

MATRIXOLOGIA

FILOSOFIA, AUTOCONHECIMENTO E AUTORREALIZAÇÃO

2ª EDIÇÃO



JÚLIO CÉSAR DE CASTRO FERREIRA



Matrixologia é uma metáfora do processo de despertar da consciência para o caminho da autorrealização, utilizando o filme *The Matrix* como plataforma, que por sua vez é recheado com simbologias filosóficas e religiosas propositadamente inseridas.



O livro é um guia para aqueles que compreenderam a importância de desconectar-se da grande Matrix que vivemos e, verdadeiramente desejam vivenciar um processo de desenvolvimento pessoal e encontrar a sua real missão de vida.



Abordando a principal mensagem do filme, a leitura desafia o leitor a rever os seus conceitos e crenças do que é real ou fundamental em sua própria visão de mundo, e aponta direções para o processo de autoconhecimento e descobrimento da sua missão pessoal, para que seja possível a tão almejada autorrealização.



Matrixologia mostra com muita clareza como todos nós podemos ser “o escolhido”, representado no filme pelo personagem Neo, apresentando direções concretas para alcançar este objetivo. Trata-se de uma leitura que pode desencadear um intenso processo de transformação pessoal.

Bem-vindo ao mundo real!

Nébadon Produtora e Editora Ltda

Quadra 207, Lt 5/7, 803-B, Águas Claras, Brasília/DF

CEP: 71.296.250 | Tel.: (61) 3543-4956

www.produtoranebadon.com.br

Autor

Júlio César de Castro Ferreira

Colaboração

Luiz Antônio Pippi (Alemão)

Paulinho Uda

Capa, projeto gráfico e diagramação

Daiana Araújo Martins

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

1ª edição, 2004.

F383l Ferreira, Júlio César de Castro

Matrixologia [recurso eletrônico]: filosofia, autoconhecimento e autorrealização
/ Júlio César de Castro Ferreira. – 2.ed. – Brasília, DF: Nébadon, 2016.

181 p. ; 3,70 MB ; ePUB

ISBN 978-85-913733-1-4

1. Teoria do autoconhecimento. 2. Autorrealização (Psicologia). 3. Vida espiritual - I. Nébadon. II. Título: Matrixologia: filosofia, autoconhecimento e autorrealização. III. Ferreira, Júlio César de Castro.

CDD 158.1

CDU 159.947

© Editora Nébadon, 2016

Todos os direitos reservados. Permissão escrita deve ser obtida da editora para usar ou reproduzir qualquer parte deste livro, exceto citações breves em críticas, revistas ou artigos.

ハエアエヤヨライヲケキヨスエアエヤヨ
ヨスエアエヤヨライヲケキヨスエアエヤヨライヲケキ

ヲイヲケキヨスエアエヤヨライヲケキヨスエア

キヨスエアエヤヨライヲケキ

ハエアエヤヨライヲケキヨスエア

アエヤヨライヲケキヨスエア

エヤヨライヲケキヨス

ヨスエアエヤヨライヲケキヨスエア

ハエアエヤヨライヲケキヨス

ヨライヲケキヨスエア

エヤヨライヲケキ

ハエアエヤヨライヲケキ

ヲイヲケキヨスエアエヤヨ

ヤヨライヲケキヨ

ヨスエア

ヲケキヨスエ

ヲケキヨスエアエヤヨ

ハエアエヤヨライヲケキヨスエ

ヤヨライヲケキヨスエア

イヲケキヨスエア

キヨスエアエヤヨライヲケ

ヲケキヨスエアエヤヨ

ハエアエヤヨライ

エヤヨライヲケキヨスエ

ヤヨライヲケキヨス

ヨスエアエヤヨライヲケキヨス

ハエアエヤヨライヲケキヨスエア

エヤヨライヲケキヨスエア

エヤヨライヲケキヨスエア

エヤヨライヲケキヨスエア

エヤヨライヲケキヨスエア

エヤヨライヲケキヨスエア

Dedicatória

Dedico esta obra à todos que estão em busca da verdade sobre si e sobre o seu próprio mundo. Aos que querem curar-se, desenvolver-se e serem verdadeiramente felizes. Que desejam viver com equilíbrio, estabelecer relacionamentos harmoniosos e compreender melhor as leis que regem o nosso mundo. Àqueles que sentem a existência de uma missão de vida que sobrepõe as metas impostas por um mundo materialista, egoísta e doente.

ハ エア エヤ ヨライ ヲケキ ヨス エア エヤ ヨラ
ヨス エア エヤ ヨライ ヲケキ ヨス エア エヤ ヨライ ヲケキ

フイ ヲケキ ヨス エア エヤ ヨライ ヲケキ ヨス エア

キ ヨス エア エヤ ヨライ ヲケキ

ハ エア エヤ ヨライ ヲケキ ヨス エア

ア エヤ ヨライ ヲケキ ヨス エア

エ ヤ ヨライ ヲケキ ヨス

ヨス エア エヤ ヨライ ヲケキ ヨス エア

ハ エア エヤ ヨライ ヲケキ ヨス

ヨライ ヲケキ ヨス エア

エ ヤ ヨライ ヲケキ

ラ イ ヲケキ ヨス エア エヤ ヨラ

ヨス エア

ヤ ヨライ ヲケキ

ヨス エア

ラ ケキ ヨス

ラ ケキ ヨス エア エヤ ヨラ

ハ エア エヤ ヨライ ヲケキ ヨス

ヤ ヨライ ヲケキ ヨス エア

イ ヲケキ ヨス エア

キ ヨス エア エヤ ヨライ ヲケ

ラ ケキ ヨス エア エヤ

ハ エヤ ヨライ

ハ エヤ ヨライ ヲケキ ヨス

ハ エヤ ヨライ ヲケキ ヨス

ヨス エア エヤ ヨライ ヲケキ ヨス

ハ エヤ ヨライ ヲケキ ヨス

ヨス エア エヤ ヨライ ヲケキ ヨス

ハ エヤ ヨライ ヲケキ ヨス エア

ハ エヤ ヨライ ヲケキ ヨス エア

ハ エヤ ヨライ ヲケキ ヨス エア

ハ エヤ ヨライ ヲケキ ヨス

Agradecimentos

Agradeço inicialmente a inspiração recebida para a materialização dessa obra, que atribuo a uma Força Superior, que podemos chamar de Deus. Agradeço a todas as pessoas que fizeram parte do meu caminho de desenvolvimento, como familiares e amigos, porém agradeço especialmente a duas pessoas: Ao amigo e irmão Luiz Pippi (Alemão), que teve grande influência e prestou um inestimável apoio para a publicação da primeira edição; à minha esposa Daiana Martins, que incentivou e auxiliou diretamente na publicação desta segunda edição. Amo vocês!

Sumário

Introdução	10
I. O mito do herói. O simbolismo do autoconhecimento e da autorrealização	12
a. Conceito de autorrealização	14
II. A inquietação pela verdade	22
III. A Verdade encontra Neo	27
IV. O primeiro encontro com os agentes. O medo da mudança	31
V. Encontrando Morpheus. O medo de não ter o controle	38
VI. A principal metáfora de Matrix	40
VII. Desconectando da Matrix	44
a. O despertar da consciência	45
b. O caminho da auto-observação – Metáfora do espelho	47
c. Sonho ou realidade?	49
d. Crença e conhecimento	51

VIII.	Paralelo entre Matrix e Maya	55
	a. O Ego e a relação com Maya	56
	b. Níveis de consciência	60
	c. O apego pela ilusão e o medo do desconhecido	62
IX.	O treinamento	66
	a. As artes marciais e a disciplina	67
	b. Mente sobre a matéria	71
	c. Todos caem na primeira vez	75
	d. Qualquer pessoa ainda conectada à Matrix pode ser um agente	76
	e. A negação do mal	78
X.	A traição de Cypher e os desafios dos despertados	81
XI.	O oráculo	84
	a. A importância do desapego	84
	b. Mente sobre a matéria II	87
	c. Onde menos se espera, ali está a sabedoria. A aparência do Oráculo	90
	d. O medo da responsabilidade de ser o escolhido	91
	e. Equilibrando as atitudes	98
XII.	O resgate à Morpheus. Vivendo as sincronicidades e desenvolvendo a intuição	104
	a. Há uma diferença entre conhecer o caminho e percorrer o caminho	112

XIII. Neo enfrenta os agentes. A morte da antiga personalidade	114
a. Relacionamentos familiares	124
b. Relacionamento conjugal	128
c. Relacionamentos fraternais	130
d. Relacionamentos profissionais	131
e. Relacionamento consigo mesmo	133
XIV. Neo torna-se o escolhido. Uma metáfora da autorrealização	136
XV. O encontro com a missão pessoal	138
Conclusão	141
Anexo	144
I. Inconsciente coletivo	144
II. Arquétipos	146
III. Máscaras	147
IV. Mecanismos de defesa do Ego	164
V. Prazeres e vícios sociais	170
VI. Mecanismos de controle do Ego	172
Bibliografia	179

Desta forma o conteúdo dos filmes não nasceu tão somente da criatividade de seus autores, mas de uma fonte de conhecimento milenar.

O filme é repleto de simbolismos ocultos, referências filosóficas e religiosas que fomentaram muitas discussões, livros e estudos pelo mundo, incluindo essa obra cuja primeira edição foi lançada em 2004. Esta segunda edição é revisada e aprimorada, porém, a essência foi mantida e neste livro estaremos focando especificamente no tema que acredito ser central no filme, que é o processo de despertar da consciência para questões que estão além da rotina normal. Questões que provocam o processo de busca pela verdade, autoconhecimento e desenvolvimento pessoal rumo à autorrealização.

É fato incontestável que o filme *The Matrix* pode ser interpretado de várias formas diferentes, porém a minha expectativa é que algumas pessoas possam se identificar com o conteúdo desse livro e encontrar o seu próprio caminho de autoconhecimento e autorrealização.

Gostaria de deixar claro que para uma melhor compreensão deste livro, é fundamental que o filme seja assistido antes. Também é interessante que seja assistido novamente algum tempo depois.

Bem-vindo ao mundo real!

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ
ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ
フ イヲ ケキ ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア
キ ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア
ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア
ア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア
エ ヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス
ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア
ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス
ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア
エ ヤ ヨヲ イヲ ケキ
ラ イヲ ケキ ヨス エア エヤ ヨヲ
ヤ ヨヲ イヲ ケキ
ヨス エア
フ ケキ ヨス エ
ラ ケキ ヨス エア エヤ ヨヲ
ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エ
ヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア
イ ヨケキ ヨス エア エ
キ ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケ
ラ ケキ ヨス エア エヤ
ハ エア エヤ ヨヲ イヲ
ヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス
ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス
エ ア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア エ
イ ヨケキ ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス
ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア
エ ヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス

I. O mito do herói. O simbolismo do autoconhecimento e da autorrealização

Voltando a falar sobre os mitos que são abordados em *The Matrix*, vamos citar em especial o mito principal do filme, o *mito do herói*, ou *a jornada do herói*. Este conceito foi introduzido pelo renomado antropólogo Joseph Campbell em 1949, por intermédio do livro “O herói de mil faces”. Campbell observou que existia uma jornada cíclica presente em mitos pelo mundo, um conceito também nomeado de *monomito*.

O “mito do herói” pode ser encontrado nas mais variadas culturas, lendas, ou fatos reais, antigos ou contemporâneos, fazendo referência a um herói, que em alguns casos tem sua vinda profetizada. Um herói que luta para libertar os demais de algum tipo de domínio, vivendo uma fundamental missão que visa o benefício de todos. Uma jornada que acaba lhe proporcionando grande evolução pessoal, libertando-o de vários medos e limitações.

Inicialmente o herói vive em um ambiente comum, normal, como as demais pessoas, levando uma vida de rotinas e padrões, sem aventuras ou estímulos existenciais. Porém, subitamente vê-se envolvido em uma nova jornada, que força uma mudança de cenário, conduzindo o herói a uma fantástica e excitante aventura.

Um bom exemplo cinematográfico é o filme Guerra nas Estrelas (Star Wars), onde Luke Skywalker representa esse herói que está prestes a iniciar essa grande aventura, vivendo na fazenda de seu tio, uma vida comum e sem graça, até que envolve-se em uma aventura contra o poderoso império intergaláctico.

Outro bom exemplo de um *mito do herói* lendário, que já existe há séculos, são os 12 trabalhos de Hércules, originado na mitologia grega. O herói enfrentou a ira dos deuses e lutou contra seres horríveis para transcender a sua condição de simples mortal. Hércules não aceitava a imperfeição da condição humana e saiu em busca de algo maior, transcendental. Os desafios que Hércules teve que enfrentar são metáforas das diversas fases do processo de desenvolvimento interior.

Estes podem ser divididos em quatro etapas:

- 1ª – Superação da violência e dos vícios e criação de limites;
- 2ª – Descoberta de talentos, purificação da mente e do corpo e transformação de instinto em intuição;
- 3ª – Domínio da sexualidade e da arte de amar;
- 4ª – Desapego e conquista da espiritualidade.

Em resumo, o arquétipo do herói é uma metáfora do processo de despertar da consciência e desenvolvimento pessoal rumo à autorrealização, que todos estão destinados a passar. O herói representa cada indivíduo que parte nessa fantástica jornada de desvendamento da verdade, deixando para trás as “seguranças” das velhas “certezas”, para se aventurar em um novo universo, onde terá que enfrentar desafios que proporcionarão a superação dos próprios medos e bloqueios, resultando em novos conhecimentos e estados

avançados de consciência. Podemos dividir em alguns tópicos como é geralmente estruturada uma história com base no mito do herói:

- 1 – O Herói é apresentado no mundo comum, onde recebe um chamado à aventura.
- 2 – Primeiro recusa o chamado, mas num encontro com o mentor é encorajado a fazer a travessia do primeiro limiar e entrar no mundo especial, onde encontra testes, inimigos e aliados.
- 3 – Na aproximação da caverna oculta, cruza um segundo limiar onde enfrenta a provação suprema.
- 4 – Ganha sua recompensa, mas é perseguido no caminho de volta ao mundo comum.
- 5 – Cruza então o terceiro limiar, experimenta uma ressurreição e é transformado pela experiência.
- 6 – Chega então o momento do retorno com o elixir, a benção ou o tesouro que beneficia o mundo comum.

Em *The Matrix*, toda a trama gira em torno deste mito, que conta a saga de Neo, o *predestinado/escolhido* profetizado pelo Oráculo. Na trama ele precisa passar por diversas provas desafiadoras até cumprir sua missão pessoal que beneficiará toda a humanidade, levando-o à autorrealização ou iluminação.

a. Conceito de autorrealização

Autorrealização é um termo que está diretamente relacionado com o conceito “iluminação”, originada na filosofia oriental, que refere-se ao indivíduo que atingiu um determinado estado de elevação da

consciência, ao ponto de cessar os seus conflitos internos e fluxo de sofrimento. Um verdadeiro mestre de sua própria mente. Um indivíduo de personalidade equilibrada e com sucesso em viver a felicidade plena.

Dentro das filosofias orientais, o que inclui budismo, hinduísmo, taoísmo e algumas outras, o iluminado é considerado santificado, um mestre que pode ajudar outras pessoas a encontrarem a mesma iluminação.

A partir da perspectiva científica, o termo autorrealização surgiu inicialmente na psicologia humanista e foi mais difundido pela psicologia transpessoal, considerada a quarta força da psicologia.

Na base do conceito de autorrealização está a teoria da *Hierarquia de Necessidades*, criada por Maslow, que foi dividida em cinco níveis:

- 1ª – Necessidades fisiológicas - ar, água, comida e sexo;
- 2ª – Necessidades de segurança e estabilidade;
- 3ª – Necessidades de amor e pertencimento;
- 4ª – Necessidades de estima;
- 5ª – Necessidade de autorrealização.

As necessidades básicas

- 1 – Necessidades fisiológicas: incluem as necessidades por oxigênio, água, proteínas, sais, açúcares, cálcio e outros

minerais e vitaminas. Atividades como descansar, dormir, evitar a dor e fazer sexo.

- 2 – Necessidades de segurança e estabilidade: quando as necessidades fisiológicas estão garantidas de um modo geral, entra em pauta o segundo nível de necessidades. O indivíduo foca a atenção em encontrar circunstâncias seguras, de estabilidade e proteção, utilizando aspectos estruturais, organizacionais e emocionais. Nos tempos modernos, esse grupo de necessidades se manifesta no desejo de ter um lar seguro, um emprego, um plano de saúde, um plano de aposentadoria, e assim por diante.
- 3 – Necessidades de amor e pertencimento: quando as necessidades fisiológicas e de segurança estão no geral supridas, surge um terceiro nível, a necessidade de afeto e de pertencer a algum grupo social. Esse desejo é expressado na busca por amigos, cônjuge, filhos e bons relacionamentos em geral. Além do desejo de fazer parte de algum grupo social, como uma família, uma equipe, uma religião, um time ou um grupo profissional.
- 4 – Necessidades de estima: o próximo nível é a necessidade de autoestima, que foi dividida por Maslow em dois tipos: uma inferior e outra superior. A inferior é o desejo de impor respeito aos outros, a necessidade de status, fama, glória, reconhecimento, atenção, reputação, apreciação, dignidade e mesmo dominância. Já o tipo superior envolve a necessidade de autorespeito, incluindo sentimentos como confiança, competência, capacidade de realização, mestria, independência e liberdade. Note que essa é uma forma "superior" porque, diferente do respeito que os outros têm

por você, uma vez que você tenha autorespeito, este é muito mais difícil de perder.

