, Diretor).
3910 Los Feliz Boulevard, Los Angeles 27, California.

VIEWPOINTS INTITUTE
(Ethel Longstreet, Diretor Executivo).
1424 Edris Drive, Los Angeles, California, 90035.

NATIONAL CENTER FOR EXPLORATION OF HUMAN POTENTIAL
(Herbert Otto e John Mann, Diretores).
Stone-Brandel Center, 1439 S. Michigan Avenue, Chicago, Illinois, 60605.

“THEORY Y MANAGEMENT GROUP”.

Indivíduos de importantes departamentos de Administração de Empresas, como a Harvard Business School, M.I.T., U.C.L.A., universidades de Buffalo, Yale, Michigan etc. Por exemplo, Warren Bennis, Chris Argyris, Bob Tannebaum, Ren Likert, Ed Schein, Jim Clark etc. Sem organização formal, até onde me foi dado saber. Bastante sobreposição com a NTL.

Manual: *Human Side of the Enterprise*, de D. McGregor.

COMMUNITY SERVICE, INC.
(Arthur E. Morgan, presidente). Yellow Springs, Ohio.

Agricultores orgânicos. Pessoas antipesticidas, como Rachel Carson. Alimentos naturais. Pessoas contra alimentos refinados. Ecologistas. Sierra Club etc. Sociedades Audubon. Protetores da Natureza. Conservacionistas.

Reformadores sexuais individuais, como Bob Rimmer, Alexander Lowen, M. de Martino, vários reichianos. Sem organização formal, até onde sei.

Vários indivíduos que se dedicam a desmascarar a arte “chique” ou “postixa”; contra a fragmentação, o desespero, o niilismo, a fealdade etc; em favor da arte eupsiquiana: contra a arte como “moda” ou, simplesmente, um negócio, como publicidade ou como mera novidade.

Pessoas que defendem o autogoverno, a regulação pessoal.
Summerhill: *Free Family*, de Ritter. Parto natural. Hospitais “live-in” para bebês.
Autogoverno para crianças etc. Sabedoria do corpo, da Natureza.

SYNANON
(Chuck Dederich, Diretor).
1351 Pacific Coast Highway, Santa Monica, California, 90401.

DAYTOP LODGE

(David Deitch, Diretor).

450 Bayview Avenue, Prince's Bay, Staten Island, N. Y., 10309. [pág. 277]

SEVENTH STEP (em prisões). Não tenho o endereço. Métodos semelhantes aos da Synanon, descritos em *The Seventh Step*, de Bill Sand, New American Library, 1967.

WOMEN'S TALENT CORPS e COLLEGE OF HUMAN RESOURCES

(Audrey Cohen, Diretor).

346 Broadway, Nova York, N. Y.

LSD "grads". Indivíduos que obtiveram proveito e se desenvolveram a partir de experiências psicodélicas. Não estão organizados.

Sociólogos, economistas, antropólogos, cientistas políticos e filósofos humanistas. Conheço indivíduos, mas ignoro se estão organizados ou se eles se conhecem uns aos outros.

Nudistas utópicos e eupsiquianos. Não conheço muita coisa sobre estes indivíduos ou grupos, mas sei de alguns que não consideram o nudismo uma panacéia ou um fim em si mesmo, mas, antes, um passo no caminho do desenvolvimento pessoal e da saúde física e psicológica.

Associação da Educação Humanística. Se não existe nenhuma deveria existir.

INSTITUTE OF THERAPEUTIC PSYCHOLOGY

(Everett Shostrom, Diretor).

205 West 20th Street, Santa Ana, California, 92706.

A gente do "corpo". Reichianos, A. Lowen, Ida Rolf. A "conscientização do corpo", de Bernie Gunther. O adestramento e terapia dança-ritmo-expressão.

Laboratórios de Crescimento Pessoal e Grupos de Encontro Básico. O trabalho de Bill Schutz em Esalen; Colégio Estadual de Sonoma; W.B.S.I.; NTL; Institutos em vários centros nos Estados Unidos e outros países.