Metanecessidades

Para o indivíduo que resolveu as 4 primeiras necessidades, classificadas como básicas de sobrevivência ou *D-Needs (Deficit Needs)*, surgem necessidades classificadas como elevadas, ou metanecessidades, como foram chamadas. Essas estão mais relacionadas a necessidades do “ser”, ou *B-Needs (Being Needs)*, que por sua vez podem levar à autorrealização.

- Verdade;
- Beleza;
- Unidade, completude, transcendência de opostos;
- Vitalidade;
- Singularidade;
- Perfeição;
- Justiça e ordem;
- Simplicidade;
- Riqueza;
- Ausência de esforço;
- Autossuficiência;
- Sentido.

Como é possível perceber, para que um indivíduo alcance a autorrealização e transcendência, precisa ter supridas todas as suas necessidades básicas. Porque, se houver fome, o indivíduo vai se focar em conseguir comida; se não houver sentimento de segurança, estará constantemente em alerta; se sente-se solitário e sem amor, focará a sua atenção na busca de afeto. Ou seja, enquanto essas necessidades estão em aberto, o indivíduo não consegue dedicar-se plenamente às “necessidades de ser”, ao desenvolvimento de seus potenciais.

Autorrealização e transcendência

Maslow desenvolveu pesquisas utilizando um grupo de pessoas que ele classificava como autorrealizadores, cujos nomes foram mantidos em segredo e que estavam vivas na época em que Maslow conduziu a pesquisa. Ele então estudou suas biografias, escritos, atos e palavras, daquelas que ele conhecia pessoalmente. A partir dessas fontes, Maslow criou uma lista de qualidades que pareciam características dessas pessoas, que faziam elas especiais, de acordo com a sua visão.

Essas pessoas eram "centradas na realidade" (*reality-centered*), o que significa que elas conseguiam distinguir o que é falso e enganoso do que é real e genuíno. Elas eram "centradas em problemas" (*problem-centered*), ou seja, elas tratavam as dificuldades da vida como problemas que precisavam de soluções, não como frustrações pessoais com as quais devessem se irritar ou se conformar. Elas tinham uma percepção diferente de meios e fins, porque sentiam que os fins não necessariamente justificavam os meios, mas que os meios poderiam ser fins em si mesmos. Para os autorrealizadores os meios (a jornada) eram, com muita frequência, mais importantes que os fins.

Os autorrealizadores também têm um modo diferente de se relacionar com os outros. Primeiramente, eles apreciam a solidão e sentem-se confortáveis sozinhos. Eles apreciam relações pessoais profundas com alguns poucos amigos próximos e membros da família, mais do que relações superficiais com muitas pessoas.

Apreciam a autonomia, uma relativa independência das necessidades físicas e sociais. São bem resistentes à aculturação, ou seja, não suscetíveis à pressão social de serem "bem ajustados" ou de se adequarem ao padrão. Isso não é prioridade para eles, que mesmo contrariando o esperado, seguirão o caminho que acreditarem ser o melhor para si e para o contexto social que estão inseridos. E na maioria das vezes o inconformismo que leva os autorrealizados a não se adequarem ao socialmente imposto, mostra-se benéfico e serve de exemplo para outros que não desfrutavam da mesma opinião.

Eles têm um senso de humor não hostil, preferindo fazer piada de si próprios, ou da condição humana, e nunca fazem humor à custa de alguém. Os autorrealizadores têm uma qualidade que Maslow chamou de aceitação de si mesmo e dos outros, que significa que eles são mais propensos a aceitar o indivíduo como ele é, do que tentar mudá-lo para o que a maioria acredita ser o certo.

Essa mesma aceitação aplica-se às atitudes deles em relação a si mesmos: se alguma característica pessoal não é prejudicial a si e aos outros, eles a aceitam, até mesmo apreciando-a como uma peculiaridade pessoal. Por outro lado, são fortemente motivados a mudarem características negativas em si mesmos, que consideram indesejáveis.

Possuem espontaneidade e simplicidade, preferindo serem eles mesmos a serem pretensiosos ou artificiais. Além disso, eles tinham um senso de humildade e respeito para com os outros, algo que Maslow também chamou de "valores democráticos". O que significa que eram abertos à diversidade dos indivíduos, fossem de gênero, intelectuais ou étnica, considerando-as inclusive um tesouro da humanidade.

Eles tinham uma qualidade que Maslow chamou "*human kinship*", termo que denota um sentimento de fraternidade para com a raça humana. Significa interesse social, compaixão e humanidade. Essa qualidade era acompanhada de um forte senso ético, que tinha uma conotação espiritual, mas raramente ligado a religiões convencionais.

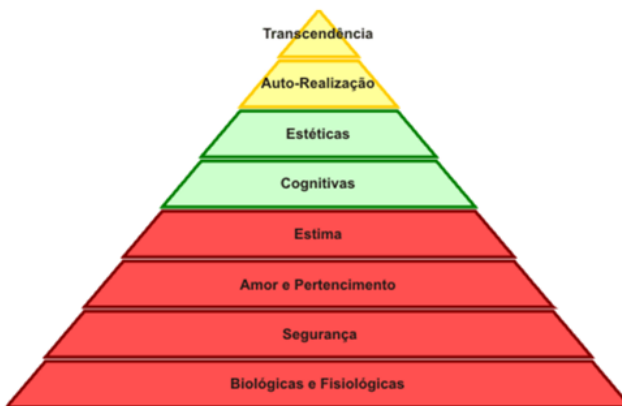
Em geral não tinham nenhum vínculo com algum sistema religioso, apesar de demonstrar grande espiritualidade e relação com uma força divina. Tinham uma habilidade de ver beleza em diversas coisas, até mesmo as comuns, com intensa admiração. Em paralelo a isso há a capacidade de serem criativas, inventivas e originais.

E finalmente, essas pessoas tendiam a ter mais experiências culminantes (*peak experiences*) do que as pessoas comuns. Uma experiência culminante é um momento em que o indivíduo é tirado de si mesmo, fazendo-o sentir-se transcendental, integrado com a vida, com a natureza, ou com a força superior que muitos chamam de Deus. Uma sensação de ser parte do infinito e do eterno. São experiências que tendem a deixar marcas profundas na vida do indivíduo, mudando-a para melhor. Também conhecidas como *experiências místicas*, muito citadas por tradições religiosas e filosóficas.

Os autorrealizadores demonstravam transcender muitas das dicotomias que outros aceitavam como inquestionáveis, como por exemplo, as diferenças entre espiritual e científico, masculino e o feminino, bem e mal, riqueza e pobreza, além de algumas outras.

Porém, para Maslow os autorrealizadores não são perfeitos, e apresentaram muitas falhas ou imperfeições que ele descobriu ao longo de suas pesquisas. Alguns deles sofriam de considerável ansiedade e culpa bem realistas, mais conscientes do que a grande maioria. Outros estavam sempre perdidos em pensamentos ou eram exageradamente bondosos. E finalmente, uma pequena parte demonstrava uma certa impaciência, indiferença e perda de humor.

Apenas os transcendentistas seriam mais próximos dessa perfeição, o que as religiões e filosofias orientais chamam de *iluminado*. Os transcendentistas, como o próprio nome diz, transcenderam todas as necessidades que já foram citadas, tanto as básicas como as metanecessidades, estabelecendo uma total ausência de conflitos internos e externos, além de um fluxo de prosperidade real. Esse indivíduo tornou-se senhor de sua própria mente e sessou o ciclo de sofrimento, atingindo a equanimidade.



II. A inquietação pela verdade

The Matrix inicia sua trama a partir da inquietação pela verdade, que é o início da saga do herói nessa grande aventura de autodescoberta e desenvolvimento pessoal. No filme, Neo sente que existe algo de errado, um sentimento difícil de explicar, que age a nível inconsciente, mas que incomoda diariamente ao indivíduo que chega neste estágio.

Neo mantém um emprego comum, como programador em uma renomada empresa de softwares, tentando adequar-se dentro dos padrões “normais” impostos pela sociedade que vive. Porém, para ele algo está errado. No filme não é apenas a curiosidade de saber o que é Matrix que o motiva na busca por Morpheus. Neo deixa claro que está insatisfeito com a vida que leva, quando decide viver duplamente, atuando nas noites como *hacker*. O *hacker* é aquele que age ocultamente, o buscador de enigmas, decifrador de senhas e invasor dos sistemas, mostrando que tudo pode ser violável e acessível, encontrando as falhas no que é considerado seguro.

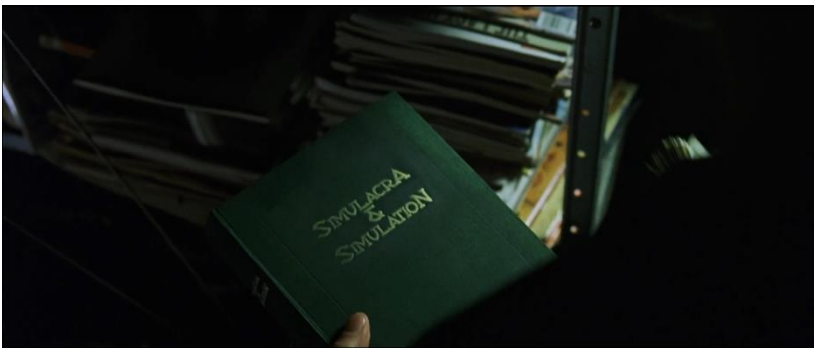
Neo vara noites vivendo uma realidade alternativa, que se traduz em uma fuga do mundo de insatisfação e problemas que vive. Uma das cenas que simboliza esta dificuldade em viver e adequar-se à sua vida “normal”, é quando o seu chefe ameaça demiti-lo pelas dificuldades que apresenta em cumprir as normas da empresa. Neo inconscientemente busca respostas para a sua inquietação, pois sente

que tem algo de errado com a vida que leva e com o mundo que está inserido.

Esta inquietação por conhecer a realidade, ou sua incapacidade de adequar-se ao sistema, é representada na cena em que Choi vai à sua casa buscar um item pirata. Neo pega um disquete dentro de um livro, com o título “Simulacra e Simulação”, do filósofo francês Jean Baudrillard. Esta obra consiste em um respeitado tratado que lida com discussões sobre o que é “real” e sobre o que é “simulação”, obra que inspirou os idealizadores do filme em sua criação, de acordo com as declarações concedidas pelos próprios.

Quando Neo abre o livro, o capítulo visto é sobre o Nihilismo, cujo conceito é:

Rejeição total da autoridade, porque nada existe de absoluto, então porque submeter-se ao estado, a igreja e a hierarquia? É a negação de todas as crenças, a recusa a qualquer conformismo, muitas vezes beirando a intransigência radical, luta contra a tirania, a hipocrisia, e os artificialismos, em favor da liberdade individual. Afirma que todos os males derivam da ignorância, só a eliminação da ignorância e da opressão pode garantir a liberdade humana.



Nesta mesma cena, durante o diálogo entre Neo e Choi, existe uma representação de como a visão de mundo de Neo está em crise, assim como a sua vida:

Choi: Alguma coisa errada, cara? Você parece mais branco que o normal.

Neo: Meu computador, ele... Você já teve a sensação em que não tem certeza se está acordado ou ainda dormindo?



Neo claramente demonstra que começa a questionar a realidade. Essa dificuldade de adaptação à vida normal representada por Neo no filme, é vivida por todos os indivíduos que chegam a este determinado estágio, quando a sensação de não se encaixar mais se manifesta. Para alguém manter a sua “ecologia interna” saudável, a sua visão de mundo precisa fazer sentido, e quando ela começa a ser questionada a mudança torna-se inevitável. Em outras palavras, quando a visão de mundo entra em colapso o indivíduo parte em busca de novas respostas, que se adequem ao seu atual estágio de consciência, que na maioria das vezes dependem de uma jornada bem desafiadora.

A relação entre “O escolhido” e os iluminados – Jornada do herói

Ainda nesta cena, existe uma representação sobre “a jornada do herói” que apresentava-se diante de Neo. E como podemos ver anteriormente, essa jornada sempre mostra-se em um momento de crise, que impulsiona o herói a iniciá-la.

A jornada do herói é uma metáfora do processo de autorrealização de um indivíduo, que por sua vez é “sinônimo” do processo de iluminação, conceito muito difundido no oriente, especialmente no budismo. O iluminado é alguém que atingiu a santificação, tornou-se senhor de sua mente e sentidos, libertando-se das ilusões do mundo, ou ilusões de *Maya*.

Sidarta Gautama era considerado um iluminado, e os seus ensinamentos ainda influenciam milhões de pessoas pelo mundo, especialmente nos países orientais. Porém, esse diálogo específico da cena citada faz referência a outro iluminado, que por sua vez também influencia milhares de pessoas pelo mundo com os seus ensinamentos, especialmente no ocidente. Jesus Cristo.

A fala de Choi nesta cena faz uma clara relação entre Neo e Jesus, representando o caminho que se iniciava para que Neo pudesse tornar-se um iluminado, ou como é representado no filme, “o escolhido”.

Choi: *Aleluia! Você é meu salvador, cara. Meu Jesus Cristo particular.*

O próprio Joseph Campbell utiliza em seus textos as narrativas de Jesus e Sidarta como exemplos da jornada do herói, fato que reforça ainda mais essa referência na cena.

Não estou dizendo que Jesus e Sidarta são mitos, mas sim que o caminho trilhado por eles é uma autêntica jornada do herói. Particularmente acredito que por trás de todo mito existe um fundo de verdade.





Neste caso um indicativo do início de uma grande aventura acontece na associação com o clássico *Alice no País das Maravilhas*, quando a protagonista segue o coelho branco até entrar em um buraco que a leva para um mundo totalmente desconhecido.

O resultado disso é o primeiro encontro entre Trinity e Neo.

Trinity: No momento eu só posso lhe dizer que está em perigo, e eu trouxe você aqui para avisar. Estão vigiando você, Neo!

Nesta primeira fala Trinity deixa claro que a busca pela verdade sobre o que é a Matrix não seria tão simples, porque uma força contrária ao seu despertar já estava observando suas ações. Trinity ainda deixa claro para Neo que a resposta já estava a sua procura e o encontraria se ele realmente quisesse.

Trinity: Sei por que está aqui, Neo. Sei o que anda fazendo. Sei por que mal dorme... por que mora sozinho e por que, noite após noite... senta-se ao computador. Você o está procurando. Eu sei porque eu também já procurei a mesma coisa.

E, quando ele me encontrou... ele me disse que eu não estava procurando por ele... eu estava procurando uma resposta. É a pergunta que nos impulsiona, Neo. Foi a pergunta que te trouxe aqui. Você conhece a pergunta... assim como eu.

Neo: *O que é a Matrix?*

Trinity: *A resposta está aí, Neo. Ela está à sua procura. E ela te encontrará... se você desejar.*



Apesar dos capitães de Zion, como Morpheus, terem como meta principal a desconexão das pessoas presas à Matrix, não seria possível fazê-lo aleatoriamente e maciçamente, porque nem todas suportariam a verdade. As mais apegadas à ilusão que era o seu mundo, certamente entrariam em colapso. Por esse motivo era importante selecionar as pessoas prontas para viverem essa nova realidade. Prontas para a dura verdade.

Este fato no filme representa o estágio em que finalmente é compreendida a verdade sobre a vida, sobre o seu real sentido, situação que desencadeia uma busca efetiva e consciente pelo

desenvolvimento pessoal. O indivíduo desperto, passa a ter como principal objetivo compreender qual a sua missão pessoal, para que seja possível alcançar a autorrealização. Trata-se de um processo lento que depende de várias situações e experiências vividas até que o indivíduo esteja pronto para iniciar.

Assim como no filme, a conscientização sobre a verdade da realidade superior e a libertação de antigos conceitos, seria insuportável para quem não está realmente preparado e, como veremos mais a frente, uma vez desperto e consciente, a vida nunca mais volta a ser como era.



IV.O primeiro encontro com os agentes. O medo da mudança

Paradoxalmente, da mesma forma que existe uma inquietação pela verdade e um impulso para buscá-la, existe uma fortíssima resistência à mudança. Que no mais profundo, trata-se de um mecanismo de defesa do Ego que induz o ser humano a manter-se naquilo que conhece e domina, motivado pela necessidade de sentir-se seguro.

No filme *The Matrix* os agentes representam também essa resistência, representam a imposição do Ego, agindo diretamente sobre o medo da mudança.