Editores. Clubes do Livro, de orientação humanística e transpessoal. Grupos de debate de "Grandes Livros". Escolas de correspondência. Biblioterapia. Livrarias para livros, revistas e folhetos humanísticos etc. (Estas deveriam existir, mas ainda não existem. Deveria haver um jornal chamado *Assent*.)

"Estabelecimento Educacional Paralelo". Todas as escolas fora dos sistemas convencionais de escolas públicas. "Colégios livres", extraterritoriais, dirigidos pelos estudantes. Várias escolas particulares que realizam experiências com educação "progressiva", ou "livre" ou tipo-Summerhill etc.

O projeto "Educação para o Futuro", de Willis Harman, no Instituto de Pesquisas de Stanford.

CONSUMERS UNION OF THE UNITED STATES

256 Washington Street, Mt. Vernon, N. Y., 10550.

Publicação: *Consumeis Report*. [pág. 278]

THE CENTER LETTER
(Barbara Hubbard, Diretora).
Lakeville, "Connecticut.

LEICESTERSHIRE SCHOOLS, na Inglaterra. A única que conheço nos Estados Unidos é a *Fayerweather Street School* (Matt Judson, Diretor).
P. O. Box 287, Cambridge, Massachusetts, 02138.

TOPANGA HUMAN DEVELOPMENT CENTER
(Robert Sangster, Presidente).
Suite 251, 1901 Avenue of the Stars, Los Angeles, Calif., 90067; ou ao cuidado de Mary Miller, 1145 North Old Topanga Road, Topanga, California, 90920. Em ligação com Esalen.

Humanistic Judaism (revista editada pelo Rabino Sherwin Wine). 6435 Telegraph Road, Birmingham, Michigan, 48010.

SCHOOL OF LIVING
(Mildred Loomis, Diretor).
Lane's End Homestead, Brookville, Ohio, 45309. Volta a terra e às pequenas comunidades fraternais. Descentralistas. Thoreauvianos.

GRENVILLE CLARK INSTITUTE FOR WORLD LAW
(George C. Holt, Diretor).
Woodstock, Connecticut, 06281.

UNITED WORLD ACADEMY AND FELLOWSHIP
(Aly Wassil, Presidente).
1642 N. Sierra Bonita, Los Angeles, California, 90046.

WORLD INSTITUTE COUNCIL
(Julius Stulman, presidente).
777 u. N. Plaza, Nova York, N. Y., 10017.

INSTITUTE FOR BIOENERGETIC ANALYSIS
71 Parke Avenue, Nova York, N. Y., 10016.

MORENO INSTITUTE
(J. L. Moreno, Diretor).
259 Wolcott Avenue, Beacon, N. Y., 12508.

SOCIETY FOR THE STUDY OF NORMAL PSYCHOLOGY
Colet House, 151 Talgarth Road, Londres W. 14, Inglaterra.

SHALAL INSTITUTE
a/c Vancouver Central YMCA, 955 Burrard Street, Vancouver, British Columbia, Canadá. Em ligação com Esalen.

OASIS-MIDWEST CENTER FOR HUMAN POTENTIAL
3542 Kimball Avenue, Chicago, Illinois, 60618. Em ligação com Esalen.

INSTITUTE OF MAN
(Fr. Adrian van Kaam, Diretor).
Duquesne University, Pittsburgh, Pa.
Publicação: *Humanitas*. [pág. 279]



http://groups.google.com/group/Viciados_em_Livros

<http://groups.google.com/group/digitalsource>

coleção *anima*

PRÓXIMOS LANÇAMENTOS:

Entrevista com Jung / Richard Evans

O que é a Fenomenologia? / Andre Dartigues

Comunicação de Massa,

Análise de Conteúdo / Albert Kientz



eldorado

LIVRARIA ELDORADO TIJUCA Ltda.

Rua Conde de Bonfim, 422 loja K

Rio de Janeiro, Gb