Na saga, acontecem duas cenas que simbolizam bem esse medo, sendo a primeira delas quando Neo é procurado pelos agentes para um interrogatório e acaba em uma situação de escolha, tendo que decidir entre pendurar-se em um andaime no alto de um arranha céu (*representando o desconhecido, o novo*), ou se entregar aos agentes (*que representam a autodefesa de sentir-se seguro evitando a mudança*).

Morpheus: *Há duas formas de sair deste prédio. Uma é pelo andaime. A outra é levado por eles. Nas duas há um risco. Você é quem escolhe.*

Neo não resiste a primeira pressão da Matrix em mantê-lo conectado ao sistema e prefere entregar-se aos agentes. Ele acredita ser pequeno demais para tudo o que estava acontecendo, via-se impotente perante toda a trama que aos poucos se desenrolava.



Neo: Não sou ninguém. Eu não fiz nada. Eu vou morrer. Droga! Droga! Eu não consigo. Droga!

Neo até tenta, porém naquele momento não tinha confiança nele mesmo para enfrentar aquela situação, e prefere se entregar.

Essa cena representa a primeira barreira encontrada pelo herói, que nesse caso foi suficiente para impedi-lo temporariamente.

Durante o interrogatório imposto pelos agentes, Neo deixa claro que mesmo tendo falhado em um momento crucial, continuava convicto da necessidade em proteger Morpheus e Trinity, que representavam a verdade almejada, não revelando o contato já ocorrido e demonstrando fidelidade ao que acreditava.



Depois que Neo é grampeado e libertado pelos agentes, Morpheus resolve dar mais uma oportunidade a ele, telefonando para marcar um novo encontro.

Mais uma vez Neo passa pela dura prova sobre descobrir o novo e deixar para trás a velha visão de mundo. A segunda cena que representa isso é quando Neo entra no carro junto com Trinity, Swich e Apoc. Neo havia passado pelas mãos dos agentes, que buscam incessantemente todos os que já estão despertos, e além disso havia sido grampeado. Este fato levou Trinity e Swich a agirem de forma defensiva, tendo que apontar uma arma para retirar o grampo que havia sido colocado nele.

Com isso Neo percebeu o quanto era grandioso, complexo e arriscado o que estava procurando. Percebeu como a sua vida poderia mudar radicalmente se continuasse naquela busca.

Ao detectar que ele titubeava, Swich manda Apoc parar o carro, abre a porta e exclama:

“Escute, espertinho. Não temos tempo pra brincadeiras. Agora só há uma regra: é do nosso jeito... ou caia fora.”



Mais uma vez ele terá que fazer a sua escolha, Neo pensa por dois ou três segundos, e novamente é vencido pelo medo da mudança.

Neo exclama: *Tudo bem*. E abre a porta do carro para sair por ela. Trinity pega-o pelo braço e fala: *Por favor, Neo, confie em mim*.

Neo: *Por quê?*

Trinity: *Porque você já esteve lá*.

Neo olha para fora, pela porta aberta, e o cenário é de uma rua que se estende a sua frente.



Trinity continua: *Você conhece essa rua. Você sabe onde ela vai dar. E sei que não é onde você deseja estar.*

Nessa cena, Trinity teve um papel fundamental durante a escolha de Neo. Ela representou o lembrete da inquietação que acompanhava Neo e, que o levou até aquele fatídico momento. Ela fez ele conscientizar-se que, mesmo com todo aquele medo da mudança, se saísse do carro para a conhecida rua, a sua vida continuaria do mesmo jeito, as suas inquietações e dúvidas continuariam a resultar na crise existencial que o assolava. Neo faz a escolha que mais cedo ou mais tarde teria que enfrentar, decide continuar a sua busca pela mudança, pela sua verdade.

Muitos que intuem essa realidade superior e o real sentido para vida fraquejam nesse primeiro medo, “o medo da mudança”. Trata-se de uma autodefesa da psique humana, que visa manter a “*ecologia interna*” equilibrada. Equilíbrio este que só é possível quando a *visão de mundo* está sólida, formada pelas perguntas existenciais básicas, sendo elas:

- *Quem eu sou?*

Exemplo de resposta: sou João da Silva, nascido no Rio de Janeiro, no Brasil, filho de Damaceno da Silva e Orlandina da Silva. Sou mecânico, casado com Maria da Silva e tenho dois filhos, Carlos e Ricardo da Silva.

- *De onde vim?*

Exemplo de resposta: fui gerado biologicamente pelos meus pais, e antes de Deus me colocar na terra eu morava no céu.

- *Como funciona o mundo e a sociedade que vivo?*

Exemplo de resposta: é necessário que o indivíduo estude em uma escola regular, escolha uma profissão e se esforce para obter o máximo de bens que trarão conforto e felicidade até a hora de deixar essa vida e viabilizar uma boa herança para os filhos.

- *Qual é a meta da minha vida?*

Exemplo de resposta: ter a minha própria oficina e uma casa de praia em Búzios. Deixar descendentes e um legado.

- *Para onde vou depois de morrer?*

Exemplo de resposta: se eu andar conforme as leis de Deus vou para o céu, se não, vou para o inferno.

Os exemplos citados de respostas existenciais formam um exemplo de *visão de mundo*, neste caso do personagem fictício, Sr. João da Silva. Poderia ser outra completamente diferente, se o indivíduo tivesse nascido em uma tribo nativa do Amazonas, ou em uma aldeia africana, ou ainda em uma comunidade na Índia.

Cada pessoa tem a sua própria *visão de mundo*, que além das respostas existenciais, também é formada pelas influências sofridas na sociedade que se vive.

Mudanças nessas respostas existenciais (*visão de mundo*) do Sr. João da Silva, provavelmente o levarão a uma crise que causará grande angústia e desestabilizará a ecologia da sua psique.

Por exemplo: o João da Silva descobre que um de seus filhos na verdade não é seu filho, ou descobre que não é filho de seus pais. A primeira tendência seria rejeitar essa informação, que é mais um *mecanismo de defesa do Ego*, considerando a crise e o desequilíbrio que a mesma causaria.

Por isso é tão difícil aceitar novas verdades e, para quem é um buscador da verdade, as mudanças na *visão de mundo* serão inevitáveis. Porém, esse medo assim como os outros pode e deve ser superado, pois de todas as barreiras que impedem o indivíduo de crescer, o medo e o apego são as principais.

Mais cedo ou mais tarde isso acontecerá, pois a consciência está em constante processo de crescimento e sendo assim, chegará o dia em que a atual *visão de mundo* não servirá mais, gerando uma inevitável crise na psique. Neste caso, ou o indivíduo enfrenta o medo da mudança, absorvendo e adaptando-se às novas respostas, ou continuará em crise até o momento que não terá outra alternativa.



V. Encontrando Morpheus. O medo de não ter o controle



Outro medo que está muito associado ao “medo da mudança”, mas que merece um destaque especial, é o “medo de não ter o controle”. Na cena em que Neo finalmente encontra com Morpheus, seu comportamento apresenta sinais da presença desse medo específico, logo no início da conversa.

Morpheus: *Você acredita em destino, Neo?*

Neo: *Não.*

Morpheus: *Por que não?*

Neo: *Não gosto de pensar que não controlo minha vida.*

Morpheus: *Sei exatamente o que quer dizer.*

O medo da mudança está fundamentado na necessidade ilusória de controlar tudo ao redor, de ter nas mãos as rédeas da vida. No filme, Morpheus representa o encontro com um “mestre”, que se trata do indivíduo que desempenha um papel fundamental nesta fase da jornada do herói. Essa pessoa, normalmente com mais experiência neste caminho, direciona o buscador da verdade, apontando as direções possíveis. Neste caso, a palavra “mestre” é apenas um símbolo, que representa essa pessoa chave que surge no caminho e na hora certa.

Em Matrix, Morpheus preocupava-se em saber como Neo pensava, pois isso poderia ser uma grande barreira na continuidade de sua jornada. Pessoas que acreditam ter total controle sobre suas vidas e convicção de que isso é fundamental, podem passar por um grande choque emocional, quando descobrem que o controle que achavam que tinham é muito menor do que imaginavam.



VI. A principal metáfora de Matrix

Morpheus: *Matrix está em toda parte. Está a nossa volta. Mesmo agora, nesta sala aqui. Você pode vê-la quando olha pela janela, ou quando liga a sua televisão. Você a sente quando vai para o trabalho, quando vai a igreja, quando paga os seus impostos. É o mundo que foi colocado diante dos seus olhos, para que você não visse a verdade.*

Neo: *Que verdade?*

Morpheus: *Que você é um escravo, Neo. Como todo mundo, você nasceu num cativo. Nasceu numa prisão que não consegue sentir ou tocar. Uma prisão, para a sua mente.*

Apesar de Neo ainda não ter condições de entender, Morpheus diz claramente que a Matrix é um sistema de controle, uma prisão a nível mental, que faz os seus prisioneiros acreditarem viver em uma realidade virtual, que serve como confinamento.

Trata-se de um conceito abordado por pensadores ao longo da história, que desenvolveram teorias muito similares.

O renomado René Descartes, um dos grandes nomes na formação da ciência clássica, declarou que não podemos confiar em experiências sensoriais. Ele ilustra a sua teoria com a estória de um Demônio maldoso com grandes poderes, capaz de fazer-nos acreditar na

existência do mundo físico externo, que na verdade trata-se apenas de uma ilusão para nos manter aprisionados.

Peter Unger, em seu livro *Ignorance* (Ignorância) lançado em 1975, sugere a possibilidade que o mundo físico como o conhecemos, seja apenas estímulos neurológicos causados por um cientista do mal, utilizando um supercomputador que, conectado ao sistema nervoso por eletrodos, nos induz a acreditar que existam objetos sólidos os quais interagimos.

Adotando uma teoria muito parecida, Hilary Putnam descreve a sua versão desta teoria em seu livro, lançado em 1981, *Reason, Truth and History* (Razão, Verdade e História). Em sua obra, Hilary sugere que imaginemos que nossos cérebros foram separados cirurgicamente do nossos corpos, e que foram colocados em um barril cheio de elementos químicos que os nutrem. Um poderoso computador, envia impulsos elétricos aos nossos cérebros, nos fazendo acreditar em uma “realidade virtual”, onde achamos estar vivendo no mundo real, porém na verdade, estamos sendo estimulados por um programa de computador.

Porém, engana-se quem acha que se trata de um pensamento moderno. Essa concepção de prisão para a mente a partir de uma ilusão de vida criada é bem antiga. Na Grécia, aproximadamente em 387 a.c., o renomado filósofo chamado Platão, ilustra com muita propriedade essa teoria em sua famosa Alegoria *da Caverna*:

“Imaginemos homens que vivam numa caverna cuja entrada se abre para a luz em toda a sua largura, com um amplo saguão de acesso. Imaginemos que esta caverna seja habitada, e seus habitantes tenham as pernas e o pescoço amarrados de tal modo que não possam mudar de posição e tenham de olhar apenas para

o fundo da caverna, onde há uma parede. Imaginemos ainda que, bem em frente da entrada da caverna, exista um pequeno muro da altura de um homem e que, por trás desse muro, se movam homens carregando sobre os ombros estátuas trabalhadas em pedra e madeira, representando os mais diversos tipos de coisas. Imaginemos também que, por lá, no alto, brilhe o sol. Finalmente, imaginemos que a caverna produza ecos e que os homens que passam por trás do muro estejam falando de modo que suas vozes ecoem no fundo da caverna.

Se fosse assim, certamente os habitantes da caverna nada poderiam ver além das sombras das pequenas estátuas projetadas no fundo da caverna e ouviriam apenas o eco das vozes. Entretanto, por nunca terem visto outra coisa, eles acreditariam que aquelas sombras, que eram cópias imperfeitas de objetos reais, eram a única e verdadeira realidade e que o eco das vozes seriam o som real das vozes emitidas pelas sombras. Suponhamos, agora, que um daqueles habitantes consiga se soltar das correntes que o prendem. Com muita dificuldade e sentindo-se frequentemente tonto, ele se voltaria para a luz e começaria a subir até a entrada da caverna. Com muita dificuldade e sentindo-se perdido, ele começaria a se habituar à nova visão com a qual se deparava. Habitando os olhos e os ouvidos, ele veria as estatuetas moverem-se por sobre o muro e, após formular inúmeras hipóteses, por fim compreenderia que elas possuem mais detalhes e são muito mais belas que as sombras que antes via na caverna, e que agora lhes parece algo irreal ou limitado. Suponhamos que alguém o traga para o outro lado do muro. Primeiramente ele ficaria ofuscado e amedrontado pelo excesso de luz; depois, habituando-se, veria as várias coisas em si mesmas; e, por último, veria a própria luz do sol refletida em todas as coisas. Compreenderia, então, que estas e somente estas coisas seriam a realidade e que o sol seria a causa de todas as outras coisas. Mas ele se entristeceria se seus

companheiros da caverna ficassem ainda em sua obscura ignorância acerca das causas últimas das coisas. Assim, ele, por amor, voltaria à caverna a fim de libertar seus irmãos do julgo da ignorância e dos grilhões que os prendiam. Mas, quando volta, ele é recebido como um louco que não reconhece ou não mais se adapta à realidade que eles pensam ser a verdadeira: a realidade das sombras. E, então, eles o desprezariam....”

(Apologia de Sócrates – Platão)

Como é possível perceber, todos esses autores sugerem que a ideia de realidade sobre o mundo que vivemos, pode estar limitada ao que o nosso intelecto consegue ver, acreditar ou compreender. E ainda, no mais profundo, somos prisioneiros de alguma inteligência superior, que de alguma maneira beneficia-se do nosso cativeiro.

Podem surgir várias interpretações para essa metáfora apresentada no filme, abrangendo desde conceitos científicos, espirituais, religiosos e até teorias de conspiração sobre a sociedade controlada que estamos inseridos. Porém, posso dizer que, independente do que acredita-se representar, em todos os casos só existe um caminho para a liberdade, que é alcançar a autorrealização. A liberdade da ignorância. Uma batalha interior, que ocorre durante a dura jornada de descoberta sobre nós mesmos.

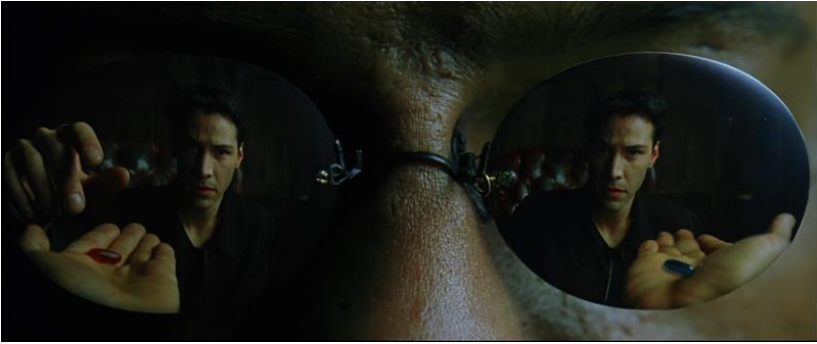


ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア エヤ ヨヲ
ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ
フ イヲ ケキ ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア
キ ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ
ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア
ア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア
エ ヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス
ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア
ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス
ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア
エ ヤ ヨヲ イヲ ケキ
ラ イヲ ケキ ヨス エア エヤ ヨヲ
ヤ ヨヲ イヲ ケキ
ヨス エア
フ ケキ ヨス エ
ラ ケキ ヨス エア エヤ ヨヲ
ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エ
ヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア
イ ヨケキ ヨス エア エ
キ ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケ
ラ ケキ ヨス エア エヤ
ハ エア エヤ ヨヲ イヲ
ヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス
ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス
エ ア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア エ
イ ヨケキ ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス
ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア
エ ヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス
ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス
ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス
ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア
エ ヤ ヨヲ イヲ ケキ

VII. Desconectando da Matrix

Morpheus diz para Neo que, uma vez conhecida a verdade a vida nunca mais seria a mesma, sem qualquer possibilidade de retorno. E depois de descrever basicamente o que é Matrix, Morpheus deixa muito claro para Neo que não será fácil conhecer essa verdade.

Morpheus: Infelizmente, é impossível dizer o que é a Matrix. Você tem de ver por si mesmo. Esta é sua última chance. Depois não há como voltar. Se tomar a pílula azul a história acaba, e você acordará na sua cama acreditando no que quiser acreditar. Se tomar a pílula vermelha ficará no País das Maravilhas e eu te mostrarei até onde vai a toca do coelho. Lembre-se tudo que ofereço é a verdade. Nada mais.



A questão é que Neo já tinha escolhido, pois no episódio do carro, percebeu que de fato, não há escolha. Ou ele aventurava-se por essa verdade, tentando dar outro rumo a sua vida, ou continuaria em crise. Não tinha nada mais a perder, e sem pensar muito ele toma imediatamente a pílula vermelha.

a. O despertar da consciência

Na trama, desconectar um indivíduo da Matrix não é uma tarefa simples. Além da necessidade de um perfil que demonstre claramente não se adequar ao sistema, de acordo o que Morpheus diz em uma cena mais à frente, existe uma idade máxima para desconectar alguém da Matrix. Isso porque, depois de uma certa idade a consciência fica tão identificada com a ilusão e o personagem digital, que não suportaria a verdade. E mesmo para quem está dentro do perfil, o processo de desconexão é bem forte, como é mostrado no filme, logo após Neo tomar a pílula vermelha.

O programa que ingeriu em forma de pílula, começa a interferir na funcionalidade do seu “organismo”, levando Neo para um estado alterado de consciência. Em meio a essa experiência ele começa a ter “alucinações” sobre a sua realidade e, o início da sua jornada rumo a liberdade da mente tem início. Ao perceber isso, Morpheus exclama:

Morpheus: Você já teve um sonho, Neo, que parecia ser verdadeiro? E se você não conseguisse acordar desse sonho? Como você saberia a diferença entre o mundo dos sonhos... e o mundo real?

Neo: Não pode ser.

Morpheus: *Ser o quê? Ser real?*



O processo do despertar é lento, difícil e doloroso. Levará um tempo até que Neo possa compreender o que é Matrix, um entendimento que depende mais do vivencial do que do intelectual. Como Neo poderia enxergar tal fato estando ainda conectado? Seria impossível! Então, para compreender a Matrix ele precisaria ser desconectado do sistema, para então ser capaz de rever os seus conceitos sobre realidade.

Assim como Neo, na jornada do desenvolvimento pessoal a grande maioria dos buscadores passa por uma experiência bem significativa antes de despertar para a verdade mais ampla sobre si e sobre a vida. Normalmente uma experiência que leva a um estado alterado de consciência, como uma experiência religiosa, meditativa, com grande carga emocional vinda de uma crise, ou ingerindo alguma substância com potencial alucinógeno.

Em outras palavras, normalmente o despertar que leva o indivíduo do nível inconsciente para o consciente, nasce de uma experiência muito forte, que gera um estado alterado de consciência. E precisa ser

assim, porque a maioria das pessoas encontra-se tão imersas em sua *máscara* e ilusões criadas pelo *Ego*, que precisam passar por uma experiência de estado alterado da consciência para sacudir o seu próprio mundo e, poderem compreender que a vida vai bem além do que as crenças permitem.

Neste caso, o caminho mais seguro para vivenciar experiências profundas e reveladoras é a meditação, tão difundida pelo próprio Buda. Essa prática é uma porta de entrada para insights e experiências reveladoras, que desenvolvem a intuição e o nível de consciência do praticante. E neste caso, apesar de muitas escolas de meditação estarem relacionadas às religiões ou filosofias, a prática da mesma independe de rituais, incensos ou mantras, porque o seu processo é puramente mental. Podemos citar como exemplo o Mindfulness, que utiliza práticas meditativas a partir de uma visão científica.

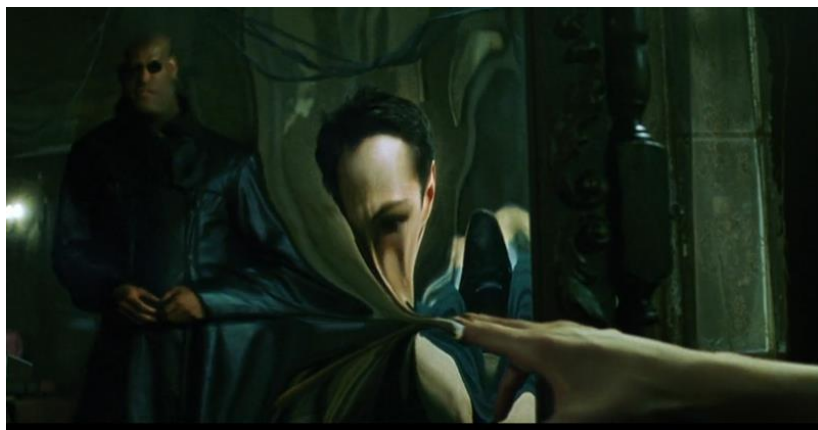
b. O caminho da auto-observação – Metáfora do espelho

O primeiro passo para que a desconexão das ilusões possa acontecer é a auto-observação e reflexão sobre si mesmo. Porque, apenas com o autoconhecimento será possível o tão importante desenvolvimento pessoal. Em outras palavras, o primeiro passo é tornar-se consciente das ações originadas e camufladas pelo *Ego*, para que as ilusões se revelem e a verdade possa aparecer.

Dentro desse processo o primeiro passo é desenvolver a capacidade de auto-observação, que é muito mais difícil do que se pode imaginar. É uma prática que depende de muita disciplina e coragem. Disciplina

porque, para que seja possível a auto-observação a mente precisa estar no momento presente, e normalmente a mente indisciplinada encontra-se no passado, no futuro ou em fantasias criadas. E coragem, porque de nada adianta estar no presente observando-se, se não houver a disposição necessária de enxergar os pensamentos e atitudes que consideramos antiéticas ou amorais.

No filme, a cena em que Neo tem uma experiência com o espelho antes de ser desconectado, pode ser uma metáfora sobre o ato de se auto-observar, que leva o praticante a perceber o quanto pode ser falsa a imagem que enxerga. É o início do processo de autodescoberta, assim como foi para Neo.



Trata-se do primeiro passo para o despertar da consciência e início do processo de autoconhecimento. Mais uma vez fazendo referência ao budismo, o episódio descrito abaixo ocorreu entre Sidarta (Buda) e seu filho Rahula, que é carregado deste mesmo significado.

“— O que você acha disso Rahula? Qual é o propósito do espelho?

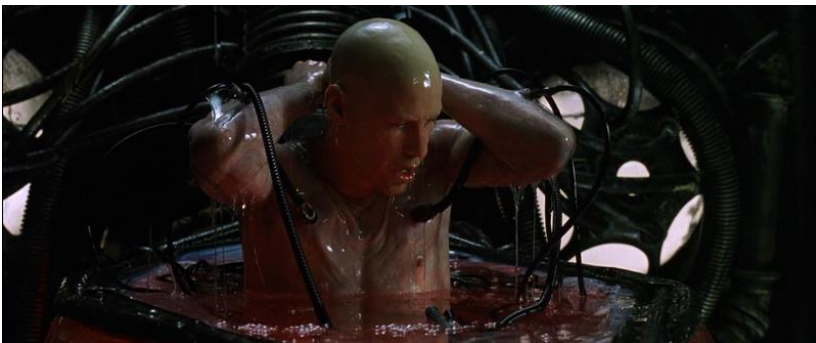
— Seu propósito é refletir, reverendo senhor.

— Mesmo assim, Rahula, algo deve ser feito com o corpo depois de muito refletir, algo deve ser feito com a fala... com a mente depois de muito refletir.”

(Canon Pali - Tipitaka)

Neste caso, refletir significa “auto-observação”, reflexão para enxergar a si mesmo, suas máscaras, apegos e maldades. Uma prática que requer muita disciplina, sinceridade e persistência.

c. Sonho ou realidade?



Neo é desconectado, acordando para o mundo real, e depois de passar por um processo de adaptação, é colocado junto com Morpheus em um programa que simula a Matrix. Neste momento, Neo começa a compreender a verdade. Entende que o mundo em que

vivia não era real, que tudo não passava de uma grande ilusão imposta à sua mente, uma prisão sem muros com o propósito de fazê-lo de escravo. Descobre ainda que a realidade é relativa, e que depende da interpretação dos nossos sentidos e crenças.

Neo: *Isso não é real?*

Morpheus: *O que é real? Como se define real? Se você se refere ao que pode sentir, cheirar, provar e ver, então “real” são apenas sinais elétricos interpretados pelo seu cérebro.*

O que Morpheus disse é uma verdade dentro da neurociência moderna. Todos os estímulos externos, captados pelos sentidos são verdadeiramente formados no cérebro, que por sua vez não sabe diferenciar uma lembrança de um acontecimento em tempo real. Em outras palavras, as áreas ativadas no cérebro quando uma pessoa passa por uma situação com carga emocional, também são ativadas quando o indivíduo relembra ou imagina a mesma situação.

O fato é que, a realidade pode ser muito diferente de acordo com percepção que chega à mente, ou de acordo com a maneira como um indivíduo interpreta uma informação ou estímulo.

Existem alguns fenômenos psicológicos que podem demonstrar muito claramente que se trata de uma teoria muito acertada. Podemos ver o exemplo das pessoas quando estão sob hipnose, no chamado “estado sonambúlico”, situação em que o hipnólogo consegue fazê-las acreditarem que estão vendo o que na verdade não existe, ou deixar de ver algo que está bem na sua frente.

Dessa maneira, a possibilidade de estarmos vivendo uma realidade ilusória que acreditamos ser real, não deve ser descartada, ou até

considerada seriamente. Será que a nossa visão de mundo é a realidade? O que é real e o que são ilusões criadas pela nossa própria mente, para suprir nossas expectativas, carências e desejos?

d. Crença e conhecimento

Uma das principais mensagens passadas pelo filme *The Matrix*, é a importância de revermos o que consideramos verdade, ou seja, o que é real? Ao longo do nosso desenvolvimento como seres humanos, absorvemos vários conceitos, teorias e crenças que são passadas pela nossa família e pela influência da sociedade que vivemos. Desta maneira, formamos a nossa visão de como é o mundo e de como tudo funciona.

Porém, qual é a profundidade ou a abrangência sobre uma crença ou verdade?

Existe uma diferença muito grande entre acreditar e ter consciência, ou ainda, entre crença e conhecimento.

Uma crença depende que você acredite no que uma determinada fonte de informação está lhe passando. Um conhecimento não depende que você acredite, pois é uma informação que você mesmo, por intermédio da sua experiência pode comprovar.

Você acredita ou tem consciência que $2 + 2$ é igual a 4?

No caso da pergunta acima, a resposta pode variar. Se o indivíduo em questão sabe fazer contas de somar, poderá chegar ao resultado e

consequentemente ao conhecimento de que o resultado de $2 + 2$ é 4. Ou seja, ele tem consciência.

Porém se o indivíduo não sabe realizar contas de somar e alguém lhe informa que $2 + 2$ é igual a 4, este dependerá de acreditar ou não nesta informação, formando uma crença. Neste caso, corre-se o risco da fonte estar errada e, no caso do indivíduo acreditar, tomará como verdade uma informação falsa.

Há aproximadamente 2.500 anos atrás, Sidarta, o Buda, expressou a seguinte opinião sobre o assunto:

“Não acredite no que você ouviu; não acredite em tradições porque elas existem há muitas gerações; não acredite em algo porque é dito por muitos; não acredite meramente em afirmações escritas de sábios antigos; não acredite em conjecturas; não acredite em algo como verdade por força do hábito; não acredite meramente na autoridade de seus mestres e anciãos.

Somente após a observação e análise, quando for de acordo com a razão e condutivo para o bem e benefício de todos, somente então aceite e viva para isso.”

(Canon Pali - Tipitaka)

Buda nasceu na Índia, onde existe grande religiosidade baseada nos Vedas, uma extensa literatura sacra indiana, repleta de lendas, rituais e mitos, que servem como base para o sistema conhecido como hinduísmo. E após analisar com muita propriedade os detalhes desse sistema religioso, chegou à conclusão de que nem tudo era a fiel realidade. Ele percebeu que a verdade estava muito além das crenças populares.

Para exemplificar com mais clareza, o conflito que atualmente existe entre ciência e religião, representa a crise que atingiu toda uma sociedade na idade média, exatamente sobre o que era conhecimento e o que era crença.

Até o surgimento da chamada *revolução científica* muito ditos “conhecimentos verdadeiros e inquestionáveis” caíram por terra. Podemos citar como exemplo de um “conhecimento verdadeiro” que caiu, a *teoria Geocêntrica*, que afirmava que o planeta era plano, além de ser o centro do universo, totalmente imóvel, com tudo mais girando ao seu redor. Porém, graças a genialidade de Nicolau Copérnico e Galileu Galilei, essa “verdade” tornou-se apenas uma crença, prevalecendo o conhecimento. Porém, para toda a sociedade daquela época, essa era a verdade e, quem falasse o contrário corria sérios riscos. Motivo este que levou Copérnico temer a divulgação de sua *teoria Heliocêntrica* e anos mais tarde, Galileu à uma desagradável prisão domiciliar.

Falamos de uma época em que tudo era explicado baseado em crenças. Acreditava-se que as doenças, o clima, as colheitas, tudo estava relacionado diretamente às forças espirituais e, dependiam do bom humor dos anjos, santos e demônios.

Não quero dizer com isso que a ciência é a “dona da verdade”, porque de fato muitas das chamadas “teorias científicas” nada mais são do que crenças, e a própria ciência em alguns aspectos lembra um sistema religioso.

A conclusão final sobre “crença e conhecimento” é que antes de absorver algo como verdade absoluta, e antes de incorporar essa verdade à própria “visão de mundo”, é fundamental uma análise

profunda da origem e do sentido da informação, utilizando a mente (racional) e o coração (intuição) para isso. Também é fundamental uma revisão daquilo que atualmente consideramos “verdade” na visão de mundo, para que seja possível um aumento no nível de consciência pessoal e a libertação das ilusões existenciais.



VIII. Paralelo entre Matrix e Maya

No filme *The Matrix* muitas são as cenas que fazem relação a filosofias e religiões das mais diversas. Dentre elas podemos destacar em especial o cristianismo, o hinduísmo, a filosofia grega e o budismo, sendo esta última a mais citada durante a trama.

Segundo entrevistas concedidas, os idealizadores do filme alegam claramente a intenção de passar ao público conceitos budistas por intermédio do filme, *que por sua vez estão diretamente relacionados ao processo de despertar da consciência, autoconhecimento, desenvolvimento pessoal e autorrealização.*

Tomando esta filosofia como base, o conceito que é mais enfatizado no filme, representando a própria Matrix, é Maya. Na verdade, existe uma intenção real dos irmãos Wachowski de relacionar Matrix a Maya, que pode ser constatada no entendimento do significado oculto do nome Matrix.

"Ma" indica Maya, que em sua essência significa ilusão em sânscrito, e "trix" provavelmente indica as três ilusões que, de acordo com o Hinduísmo, ocultam a realidade: a ilusão física, a ilusão psíquica e a ilusão espiritual.

Conceito original da filosofia Védica, Maya é um mundo de ilusões que têm como objetivo principal aprisionar as pessoas na matéria e impedir que despertem para a verdade superior. Para isso, usa os mais diversos desejos e prazeres ilusórios, induzindo os aprisionados ao egoísmo, à ganância, ao apego e à luxúria. Maya impõe a cultura do TER, levando as pessoas a acreditarem que o sentido da vida é concentrar os seus esforços no acúmulo de bens, de poder e na busca do prazer. Uma “filosofia” de vida similar ao *Hedonismo*.

Um episódio ocorrido na história de Buda deixa muito claro os principais mecanismos que Maya usa para aprisionar os indivíduos. De acordo com a lenda, quando Sidarta finalmente está às portas da sua autorrealização, o demônio Mara, a personificação de Maya, tenta impedi-lo inicialmente com a luxúria, riquezas e poder.

a. O Ego e a relação com Maya

Maya consegue aprisionar as mentes em suas ilusões graças ao Ego, que é um importante elemento na formação da psique humana. Fazendo uma analogia entre a mente e um software, podemos considerar o Ego como um firewall, um sistema de proteção que controla todas as informações que circulam, sempre visando a manutenção da ecologia interna do indivíduo.

O Ego é o maior gerador de ilusões e autoengano para um indivíduo, que faz parte da sua função básica. De acordo com Sigmund Freud, pai da psicanálise, ele age a nível subconsciente e controla especialmente essa área da mente, forma-se ao longo do desenvolvimento humano, quando se faz necessária uma mediação

entre os impulsos instintivos (Id) e os valores morais aprendidos na criação (Superego).

Como a sua função principal é manter a ecologia interna, evitando conflitos que possam abalar a *visão de mundo*, o Ego justifica ou esconde da consciência pensamentos e ações que podem entrar em conflito com o seu sistema moral (Id x Superego).

Fazendo parte da sua missão em manter a ecologia da psique equilibrada, o Ego tem como funcionamento padrão induzir subconscientemente o indivíduo a buscar prazer e fugir do sofrimento, além de ser responsável pelo tão conhecido “instinto de sobrevivência”.

Todas as necessidades biológicas, são controladas pelo Id, tendo uma relação direta com o prazer, e os impulsos para satisfazê-las estão desassociados de conceitos morais e éticos.

Por exemplo, um leão não entra em conflito moral após abater uma zebra para alimentar seus filhotes, ou roubar a caça de algumas hienas. Ele está simplesmente dando vazão aos impulsos dos seus instintos. Ou seja, os impulsos instintivos (Id), não estão conectados originalmente a padrões de ética ou moralidade. Porém, quando esses impulsos chegam à consciência, precisam passar pelo Superego, que em sua essência é o sistema social, ético e moral que estamos submetidos, formado na criação do indivíduo. No caso do impulso (Id) ser mais forte do que os conceitos morais (Superego), o Ego fará a mediação para deixar aquele impulso considerado antiético, mais aceitável para a consciência.

Exemplo: um pai de família que está em dificuldades e passando fome, pode ter o impulso de roubar algumas coisas de um mercado.

Inicialmente acontece um conflito sobre a falta de ética nessa ação, mas logo o Ego funciona e trata de justificá-la, provavelmente com argumentos racionais como, “minha família está passando fome”, “ninguém liga para a nossa situação”, ou “esse mercado tem muito e isso nem vai fazer falta”. Neste caso ele usou o mecanismo de defesa chamado *racionalização*.

Outra grande função do Ego é administrar a economia de energia no cérebro, que acontece por intermédio de comportamentos automatizados, como em um piloto automático. Outra função também importante em determinadas situações, mas que quando está fora de controle, leva o indivíduo a níveis muito baixos de consciência sobre seus pensamentos e ações, apenas reagindo aos estímulos externos e internos.

Então como pode ser percebido, o Ego é fundamental para o funcionamento da mente, e a sua função base tem objetivos totalmente positivos e ligados à sobrevivência do indivíduo. Porém, o uso correto desse recurso depende do esforço e desenvolvimento da consciência de cada um, porque, quando o nível de consciência do indivíduo é baixo, o Ego toma o controle do sistema. E isso nós chamamos de loucura.

Existem vários níveis de loucura, incluindo aquelas que são aceitáveis socialmente. Um indivíduo que tem o Ego no comando apresenta comportamentos automáticos e muita falta de congruência entre o que fala e o que faz. Tem grande dificuldade em demonstrar empatia e muitas vezes cria o seu próprio mundo ilusório, no qual só ele acredita ser real.

É aí que está a ilusão, ou o conceito denominado *Maya*. Quando a consciência é tão rebaixada que o indivíduo passa a viver fantasias que acredita serem reais, inserido em um ciclo infinito que envolve uma busca automática por prazer e uma constante fuga do sofrimento. Uma verdadeira prisão cujos apegos são os muros e as ilusões dos sentidos os cadeados.

O Ego teme a mudança, porque pode representar um grande risco para a atual *visão de mundo* estabelecida e, conseqüentemente para a ecologia da psique. Por isso ele sempre busca ter o total controle das ações do indivíduo, normalmente utilizando o medo e o apego como as ferramentas mais comuns para evitar a expansão da consciência.

A disciplina do próprio Ego é o grande segredo para libertar-se das ilusões e alcançar a autorrealização, que é sinônimo de tornar-se senhor da própria mente. O primeiro passo para cumprir esse objetivo é o processo de autoconhecimento. Compreender a dualidade da mente é um assunto amplamente encontrado em diversas literaturas religiosas, filosóficas e até na psicologia moderna. Uma parte de nós quer fazer aquilo que considera errado, enquanto a outra quer fazer o que considera certo. Um conflito interno que é popularmente representado pela discussão entre um “diabinho” e um “anjinho” dentro de cada um.

Não estar consciente sobre como o Ego atua é o mesmo que servir de marionete para ele, pois acabamos acreditando que os comportamentos automáticos e conceitos cristalizados que foram criados, são de fato quem somos. Uma bem elaborada máscara que serve basicamente para proteção da dor e obtenção de controle, aceitação ou prazer.

Existem diversos mecanismos de defesa do Ego atuando na psique humana, como a racionalização, a negação, a projeção, o isolamento e muitos outros (*veja detalhes no anexo deste livro*). Conhece-los pode ser muito interessante para o processo de autoconhecimento, assim como outras características do Ego. Esse é um fator fundamental para que seja possível tornar-se senhor da própria mente e libertar-se das ilusões de Maya.

b. Níveis de consciência

No filme existem diferentes níveis de consciência sobre a existência da Matrix, sendo possível classifica-los em 3 tipos. As pessoas totalmente conectadas ao sistema, que vivem no “piloto automático”, sem sequer desconfiarem sobre o mundo ilusório que estão inseridas. Podem ser classificadas como **“inconscientes”**.

Existem aqueles que desconfiam e até acreditam em uma realidade superior, mas continuam conectados ao sistema, principalmente porque não ousam ir além disso, devido aos seus medos e apegos. Esses podem ser classificados como **“semiconscientes”**.

Já aqueles que tiveram a coragem de ousar na busca pela verdade e foram desconectados da Matrix, podem ser classificados como **“conscientes”**. Ou seja, não estão mais ligados ou dependem do sistema, e muitos deles ainda tentam ajudar que outros também consigam desconectar-se.

Utilizando esses níveis de consciência como metáfora, da mesma maneira acontece no processo de despertar da consciência e desenvolvimento pessoal rumo à autorrealização. O cérebro processa

400 milhões de bits de informação por segundo, mas só é possível se ter consciência de 2 mil deles, basicamente sobre o ambiente, nosso corpo e o tempo. Ou seja, não se tem consciência de grande parte do que se processa na psique, o que leva o indivíduo a comportamentos subconscientes ou inconscientes.

Existem basicamente quatro tipos de níveis mentais: *inconscientes*, *semiconscientes*, *conscientes* e *autorrealizados*. Os *inconscientes* e os *semiconscientes* são simbolizados no filme pelas pessoas ainda conectadas à Matrix, que vivem sem conhecer a *verdade sobre elas mesmas*, sobre os seus sentimentos e atitudes, e principalmente sobre a sua missão pessoal. Não tem consciência sobre a necessidade de disciplinar o próprio Ego para libertar-se das ilusões. Os seus objetivos de vida são puramente materiais, direcionando os seus esforços para alcançar um determinado padrão financeiro, reconhecimento pessoal e influência social (dinheiro, fama e poder).

Vamos detalhar melhor:

- *Inconscientes*: extremamente materialistas e sem consciência quanto aos seus processos internos, vivendo predominantemente no piloto automático. Tendência para atitudes antiéticas e até cruéis, porque o Ego consegue justificar ou camuflar grande parte delas.
- *Semiconscientes*: depois de muitos erros e consequências finalmente perceberam a necessidade de estar no controle de sua mente e evitar ações impulsivas e antiéticas. Porém, ainda estão longe dos recursos necessários para disciplinar o Ego, entrando em constantes conflitos internos e externos. Ainda utilizam máscaras na interação com o mundo e são vítimas fáceis dos *mecanismos do ego*.

- *Conscientes*: são representadas no filme pelos que já foram desconectados da Matrix, fazendo uma analogia aos indivíduos que estão conscientes sobre as ilusões materiais da vida e sobre a necessidade de estar no controle da própria mente. Compreenderam que os seus objetivos de vida devem ser direcionados mais para o SER do que para o TER, ou seja, objetivos mais existenciais internos do que materiais externos. Os conscientes desenvolveram uma boa capacidade de auto-observação, e procuram identificar as máscaras psicológicas e mecanismos do Ego, para que seja possível viver dentro da verdade sobre eles mesmos e sobre a vida.
- *Autorrealizados*: é representado no filme pelo personagem Neo, que na trama é apenas um, mas que ao longo da história real da humanidade, foram vários. Atingiram a total disciplina do Ego e da mente, mantendo sob controle os seus impulsos inconscientes. Predominância do Eu Superior, que transcende a mente humana. Conseguem ter acesso a níveis da realidade que são impossíveis aos demais que ainda não chegaram a este estágio.

c. O apego pela ilusão e o medo do desconhecido

Neo finalmente compreende que a vida que levava não passava de uma grande ilusão. E que todos os seus objetivos e metas de vida não eram reais, mas na verdade apenas fantasias impostas pela sua mente. Tudo que achava saber sobre o mundo que vivia, estava longe de ser a realidade.

Como já vimos, um choque de realidade como este, que abala diretamente a *visão de mundo* do indivíduo, pode ser muito perigosa para a estabilidade da psique. Por isso, Neo quer inicialmente negar o que vê, não querendo acreditar na verdade exposta à sua frente.



Em um momento de desespero ele pergunta para Morpheus se existia uma forma de voltar para a Matrix, demonstrando apego à vida ilusória, onde se esforçou tanto para prosperar. Demonstrando claramente uma grande dificuldade para libertar-se totalmente, assim como é no processo de despertar da consciência.

Neo: *Não posso voltar, posso?*

Morpheus: *Não. Mas, se você pudesse... você realmente iria querer?*

Eu te devo desculpas. Temos uma regra: nunca libertamos uma mente após ela atingir certa idade. É perigoso. A mente tem problemas em esquecer. Eu já vi acontecer e sinto muito. Eu fiz o que fiz porquê... fui obrigado.

Quando a Matrix foi construída, havia um homem nascido nela que tinha a habilidade de mudar o que ele quisesse... para refazer a Matrix a seu modo. Foi ele quem libertou o primeiro de nós... e nos mostrou a verdade.

Enquanto a Matrix existir a raça humana nunca será livre. Quando ele morreu o Oráculo profetizou a sua volta... e que sua chegada coroaria a destruição da Matrix, o fim da guerra e a liberdade para nosso povo. E por isso nós passamos a vida fazendo buscas pela Matrix... procurando por ele. Eu fiz o que fiz porquê... acredito que a busca terminou.

Descanse um pouco. Você vai precisar.

Neo: *Para quê?*

Morpheus: *O seu treinamento.*



Assim também acontece com quem desperta para as verdades superiores sobre a vida e sobre si mesmo, na compreensão de que

existe um propósito superior e uma missão pessoal a ser cumprida. Apesar de encontrar-se de frente para a verdade o indivíduo recusa-se a deixar a sua *visão de mundo* ruir, motivado pelo *mecanismo de defesa do ego*. Não apenas pelo medo do desconhecido, como também por causa do apego a tudo o que vai precisar abrir mão nesta na nova *visão de mundo* que se apresenta.



contemporâneo. Esses treinamentos podem acontecer de diversas maneiras e momentos da vida, seja por intermédio de um livro, um curso ou até uma pessoa que aparece no momento certo. Mas, independentemente de como aconteça, em algum momento o indivíduo ficará mais preparado para enfrentar os desafios que a vida cotidiana apresenta, e inevitavelmente os vencerá.

Se for possível, o isolamento pode ser extremamente interessante durante um período de treinamento (treinar fora da Matrix), para que a mente esteja focada e imersa no novo nível de consciência. Mas, também é ilusão acreditar que o contínuo isolamento da vida cotidiana e das pessoas seja o caminho, porque os principais aprendizados estão em meio às missões que a Matrix nos impõe. Como diz o ditado:

“Ser do mundo e viver no mundo é fácil. Ser diferente e viver isolado não é tão difícil. Porém, ser diferente e viver no mundo, este é o grande desafio!”

a. As artes marciais e a disciplina

Em Matrix, Neo inicia a sua preparação com o treinamento de artes marciais, que acontece dentro de um simulador desenvolvido especialmente para isso. Mais uma vez Morpheus faz o papel do mestre, que conduz o seu pupilo a libertar sua própria mente, assim como faz um autêntico *sensei* (mestre japonês de artes marciais), ou *sifu* (mestre chinês de artes marciais).



Durante o treino de combate, Morpheus procura conduzir Neo de forma que perceba as suas crenças limitantes, para que seja possível superá-las e transcender os seus próprios limites.



Acredito que nada melhor do que as artes marciais para representar com tanta propriedade, a disciplina que um buscador necessita para “enfrentar” as suas ilusões existenciais (*Maya*), assim como acontece na trama em *Matrix*. Isso porque, vencer as próprias ilusões, conflitos internos e crenças limitantes é uma verdadeira batalha, e assim como no treinamento de artes marciais, exige muita disciplina e coragem.

Na verdade a disciplina é a chave principal para se enfrentar e vencer as dificuldades que são impostas ao indivíduo que parte em busca da autorrealização, porque o *Ego* fará todo o possível para desviar o indivíduo desse caminho, considerando que em sua matriz de funcionamento também está o medo do desconhecido. Um medo de que a visão de mundo entre em colapso e a ecologia da psique seja prejudicada. Por isso é muito natural que algumas desculpas ilusórias e dificuldades sejam criadas para que aquilo que precisa ser feito não aconteça.

As antigas tradições marciais são consideradas (principalmente para os orientais) caminhos de disciplina em busca do crescimento espiritual e da autorrealização. Todas as artes marciais orientais estão diretamente relacionadas à antigas religiões e filosofias, como é o caso do Budismo e do Taoísmo. No oriente existem os mosteiros e templos de artes marciais, que recebem jovens crianças em regime de internato, mantendo-as focadas nos treinos e desenvolvimento de sua jornada.

Uma dessas antigas tradições definiu essa jornada marcial rumo à iluminação como Bushido, “o caminho do guerreiro”, cujo filme *Matrix* faz clara referência, tanto durante o treinamento como nos desafios vividos na *Matrix*. O Bushido é o código dos samurais, que está fortemente pautado em uma base espiritual, neste caso, o

Budismo. O samurai, cuja tradução significa “servir”, se propõe a passar pelo processo de reconhecimento da guerra interna e disciplina da própria mente.

A aplicação prática está diretamente relacionada a trabalhar aspectos da agressividade inerente que o ser humano carrega em seu interior, que muitas vezes, o leva a conflitos internos e externos. As vivências físicas, mentais, emocionais e energéticas, possibilitam ao praticante um maior equilíbrio nessas áreas, e conseqüentemente um maior equilíbrio nos relacionamentos e na vida.



O caminho do guerreiro pode ser uma grande ferramenta para os processos de autoconhecimento e autorrealização, especialmente devido a todo treinamento envolvendo disciplina e concentração. Porém, acima de tudo, trata-se de uma metáfora para exemplificar a disciplina e a coragem necessárias para trilhar o caminho do despertar da consciência. Pois, quando se está consciente sobre as ilusões, os

ataques dos “agentes” são assustadoramente constantes, e saber enfrenta-los é uma questão de “sobrevivência”.

b. **Mente sobre a matéria**



A outra parte do treinamento necessária para atuar na Matrix, é libertar a mente para uma nova realidade sobre ela. As suas regras e leis físicas podem ser quebradas ou modificadas em algumas situações, que possibilita atuar com mais eficiência no cumprimento das missões e provas necessárias.

Este treinamento é iniciado no simulador de luta, quando Neo e Morpheus se enfrentam. O objetivo de Morpheus é mostrar para Neo como o seu padrão de pensamento pode influenciar na realidade de Matrix se ele realmente acreditar nisso.

Morpheus: Este é um programa de sparring, igual à realidade programada da Matrix. Tem as mesmas regras básicas, como a gravidade. Só que essas regras não diferem das regras de um sistema

de computador. Algumas podem ser distorcidas. Outras... podem ser quebradas. Entendeu? Então me acerte... se conseguir.

Eles começam a lutar e Morpheus vence Neo alguns minutos depois.

Morpheus: *Como eu te venci?*

Neo: *Você é rápido.*

Morpheus: *Você acredita que ser mais forte ou mais rápido... tem algo a ver com os meus músculos neste lugar? Acha que está respirando ar?*

Morpheus estava querendo que Neo entendesse que a sua mente podia influenciar diretamente aquilo que ele não acreditava ser possível. Naquele programa de computador que simulava a Matrix, sua velocidade, força e resistência estavam relacionados aos limites que a sua própria mente determinava. Ou seja, fazia parte do treinamento de Neo compreender que isso era possível transcender esses limites e ainda aprender a usar isso como uma ferramenta em sua missão pessoal.

Morpheus: *De novo!*

Neo e Morpheus voltam a lutar.

Morpheus: *O que está esperando? Você é mais rápido que isso. Não pense que é. Saiba que é. Vamos! Pare de tentar me acertar e me acerte!*

Finalmente Neo consegue começar a soltar a sua mente impondo uma velocidade sobre-humana, surpreendendo totalmente Morpheus e vencendo suas defesas.

Neo: *Sei o que está tentando fazer.*

Morpheus: *Quero libertar sua mente, Neo. Mas só posso te mostrar a porta. Você tem de atravessá-la.*

A segunda fase desse aprendizado é quando Morpheus e Neo aparecem no alto de um edifício e dizendo a frase “*liberte a sua mente*”, Morpheus salta para um outro prédio que estava a uma distância impossível para padrões normais.



Não somente filosofias e religiões antigas citam a possibilidade da mente influenciar a matéria e acontecimentos, como também estudos científicos modernos. Por exemplo, a “Teoria Holográfica” do Dr. Karl Pribram, baseada nas teorias sobre a física quântica do Dr. David Bohm (que trabalhou e foi muito elogiado por Albert Einstein). Essa teoria, que lembra muito o filme Matrix, afirma que o universo é um grande holograma e que pode ser modificado e influenciado pela mente humana. Em síntese, essa teoria afirma claramente que a mente humana pode alterar fatos da vida e regras da física convencional, assim como é sugerido no filme, e ainda explica a maioria dos fenômenos paranormais existentes.

A física quântica moderna vem revolucionando o nosso entendimento sobre o mundo que vivemos e como nos relacionamos com o “mundo físico”. Um filme lançado em abril de 2004, chamado “Quem somos nós” aborda com muita propriedade esse tema, criando algumas metáforas que facilitam o entendimento do público sobre esse novo paradigma de conhecimento. Este filme procura exemplificar como o mundo não é tão sólido como temos a tendência em pensar, e os nossos pensamentos e emoções podem influenciar diretamente a realidade em vários aspectos. Existe uma cena muito interessante que demonstra como pensamentos e emoções de um observador podem influenciar diretamente a estrutura da água, positivamente ou negativamente, de acordo com o estímulo. E ainda, uma reflexão interessante sobre como pensamentos e emoções podem influenciar a estrutura celular do nosso corpo, considerando que somos predominantemente formados por água.

Deixo como sugestão este filme, que pode acrescentar muito no entendimento deste tema, o qual não pretendo aprofundar neste livro, que funciona mais como uma síntese, um direcionamento.

Ainda sobre o tema “mente sobre a matéria”, existem pessoas aparentemente normais que conseguem focar a sua vontade de forma excepcional para mudar positivamente situações em suas vidas. Existem diversos mestres iogues e pessoas denominadas paranormais ou não, que demonstraram capacidades sobre-humanas, realizando feitos que transcendem os limites do corpo humano e a compreensão baseada nos conhecimentos de nossa cultura. Os feitos realizados pelos monges Shaolim, é um grande exemplo de capacidade sobre-humana, tão desafiadores que são difíceis de serem explicados pela ciência. Como Jesus Cristo afirmou: *a fé move montanhas*.

c. Todos caem na primeira vez

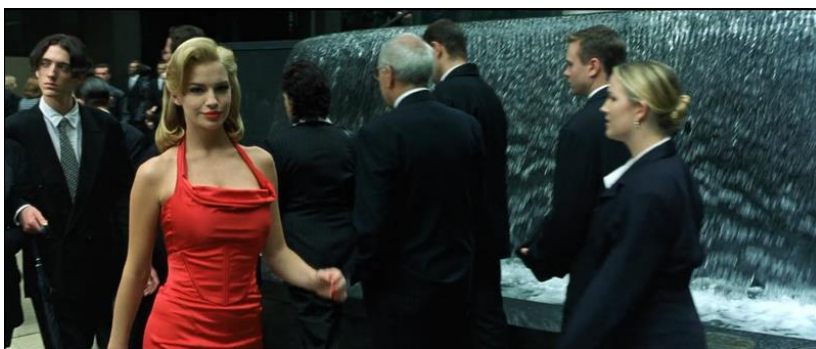
Nesta cena, Neo compreende a necessidade de libertar a mente para conseguir saltar a mesma distância, porém falha na primeira tentativa e basicamente se “esborracha” no chão. No filme todos concordam que era normal que Neo caísse, porque todos falham na primeira vez. Uma explicação plausível é que a mente dele ainda estava em processo de adaptação à essas novas realidades, o que impedia que tivesse sucesso neste e, provavelmente em outros feitos “sobre-humanos” dentro da Matrix.



O mesmo acontece no processo de autoconhecimento e desenvolvimento pessoal. As quedas são normais durante o processo, especialmente porque o cérebro (hardware) e a mente (software) estão em processo de reprogramação, e leva tempo e persistência até que a mudança ocorra definitivamente. Além disso, muitas vezes a mudança está diretamente ligada a desapegar-se de alguma situação prazerosa ou vício físico/psicológico, o que torna a mudança ainda mais desafiadora. Por isso, foco e paciência consigo mesmo devem ser usados constantemente.

d. Qualquer pessoa ainda conectada à Matrix pode ser um agente

Outra cena que faz parte do treinamento é quando Morpheus e Neo estão em uma espécie de praça a céu aberto no meio a uma multidão, e passam por uma loira com vestido vermelho que chama a atenção de Neo.



Morpheus: *A Matrix é um sistema, Neo. Esse sistema é nosso inimigo.*

Mas, quando estamos dentro dele, o que vemos? Homens de negócio, professores, advogados, marceneiros. As mesmas pessoas que queremos salvar. Mas até conseguirmos, essas pessoas fazem parte desse sistema, e isso faz delas nossas inimigas. Você precisa entender, que a maior parte dessas pessoas não está pronta para acordar. E muitos estão tão inertes, tão dependentes do sistema, que vão lutar para protegê-lo. Você estava me ouvindo ou olhando para a mulher de vestido vermelho? Olhe de novo.

Neo olha e vê um agente apontando uma arma para a sua cabeça levando um grande susto.

Neo: *Esta não é a Matrix?*

Morpheus: *É mais um programa de treinamento feito para ensinar uma coisa: Se você não é um dos nossos, você é um deles. Isso significa que qualquer um ainda não libertado é um agente em potencial.*

Os agentes simbolizam o nosso próprio *Ego* e seus mecanismos, como também de outras pessoas. Pessoas conhecidas e até queridas, visando defender as suas *visões de mundo* e *máscaras*, tendem a se recusarem a ver traços da verdade e a fazer de tudo para desencorajar aquele que está tentando despertar, ou cumprir a sua missão pessoal, que para eles passa a ser estranho. Até aqueles que já estão despertados em busca da autorrealização podem fraquejar em suas convicções e atitudes, funcionando como “agentes do sistema”. Como exemplo, vejamos como foi perseguido o personagem da Alegoria da caverna de Platão, ou como Jesus Cristo foi incompreendido e desencorajado pelos próprios familiares no início de sua missão.

Por isso, é importante estar muito atento nas relações próximas, para não entrar no jogo de quem não consegue acompanhar o novo paradigma de comportamento e objetivos. Entenda que **não estou dizendo que deve-se evitar o contato com pessoas queridas ou familiares, pelo contrário**, acredito que cada pessoa da nossa constelação familiar, seja sanguínea ou fraternal, foi escolhida para que lições específicas sejam aprendidas. O que estou dizendo é que preferencialmente deve-se assumir uma postura observadora e

compreensiva, para que seja possível evitar conflitos desnecessários, ou sentir-se desmotivado no seu caminho de autodesenvolvimento, devido a algumas situações negativas nos relacionamentos.

Diante de um inevitável conflito eu sugiro que no mínimo, você se pergunte qual a lição que precisa ser aprendida naquela situação.

e. A negação do mal



Dozer fala para Neo enquanto comem uma refeição: *É uma proteína unicelular... combinada com aminoácidos, vitaminas e minerais sintéticos. Tudo que o corpo precisa.*

Mouse: *Não tem tudo que o corpo precisa.*

Mouse se volta para Neo: *Soube que você passou pelo programa de treinamento. Sabe, eu criei o programa.*

Apoc: *Lá vem.*

Mouse: *E o que achou dela?*

Neo: *De quem?*

Mouse: *A mulher de vestido vermelho. Eu a criei. Ela não fala muito... mas, se você quiser conhecê-la, posso arranjar um encontro a sós.*

Swich: *O cafetão digital em ação.*

Mouse: *Não ligue para esses hipócritas, Neo. Negar os nossos impulsos... é negar aquilo que faz de nós humanos.*

Como é fácil perceber nesta cena, Mouse está se referindo aos impulsos sexuais, quando chama todos os outros que o julgaram de hipócritas, sendo que todos passam pelos mesmos impulsos. Mas porque então, todos agiram como se não aprovassem a tentativa de Mouse em promover um encontro entre Neo e a mulher de vermelho?

Esta é uma característica muito comum no comportamento humano, a hipocrisia. É muito comum ver um indivíduo acusar o outro de algo que pratica constantemente. E isso acontece devido às ações dos mecanismos de defesa do ego, que nos impedem de enxergar as nossas próprias ações enquanto apontamos para o defeito alheio.

Em outras palavras, para a psique humana é muito complicado olhar para as ações que são consideradas socialmente “erradas” (Superego), porque o Ego consegue “camuflar” isso da consciência. É claro que as regras sociais e, o conceito de certo e errado muda muito de cultura para cultura, porém isso é irrelevante neste caso porque, devassidão, inveja, desonestidade, agressividade, preguiça, maledicência, comportamentos compulsivos, ciúmes, infidelidade, vaidade,

impaciência, apego e muitos outros, são interculturais e vistos de forma negativa em qualquer lugar do globo.

De acordo com Maslow, o ser humano possui “valores inatos”, considerados positivos ou negativos. Sendo assim, mesmo antes da influência cultural um indivíduo é atraído instintivamente por valores como justiça, honestidade, verdade, beleza, humor, vigor, ordem e inteligência, por exemplo. Por outro lado, é repellido por valores como injustiça, morbidez, feiura, fraqueza, falsidade, engano, caos e etc. Esses “valores inatos” estão diretamente ligados ao sistema de sobrevivência humano, pois instintivamente o indivíduo é atraído pelos valores que são mais apropriados para uma vida equilibrada e feliz.

Além dos problemas de relacionamento que a livre atuação dos *mecanismos de defesa* pode causar, o principal prejuízo está no fato de que, não conseguir enxergar as próprias falhas impede o indivíduo de trabalhá-las e desenvolver-se. E isso pode levá-lo a diversos tipos de conflitos, internos e externos, além de estados de loucura.

Por isso, considerando o mundo de causas e efeitos que vivemos, ter coragem para olhar para o “mal” em nós é o único caminho para algum dia transcendê-lo e alcançar níveis saudáveis e superiores de consciência, além de uma vida verdadeiramente feliz.



X. A traição de Cypher e os desafios dos despertos



Muitos começam a jornada querendo ajudar os outros, tomando isso como missão. Mas logo percebem que ajudar os outros exige muito mais dele mesmo do que pensava.

A traição de Cypher na saga do filme *The Matrix*, representa a dureza do caminho para quem é consciente, e que a possibilidade de queda ou desvio é um risco constante.

Cypher ainda era muito apegado aos prazeres materiais que eram simulados pela Matrix, e achava a vida real muito dura e sem sentido. Isso porque na verdade, tinha grandes dificuldades para se desapegar

da vida e dos prazeres que tinha enquanto estava inserido na grande ilusão.

Smith: *Negócio fechado, Sr. Reagan?*

Cypher: *Sabe... sei que este bife não existe. Sei que, quando eu o coloco na boca... a Matrix diz ao meu cérebro que ele é... suculento... e delicioso.*

Após nove anos... sabe o que percebi? A ignorância é maravilhosa.

Smith: *Então negócio fechado.*

Cypher: *Não quero me lembrar de nada. Nada. Entendeu? E eu quero ser rico. Você sabe, alguém importante. Tipo um ator.*

Smith: *O que desejar, Sr. Reagan.*

Cypher: *Tudo bem. Leve o meu corpo de volta à usina... me coloque de novo na Matrix... e eu te dou o que deseja.*

As dificuldades da jornada para quem busca a verdade é representada no filme *The Matrix* pelas privações e riscos que sofrem aqueles que foram desconectados e vivem no mundo real, fugindo das sentinelas nos subterrâneos do planeta, comendo rações e vestindo trapos.

Viver o mundo real requer disciplina e desapego das ilusões dos sentidos. E para aquele que ainda não está pronto, para aquele que ainda não conquistou o desapego e venceu os próprios medos, o fracasso é um resultado inevitável. Isso acontece porque, para quem não está preparado, o Ego sempre vencerá os conflitos internos e, seguindo o seu modo de operar, fará o indivíduo entregar-se aos vícios e apegos.

É claro que para quem já tem a consciência da verdade, a vida nunca mais será a mesma, pois, por mais que o indivíduo não consiga evitar o erro, no fundo ele sabe que é uma ilusão, e isso sempre lhe acompanhará. Pelo menos até o momento que, de tanto sofrer as consequências de seus atos, finalmente terá forças para vencê-los. Por isso Cypher pediu para esquecer tudo, e neste mesmo episódio ainda disse: *“A ignorância é maravilhosa”*.

O buscador sincero da autorrealização precisa entender que se trata de um processo de purificação e desapego. Purificação do corpo e da mente e desapego das ilusões dos sentidos. Não é possível implementar um autêntico desenvolvimento pessoal se o indivíduo, agindo subconscientemente, apresenta comportamentos compulsivos em relação aos prazeres físicos e psicológicos, além de grande apego aos mesmos. Intoxicando-se constantemente.

Sem dúvida, trata-se de um processo duro. Por esse motivo é muito comum que em meio ao caminho de autoconhecimento o indivíduo queira fugir, traindo todo o propósito estabelecido e preferindo tentar retornar ao que era antes.



da ilusão que vivia. Dentro do carro ele olha saudoso e melancólico, tendo lembranças de sua antiga “vida”.

Trinity: *Inacreditável... não é?* (Exclama observando o movimento da rua)

Neo: *Deus!*

Trinity: *O quê?*

Neo: *Eu comia ali. Macarrão muito bom. Tenho essas lembranças da minha vida. Nenhuma delas aconteceu.*

A psique humana em geral tem tendência ao desenvolvimento do apego, por basicamente tudo. Existem diversas variações, como o apego a objetos materiais, apego a pessoas, apego a relacionamentos, apego a situações do passado, apego a situações presentes, apego a objetivos e fantasias criadas na própria mente, apego aos mais diversos vícios e outras variações.

Isso acontece por causa do Ego, que por sua vez precisa que tudo esteja sob controle para que sinta-se seguro em relação a ecologia da psique. Como o seu objetivo é prezar por essa ecologia, como já foi citado, o Ego tem a tendência de evitar mudanças ou ações que coloquem em risco a *visão de mundo* que ele considera segura, estável e funcional.

Exemplo: o carro que não pode ser emprestado, pois se alguém bate com ele, como viverei sem. A esposa que acha que não conseguirá suportar a ausência do marido em sua vida. O marido que perdeu a esposa e baseia a sua vida em lembranças de quando eram felizes.

Apego ao emprego. Como será difícil encontrar outro como esse.

Apego ao conceito que a sua vida estará completa quando tiver aquela linda casa na montanha.

Apego às drogas (todos os tipos, incluído as legalizadas). Sem elas não conseguirei me equilibrar.

O medo está na base do apego, considerando que por definição, o apego é o medo de perder algo.

Morpheus sabe que o caminho para que Neo vença a Matrix é a fé em si mesmo, e o desenvolvimento da confiança no fluxo. Fazendo mais uma vez o papel do mestre, ele também sabe que só pode mostrar a porta que leva a esse nível de fé e confiança, pois entrar por ela dependeria tão somente de Neo, da sua capacidade de se desapegar, de vencer o medo da mudança e o medo de não ter o controle de sua vida. Isso é simbolizado na cena em que chegam as portas do apartamento em que está o Oráculo, uma metáfora do portal para o mistério.

Morpheus: *Eu disse que só posso te mostrar a porta. Você tem de atravessá-la.*



Outra metáfora acontece nesta cena, que representa o fato de que precisamos apenas ter a real intenção de cruzar esse portal, para que ele se abra sem resistência. Na exata hora em que Neo estica a mão para girar a maçaneta, uma mulher abre a porta antes dele, recebendo-o carinhosamente e demonstrando que já estava a sua espera.

b. Mente sobre a matéria II

A anfitriã pede que Neo aguarde um pouco até que o Oráculo lhe atenda. Nesta espera, Neo daria continuidade ao aprendizado que iniciou nos treinamentos de luta e salto, reforçando como a realidade de Matrix pode ser distorcida, assim como a sua percepção de realidade, caso ele abra a sua mente para isso.

Neo observa um grupo de crianças que a sua anfitriã chamou de “outros potenciais” e fica perplexo ao ver algumas delas levitando cubos e entortando uma colher.



Vejamos o diálogo com a criança que entortava e desentortava uma colher:

Menino: *Não tente entortar a colher. É impossível. Em vez disso, apenas tente ver a verdade.*

Neo: *Que verdade?*

Menino: *A colher não existe.*

Neo: *A colher não existe?*

Menino: *Então você verá que não é a colher que entorta. É você mesmo.*



Uma história muito parecida pode ser encontrada na filosofia Budista com a história dos três monges e a bandeira:

O primeiro monge chama a atenção para a forma como a bandeira se move. O segundo monge afirma que não é a bandeira que se move e sim o vento que move a bandeira. O terceiro contradiz o dois, afirmando que não é a bandeira que se move nem o vento que move a bandeira, mas a mente que se move. (Parábola Zen)

“A colher não se move... tudo acontece na mente.”

Aqui encontramos novamente uma metáfora sobre o conceito de que o mundo é mental. Como já citamos anteriormente, de acordo com a física quântica a mente pode influenciar a realidade considerada “física”, literalmente materializando pensamentos e sentimentos. Agora, imaginem como é plenamente possível criar uma realidade psicológica em que o sujeito acredite ser plenamente real. Ilusões criadas para suprir necessidades e proteger-se de choques potencialmente perigosos.

A mente não sabe a diferença entre imaginar e vivenciar uma determinada situação, e isso fica bem claro em uma sessão de regressão de idade, quando o indivíduo revive um episódio com forte carga emocional. E ainda existem aquelas situações em que o próprio sujeito cria problemas que na verdade não existem, ou medos infundados que só representam risco na ilusão criada pela mente.

E neste caso, não estamos falando de psicopatologias graves que fazem o indivíduo ser considerado inábil para o convívio social, mas sim de pessoas aparentemente comuns, que vivem verdadeiras realidades paralelas em suas mentes, dificultando assim o seu processo de autodesenvolvimento e seus relacionamentos.

Como se pode imaginar, as consequências desse tipo de ilusão sempre são inevitáveis, assim como as crises advindas. E nessas horas de sofrimento o indivíduo tenta resolver as coisas no mundo real, numa tentativa desesperada de voltar a controlar a situação, porém sem sucesso, considerando que tudo está em sua mente. Como conclusão, apenas quando for possível compreender esta verdade e

buscar a solução internamente, será possível finalmente “entortar a colher”, assim como Neo.

Por isso, o autoconhecimento é uma ferramenta fundamental para quem quer resolver os seus conflitos internos, compreendendo os próprios processos psicológicos e descobrindo os caminhos para resolvê-los. Como já vimos a auto-observação é o primeiro passo para que isso seja possível, e quanto mais o indivíduo se conhece, mais se cura e se liberta.

c. Onde menos se espera, ali está a sabedoria. A aparência do Oráculo

Durante o desenrolar do filme, fica claro o grande respeito que toda a tripulação da Nabucodonosor tem pelo oráculo, devido à precisão de suas previsões e sabedoria em suas palavras.

Percebe-se que os autores do filme intencionalmente criam uma expectativa sobre o Oráculo, induzindo os espectadores a formarem em suas mentes uma provável aparência desse “todo poderoso” personagem.

Porém quando Neo entra pela porta em uma cozinha, surge uma senhora negra, um pouco acima do peso, vestindo um avental e cozinhando biscoitos. Imagino que a grande maioria dos espectadores ficou se perguntando onde estava o Oráculo. Sem falar no cigarro que ela ascendeu e na bebida aparentemente alcoólica que tomou durante a conversa com Neo.



Oráculo: *Sei que você é o Neo. Já vou te atender.*

Neo: *Você é o Oráculo?*

Oráculo: *Bingo! Não era bem o que esperava, não é?*

Na verdade o Oráculo de Matrix simboliza um dos mais paradoxais mistérios existentes em nossa realidade, que se resume nesta frase:

“Do local mais esperado, mais poderoso, mais conhecido, mais exuberante e mais provável, procurarás desesperadamente a sabedoria e não encontrarás. Porém de onde menos esperavas, no mais humilde, no menos conhecido, no mais simples, no menos provável... ali ela estará... a verdadeira sabedoria.”

d. O medo da responsabilidade de ser o escolhido

Neo precisava conhecer-se melhor, libertar-se do medo da mudança, do medo da responsabilidade, liberta-se do racionalismo exagerado

que o impedia de chegar na confiança necessária. Pois somente dessa forma, conseguiria transcender a realidade da Matrix para lutar contra ela e seus agentes.

Da mesma forma, aquele que busca a autorrealização, precisa libertar-se dos seus medos, fantasias e apegos. Pois somente buscando o equilíbrio entre a razão e a intuição será possível enfrentar os artifícios do nosso próprio *Ego*. O processo de autorrealização significa uma transição do medo para a confiança, da mentira para a verdade.

O oráculo sabia da situação que Neo estava passando naquele momento, sabia que era extremamente complicada, e dependia só dele conseguir vencer seus bloqueios para descobrir-se como “o escolhido”. Na verdade, o objetivo do Oráculo, não era dizer para Neo que ele era o escolhido, pois como ela mesma afirmou, isso não era algo que alguém poderia lhe dizer, e sim algo que ele deveria sentir.

Oráculo: Você sabe por que Morpheus te trouxe aqui. Então... o que você acha? Acha que é “o escolhido”?

Neo: Sinceramente, não sei.

Oráculo: Sabe o que isso diz? (apontando para o dizer que estava no batente da porta) É latim. Diz: “Conhece a ti mesmo”. Vou te contar um segredinho. Ser “o escolhido” é como estar apaixonado. Ninguém pode te dizer se você está. Você simplesmente sabe... e não tem dúvida. Nenhuma.

Esta frase citada na cena ficou muito conhecida a partir de um episódio envolvendo o filósofo grego Sócrates (469-399 a.c.), que o

despertou de uma forma muito singular, para a missão que teria pela frente.

Conta a história que seu amigo Querofonte viajou até a cidade de Delfos, na Antiga Grécia, com o objetivo de consultar a Pitonisa, uma sacerdotisa que, respondia às perguntas dos visitantes do oráculo, inspirada pelo deus Apolo. Construído em homenagem a este deus, o templo de Delfos estava sobre uma fenda que emanava vapores do solo. Esses vapores deixavam a Pitonisa em transe, para que “inspirada por Apolo”, fizesse profecias e respondesse aos peregrinos que vinham de toda a Grécia. Na pórtico do templo estava escrito “Conhece-te a ti mesmo”.

Querofonte perguntou ao oráculo: “Quem era o homem mais sábio?” A Pitonisa declarou que o homem mais sábio dentre todos era Sócrates. Retornando para Atenas Querofonte levou a excitante novidade para Sócrates. Ao saber disso, Sócrates não aceitou inicialmente a afirmação do Oráculo, pois não se considerava sábio. Decidiu então buscar os homens reconhecidos pela sua sabedoria, estabelecendo diálogos com muitas personalidades de Atenas.

Foi então que percebendo as contradições que todos apresentavam, Sócrates finalmente compreendeu o que o Oráculo quis dizer. Concluiu que ele era o mais sábio, não por saber mais, mas por saber que nada sabia, ao contrário dos “sábios” da cidade. Esta frase ilustra bem sua conclusão: “Ninguém de nós sabe nada de belo e de bom, mas aquele homem acredita saber alguma coisa sem sabê-la, enquanto eu, como não sei nada, estou certo de não saber”.

Daí vem sua máxima: “Só sei que nada sei”.

A partir daí Sócrates incorporou a sua missão como “escolhido”, para com os demais de sua época e pátria. Ele falava abertamente que estava sendo orientado por uma força interior originada de Deus, como podemos constatar em suas palavras:

"O Deus, como eu creio e aceitei, me ordenou que viva filosofando e investigando a mim mesmo e aos demais (...) é a ordem de Deus. E estou persuadido de que não há para vós maior bem na cidade que esta minha obediência a Deus. Na verdade, não é outra coisa o que faço nestas minhas andanças a não ser persuadir a vós, jovens e velhos, de que não deveis cuidar só do corpo, nem exclusivamente das riquezas, e nem de qualquer outra coisa antes e mais fortemente que da alma, de modo que ela se aperfeiçoe sempre, pois não é do acúmulo de riquezas que nasce a virtude, mas do aperfeiçoamento da alma é que nascem as riquezas e tudo o que mais importa ao homem e ao Estado."

(Apologia de Sócrates, Platão)

Em *The Matrix* pode-se perceber que a cena entre Neo e o Oráculo é uma referência a este episódio. Especialmente se considerarmos que a filosofia socrática ensina que, apenas pelo autoconhecimento o indivíduo pode desenvolver verdadeiramente os seus potenciais. Um conceito idêntico ao caminho da iluminação ensinado no budismo.

Sócrates afirmava que concretamente a finalidade principal dos atos humanos é a felicidade. E na hierarquia dos valores estabelecidos por ele, o mais elevado grau é o da sabedoria e da virtude, pois ele acreditava que a única maneira do ser humano efetivamente alcançar a felicidade completa e definitiva era desenvolvendo as virtudes morais e éticas. Que só era possível por intermédio do autoconhecimento. Para Sócrates, a virtude identifica-se com o

conhecimento, ou seja, só não age com ética e moralidade quem ainda é ignorante. Em suas palavras:

“Saber e moralidade são o mesmo, e estão indissociavelmente ligados. O único que comete o mal é o ignorante, aquele que conhece o bem só pode praticar o bem.”

(Sócrates)

Sócrates não foi somente bom, procurou também a ciência do ser bom, a ética, a filosofia moral. Ele é considerado o fundador da ética como disciplina filosófica, pois até seu tempo as considerações morais tinham apenas formulações assistemáticas, ao modo dos dizeres sentenciosos.

Ensinar o homem a cuidar de sua própria alma, buscando essa meta principal da existência, era a principal tarefa desempenhada por ele. Em seu método, chamado de maiêutica, ele tendia a despojar a pessoa da sua falsa ilusão do saber, fragilizando a sua vaidade e permitindo, assim, que a pessoa estivesse mais livre de falsas crenças e mais suscetível a extrair a verdade lógica que também estava dentro de si.

Sendo filho de uma parteira, constantemente utilizava a analogia de que fazia “partos das virtudes” dos homens e das verdades, que estavam dentro de cada pessoa. E com essa técnica muito especial e original de conversação, despertava as pessoas com quem dialogava para níveis de consciência mais elevados sobre si.

Ele nada ensinava, apenas ajudava as pessoas a tirarem de si mesmas opiniões próprias e limpas de falsos valores, pois acreditava que o verdadeiro conhecimento tem de vir de dentro, de acordo com a

consciência. Pois, só o conhecimento que vem de dentro é capaz de revelar o verdadeiro discernimento. Assim, as finalidades do diálogo socrático são a catarse e a educação para o autoconhecimento. Dialogar com Sócrates era se submeter a uma "lavagem da alma" e a uma prestação de contas da própria vida.

Nas palavras de seu principal discípulo e renomado filósofo clássico, chamado Platão:

“Quem quer que esteja próximo a Sócrates e, em contato com ele, põe-se a raciocinar, qualquer que seja o assunto tratado, é arrastado pelas espirais do diálogo e inevitavelmente é forçado a seguir adiante, até que, surpreendentemente, vê-se a prestar contas de si mesmo e do modo como vive, pensa e viveu”.

(Platão)

Voltando ao filme *The Matrix*, o oráculo sabia que o medo estava impedindo a confiança de Neo desabrochar, e o nascimento do “escolhido”. Assim como Sócrates em sua jornada, muitos medos pairavam na mente de Neo, como o medo da mudança, o medo de perder o “controle da sua vida”, o medo da responsabilidade, o medo de não conseguir cumprir a sua missão dentro da Matrix.

Mas por outro lado o oráculo também sabia que apenas ele poderia desabrochar a própria confiança e todo o seu potencial. Com isso, ela simulou um exame falso, procurando deixar Neo à vontade para acreditar no que ele quisesse acreditar. Ou seja, que era um cara comum, que não era especial, que não podia ser o tal “escolhido” tão esperado, que salvaria toda a humanidade das máquinas.

Oráculo: *Bem... melhor eu dar uma olhada em você. Abra a boca, diga: "Ah". Muito bem... agora eu deveria dizer: "Ah", interessante, mas... . Aí você diz...*

Neo: *Mas o quê?*

Oráculo: *Mas você já sabe o que eu vou te dizer.*

Neo: *Eu não sou o Escolhido.*

Oráculo: *Desculpe, garoto. Você tem o dom... mas parece que você está esperando por algo.*

Neo: *O quê?*

Oráculo: *Sua próxima vida, talvez. Quem sabe? Essas coisas são assim.*

Muitos indivíduos que iniciam o caminho que pode levar à autorrealização, passam por esse problema. Têm o dom, mas sem confiança em si próprio, e antes disso, sem confiança no fluxo da vida, que pode revelar a missão pessoal. Todos nós temos missões a cumprir dentro desta grande ilusão chamada vida, e indivíduos que muitas vezes teriam grande potencial para alcançar a sua autorrealização, deixam para depois, sempre por causa do apego e do medo.

A questão é que, mais cedo ou mais tarde, quando não compreendemos de forma suave, o fluxo da vida providencia que o entendimento fique bem claro e intenso. No caso de Neo, isso estava bem próximo de acontecer. Uma profecia do Oráculo deixa isso evidente.

Oráculo: *Pobre Morpheus. Sem ele, estamos perdidos.*

Neo: *Como assim, "sem ele"?*

Oráculo: *Você quer mesmo ouvir? Morpheus acredita em você, Neo. E ninguém, nem você, nem eu... pode convencê-lo do contrário. Ele acredita tão cegamente, que vai sacrificar a própria vida para salvar a sua.*

Neo: *Como?*

Oráculo: *Você vai precisar fazer uma escolha. Numa mão, você terá a vida de Morpheus. Na outra mão, você terá a sua vida. Um de vocês vai morrer. Qual de vocês... você escolherá.*

Sinto muito, menino. Sinto mesmo. Sua alma é boa. E odeio dar más notícias a pessoas boas. Mas não se preocupe. Assim que você passar por aquela porta... vai começar a se sentir melhor. Vai lembrar que não acredita nesse papo-furado de destino. Você controla sua própria vida.

Lembra?

Nesse mesmo diálogo o Oráculo também fez questão de enfatizar para Neo o que estava lhe impedindo de tornar-se “o escolhido” e encontrar a sua missão pessoal: o medo de não ter o controle da sua vida. E perder esse medo dependeria da sua capacidade de desapego.

e. Equilibrando as atitudes

Durante o processo de autoconhecimento o indivíduo inevitavelmente chega ao entendimento sobre a necessidade do “equilíbrio perfeito” para que o desapego possa acontecer. Atingir

equilíbrio na vida é o alicerce do processo de autorrealização. O desequilíbrio acontece especialmente devido a tendência para compulsão originada no *Ego*, que devido ao seu modo de operar, vai sempre focar na obtenção de prazer e fuga do sofrimento.

Disciplinar o desejo não significa extinguir qualquer tipo de prazer físico ou psicológico, mas sim não estar amarrado ou controlado por eles, nem condicionar ou acreditar que a felicidade está atrelada à satisfação de determinados desejos. **Os desejos até certo ponto são normais e necessários**, pois eles têm a função primária de preservar a vida orgânica.

O indivíduo deve saber interagir com o mundo que vivemos buscando o equilíbrio dos pensamentos e atitudes, que em um nível mais profundo é o equilíbrio entre o racional e o emocional, entre o masculino e o feminino. É o que o budismo chama de “o caminho do meio”. Como o próprio Buda Sidarta ilustrou: “A corda do violão frouxa, não toca. Porém se for apertada demais, acaba arrebitando. Ela precisa estar na pressão adequada para que toque afinada.”

Não é mortificando o corpo e a mente, retesando ao extremo os limites do organismo, ou vivendo em reclusão, que o homem chega à compreensão da vida. Nem é entregando-se aos prazeres excessivamente que chegará a tal. O desequilíbrio entre as polaridades inevitavelmente trará as devidas consequências, não como uma forma de castigo, mas como um mecanismo de evolução e crescimento interior.

Segundo a filosofia Budista, todo indivíduo que vive em Maya está em constante movimento entre duas polaridades, que funciona como um processo de evolução e crescimento, mesmo quando ele ainda não

está consciente disto. O indivíduo vive constantemente no ciclo (*Samsara*) que é imposto pela lei de causa e efeito (*Karma*), e vai aprendendo aos poucos com as consequências dos erros cometidos.

O Karma (lei de causa e efeito) é uma das imutáveis *Leis Universais* (NAMU-MYOU-HOU-REN-GUE-KYOU) ensinadas por Buda, que precisam ser conhecidas e compreendidas para que seja possível alcançar a autorrealização. Como seres humanos, estamos sempre à procura da felicidade tentando nos desviar dos sofrimentos e das tristezas, mas são exatamente estes que nos proporcionam os aprendizados.

Uma regra básica sobre a lei do Karma: se temos atitudes positivas, teremos retornos positivos. Porém se temos atitudes negativas, o retorno não será diferente.

Mas como definir com mais precisão se uma atitude é positiva ou negativa? Esse conceito de certo ou errado não pode ser cultural? A resposta pode ser resumida em 3 palavras: “respeito aos limites”. Aos limites do seu próximo e aos limites do seu corpo. Quando esses limites são excedidos, as consequências serão inevitáveis.

Sobre os limites do seu corpo é importante ter a consciência que se trata de um instrumento que recebemos para otimização da nossa evolução nessa grande Matrix. E se tomamos atitudes que prejudicam física ou mentalmente esse instrumento, certamente surgirão consequências. Podemos incluir nesse caso os mais variados vícios que existem, como as drogas (incluindo as legalizadas), o sexo inconsequente, o apetite descontrolado, compulsão por exercícios físicos e outros tipos de desequilíbrios que prejudicam a saúde como um todo.

Na verdade o grande objetivo da lei do Karma é deixar o indivíduo pronto para otimizar a sua jornada evolutiva de forma consciente, em busca da autorrealização, ensinando com os erros e acertos, na medida certa. Sempre com a meta de afinar as “cordas do violão”.

Quando falamos de doenças, verificamos que graças à existência da dor ficamos sabendo que estamos doentes, então chamamos um médico para nos examinar e localizar a causa. Se não sentíssemos a dor, a doença progrediria até nos fazer sucumbir.

Portanto:

- 1º – A existência de dor nos possibilita chamar um médico, de imediato;
- 2º – Inicia-se o tratamento e ficamos ansiosos pela cura;
- 3º – Suportamos todo tipo de tratamento, por mais penoso que seja;
- 4º – Uma vez curados, tomamos precauções para não haver recaída ou para não contrairmos novamente a doença.

Sendo assim o homem percebe as dificuldades da vida para que conheça a verdadeira felicidade. Fortalece seu caráter através do sofrimento, como uma condição inevitável à aquisição e acúmulo de virtudes. Saber sair dessas situações com sabedoria é um grande aprendizado, uma relevante vitória.

Essa é uma característica da mente e do desenvolvimento humano, cujo sofrimento funciona como uma grande escola de crescimento pessoal. **Não quero dizer com isso que devemos buscar o sofrimento, porque bom mesmo é aprender pela sabedoria e pelo amor.**

Fazendo referência mais uma vez ao budismo, Sidarta deixou entre os seus ensinamentos as quatro verdades nobres, sendo que a primeira delas é: “A dor é obrigatória, mas o sofrimento é opcional”.

Em outras palavras, viver a vida sempre trará algum tipo de sofrimento, por mais que o Ego tente evitá-lo. Porém, a maneira como o indivíduo lida com o sofrimento depende tão somente dele mesmo. Trata-se de uma questão de perspectiva, e a melhor delas é quando o indivíduo pode compreender o aprendizado que dever ser retirado de determinado sofrimento.

Na trama do filme a inteligência artificial que projetou Matrix não foi capaz de compreender inicialmente a necessidade do sofrimento no processo existencial do ser humano, e quando tentaram criar um mundo perfeito, livre de sofrimento e problemas, obtiveram um grande fracasso, que é citado por Smith na cena em que os agentes estão interrogando Morpheus.



Agente Smith: Já olhou pra tudo isso de cima? Maravilhado com sua beleza, sua genialidade? Bilhões de pessoas, vivendo suas vidas... distraídas. Você sabia que a primeira Matrix foi criada para ser o mundo humano perfeito, onde ninguém sofreria, onde todos seriam

felizes? Foi um desastre. Ninguém aceitou o programa. Perdemos safras inteiras. Alguns acham que não tínhamos a linguagem de programação para descrever o seu mundo perfeito. Mas eu acho que, como espécie, os seres humanos definem a realidade através da desgraça, e do sofrimento. Então o mundo perfeito era um sonho, do qual o cérebro primitivo de vocês tentava acordar. E por isso a Matrix foi recriada assim. O ápice da sua civilização.

Privar os humanos dessa “liberdade” da escolha, mesmo que seja a escolha errada, foi o que causou o colapso na primeira versão de Matrix. Desta forma, foi necessário reformulá-la para que o ser humano pudesse viver nesse seu mundo “imperfeito”, imerso na ilusão de que tem escolha. Como disse o agente Smith: *“Bilhões de pessoas, vivendo suas vidas... distraídas.”*

O fracasso do mundo perfeito que o Arquiteto tentou implantar para que todos pudessem viver felizes em Matrix, mostra a complexidade da psique humana e, serve como uma metáfora sobre a necessidade inata de evoluir, mesmo quando não se está consciente sobre isso.

Estamos em constante movimento, e a maioria das coisas que conseguimos realmente aprender, são baseadas em erros e acertos. Caindo e levantando-se, sofrendo as consequências dos nossos próprios atos. Para o ser humano, ter a possibilidade da escolha é uma condição básica, mesmo que seja uma escolha ilusória.



ハ エア エヤ ヨライヲケキヨス エア エヤ ヨラ
ヨス エア エヤ ヨライヲケキヨス エア エヤ ヨライヲケキ
ライヲケキヨス エア エヤ ヨラ
ア エヤ ヨライヲケキヨス エア
エヤ ヨライヲケキヨス
ヨス エア エヤ ヨライヲケキヨス エア
ハ エア エヤ ヨライヲケキヨス
ヨライヲケキヨス エア
ーヤ ヨライヲケキ
ライヲケキヨス エア エヤ ヨラ
ヨス エア
ヤ ヨライヲケキヨ
ラケキヨス エア エヤ ヨラ
ハ エア エヤ ヨライヲケキヨス エ
ヤ ヨライヲケキヨス エア
イヲケキヨス エア
キヨス エア エヤ ヨライヲケ
ラケキヨス エア エヤ
ア エヤ ヨライ
ア エヤ ヨライヲケキヨス エ
ヤ ヨライヲケキヨス
ヨス エア エヤ ヨライヲケキヨス
エア エヤ ヨライヲケキヨス エア
イヲケキヨス エア エヤ ヨライヲケキヨス エア
ヤ ヨライヲケキヨス

XII. O resgate à Morpheus. Vivendo as sincronicidades e desenvolvendo a intuição



Como já citado, quando o indivíduo não compreende de forma suave, o fluxo da vida providencia que o entendimento fique bem evidente. E isso aconteceu de forma contundente na saga de Neo, quando ele percebe que a previsão do Oráculo estava se concretizando.

E esse fato o levará a enxergar a existência do “fluxo inteligente da vida”, que parecia direcionar os eventos de acordo com o que havia sido previsto. Naquele momento ele tinha que decidir entre permitir que Morpheus fosse morto para não revelar os códigos de acesso à Zion, ou resgatá-lo em circunstâncias que em princípio pareciam impossíveis. Na verdade a decisão de Neo em resgatar Morpheus,

simboliza o resgate da confiança em si e no “grande mistério”, porque para cumprir essa missão, Neo precisaria de muita fé em si próprio e no caminho que se revelava. O contrário disso, seria o medo e o ceticismo tomarem Neo, que não acreditaria ser capaz de salvar Morpheus, e simplesmente o deixaria morrer.

Na trama, felizmente Neo toma a decisão mais acertada, representando o primeiro passo para resgatar a confiança necessária para a sua autorrealização. Após o cumprimento da missão, Neo percebe que os fatos ocorridos coincidiram incrivelmente com as previsões feitas pelo Oráculo, fazendo-o refletir e aceitar algo muito além do seu racionalismo habitual. O que havia acontecido não poderia ser apenas uma mera coincidência.

Esse fenômeno ocorrido com Neo, já é observado por várias filosofias e tradições antigas, onde coincidências muito significativas orientam ou trazem respostas ao indivíduo que as vive. Mais recentemente, em 1920, este fato chamou a atenção de um dos mais brilhantes pupilos de Sigmund Freud, o renomado psicoterapeuta Carl Jung. Ele estudou com afinco as intrigantes coincidências significativas, em centenas de casos que teve a oportunidade de acompanhar. Durante as sessões com seus pacientes, Jung os incentivava a seguir as direções apontadas por essas “coincidências”. Ele denominou esse fenômeno como “*Lei da Sincronicidade*”, devido à sincronia que os eventos apresentam entre eles.

Jung buscou embasamento em uma área que acreditou se encaixar perfeitamente com a sua teoria, a *mecânica quântica*, atendendo amplamente as suas expectativas. Durante anos contou com a ajuda de um físico austríaco chamado Wolfgang Pauli, o que resultou em um pequeno livro, de autoria conjunta, que questionava as leis

clássicas da física. "Sincronicidade: um princípio de conexões acausais", publicado em 1952.

Sobre a *Lei da Sincronicidade*, chegaram à conclusão que eventos e pessoas podem ter uma relação sincrônica em determinadas ocasiões de suas vidas. Em especial quando precisam compreender ou decidir situações extremamente importantes.

Em outras palavras, a teoria afirma que quando buscamos uma determinada resposta, ou conhecimento, ou direção, uma "força superior" parece conspirar de forma a orientar ou realizar o que é necessário. E isso acontece por sutis ou berrantes "coincidências", que nos fazem questionar sobre a casualidade do ocorrido, além de situações que apontam de forma muito clara em uma determinada direção.

Existem várias formas de detectarmos uma real sincronicidade. Exemplos:

- *Cláudio era um jovem que sempre gostou muito de informática e procura preparar-se cada vez mais para conseguir o seu espaço no mercado de trabalho, de preferência em uma grande empresa. Ele tinha uma grande necessidade de se estabilizar financeiramente. Ao assistir uma palestra sobre novas tendências da tecnologia, o palestrante falou sobre uma determinada linguagem de programação que vem aos poucos ganhando mercado em alguns países do mundo. Como não era muito difundida no seu próprio país, Cláudio não deu muita atenção ao assunto. À noite em sua casa, Cláudio ligou a televisão e coincidentemente estava passando uma reportagem sobre a tal linguagem de*

programação falada pelo palestrante.

No dia seguinte, após tomar o seu café da manhã, Cláudio pegou um ônibus em direção ao seu trabalho e grande foi a sua surpresa quando outro jovem sentou-se ao seu lado e colocou no colo uma apostila da mesma linguagem de programação. Cláudio incomodado com tantas coincidências perguntou ao jovem sobre a apostila, que por sua vez afirmou fazer parte de um curso que estava iniciando na cidade. Cláudio não sabia por que mas havia ficado muito interessado em fazer o tal curso, afinal não havia nenhuma perspectiva de utilizar aquele conhecimento no mercado de trabalho que atualmente atuava.

Ao chegar a seu local de trabalho, folheou o jornal e quase como um farol o anúncio da escola que estava oferecendo o tal curso, da tal linguagem de programação, praticamente saltou chamando a sua atenção.

Não perdendo mais tempo Cláudio ligou para o telefone da escola e na mesma semana tudo deu certo para que ele iniciasse o curso, com um mínimo de esforço.

Dois meses após ter concluído o curso, já considerando o dinheiro investido jogado fora, Cláudio vê na internet um anúncio de uma multinacional contratando programadores daquela linguagem específica de programação. Em pouco tempo estava empregado, estabilizado financeiramente e crescendo na grande empresa que estava agora trabalhando.

- *Paula estava vivendo sérios problemas emocionais, pois o seu casamento passava por uma tremenda crise, com constantes desentendimentos que ela não conseguia entender muito bem por que aconteciam. Ela queria muito progredir com o seu relacionamento, mas sentia que faltava compreender alguns pontos fundamentais para melhorar os atritos que vinham acontecendo no dia a dia. Naquela noite, Paula sonhou com uma amiga que não via há pelo menos 6 anos, e no sonho as duas estavam conversando bem descontraídas.*

Pela manhã, havia marcado de ir ao supermercado com a sua própria mãe, que coincidentemente comentou que havia sonhado com a mesma amiga de Paula. Intrigada com a tremenda coincidência, ela foi para casa pensando no assunto e quando estava preparando o almoço, o telefone tocou insistentemente fazendo Paula largar as panelas para atender.

Grande foi o seu espanto quando percebeu que era a mesma amiga que estava telefonando depois de seis anos. Passado o susto, intrigada com tudo aquilo, Paula marcou um encontro para conversarem.

Pois foi justamente essa amiga que fez Paula enxergar os erros que vinha cometendo em seu casamento, baseando-se em suas próprias experiências. Ela indicou a terapia de casais que havia feito com o seu marido, que deu muito resultado para eles.

O resultado foi fantástico e Paula e seu marido conseguiram uma harmonia jamais vivida anteriormente.

- *Depois de muito, Pedro tempo conseguiu juntar o dinheiro que precisava para dar entrada no financiamento de um carro usado, que tanto precisava. Ele partiu pelas agências da cidade em busca do carro que queria, quando de repente... foi amor à primeira, ele ficou encantado com um certo carro. Tudo era perfeito, a roda, o estofado, a cor... e o valor que tinha em mãos era o suficiente para a entrada. Pedro se informou da documentação necessária para dar entrada no financiamento e foi providenciar o mais rápido possível. No dia seguinte voltou à agência para realizar os procedimentos, mas quando foi abrir a pasta com os documentos que havia levantado... cadê a pasta? Havia perdido no caminho.*

Mediante a este transtorno, Pedro teve que providenciar tudo novamente. No outro dia deu entrada no financiamento, que levaria 2 dias para ser analisado segundo o atendente. Quatro longos dias se passaram até que o resultado da análise retornasse a agência, que foi... negativo! O cadastro dele não havia sido aprovado, pois a renda comprovada segundo o banco não era suficiente.

Indignado com tantas dificuldades Pedro pensou: “agora eu compro esse carro nem que seja a última coisa que eu faça”.

Foi até o seu irmão que tinha uma renda superior a sua e pediu que financiasse o carro em seu nome. O irmão que sempre foi muito unido com Pedro, estranhamente negou o seu pedido, pois não queria comprometer o seu crédito.

Sem dar-se por vencido, Pedro pediu o mesmo favor a um amigo, e este finalmente concordou. Com isso em alguns dias Pedro conseguiu tirar o carro da agência.

Dois dias depois conheceu uma amiga de sua namorada que estava vendendo um carro, do mesmo modelo e cor que o que havia comprado, só que mais conservado e bem mais barato. Este fato chateou Pedro pela possibilidade de ter feito um melhor negócio com a amiga de sua namorada, mas o que o chateou de verdade, foi o carro que ele comprou ter fundido o motor depois de 7 meses de uso.

- *Bianca era uma jovem de 16 anos que estava em vias de terminar o ensino médio e encontrava-se muito indecisa com o curso superior que gostaria de fazer. Filha de um bem sucedido advogado, havia uma pressão da família para que fizesse o curso de direito, mas esta era uma profissão que ela tinha certeza não querer para si. Fez alguns testes vocacionais mas não chegou a conclusão nenhuma, até que um certo dia conheceu o tio de uma amiga, quando a estava visitando.*

Não teve muito tempo para conversar com ele, mas algo em sua figura chamou muito a sua atenção. No dia seguinte foi ao shopping com a sua mãe, quando contrariando todas as estatísticas encontrou o tio de sua amiga. Achou interessante a tremenda coincidência, mas incrível mesmo foi quando no outro dia encontrou novamente o tio de sua amiga sozinho tomando um café expresso em uma lanchonete. Bianca cumprimentou o homem que também se mostrou surpreso com o novo encontro, porém movida por uma força inexplicável, Bianca pediu licença para sentar-se e iniciou uma conversa. Descobriu que ele era psicólogo e teve a oportunidade de conhecer melhor sobre o dia a dia, e as características do que envolvia essa profissão.

O resultado foi imediato. Bianca havia decidido! Estudaria psicologia.

Esses exemplos mostram como acontecem as sincronicidades nas mais variadas situações, que chamam a atenção pelos acontecimentos inusitados e uma forte sensação específica, que aprende-se a identificar com o tempo. Estar atento aos acontecimentos e sentimentos, pode levar ao vivenciamento prático dessas fantásticas “coincidências”, que direcionam e orientam.

Depois de ter vivido essa tremenda sincronicidade, Neo teve a sua confiança resgatada e finalmente percebia que por mais que quisesse estar no controle da sua vida, existia um fluxo inteligente que parecia estar verdadeiramente no controle. Além disso, descobre que alinhar-se ao fluxo que havia sido previsto pelo oráculo, o levaria ao cumprimento de sua missão.

Assim também é com o indivíduo que busca o seu desenvolvimento pessoal e o alinhamento com sua missão de vida. O raciocínio racional (hemisfério esquerdo) jamais pode confiar, porque a sua natureza é a dúvida. A confiança nas sincronicidades, assim como o desenvolvimento da intuição depende de uma sutil confiança no fluxo da vida, depende do desenvolvimento da sensibilidade emocional e percepção intuitiva (hemisfério direito), que nos sintoniza com sentimentos de confiança que nos guiam ao longo do caminho.

a. Há uma diferença entre conhecer o caminho e percorrer o caminho

Mesmo depois de tudo o que havia passado, Neo ainda não acreditava que era, ou poderia ser “o escolhido”. O fato de ter vencido o seu racionalismo excessivo não provava que ele realmente poderia salvar toda a humanidade do planeta.

Vejamos o diálogo que acontece quando ele salva Trinity de dentro do helicóptero, que explode no edifício logo após o resgate de Morpheus:

Morpheus: *Eu sabia. Ele é o Escolhido. Você acredita agora, Trinity?*

Neo: *O Oráculo... Ela me disse...*

Morpheus: *Ela te disse... o que você precisava ouvir. Só isso. Cedo ou tarde você vai perceber, como eu... que há uma diferença entre conhecer o caminho... e percorrer o caminho.*

Morpheus quis dizer que, Neo ainda não estava pronto para aceitar a sua condição de “escolhido”, e o Oráculo sabia disso. Sabia que se tentasse forçar a aceitação deste fato, poderia comprometer todo o processo de compreensão que ele estava vivenciando. Também sabia que existia uma diferença muito grande entre ele acreditar que era o “escolhido” e efetivamente tornar-se o “escolhido”.

Assim também acontece no processo de autoconhecimento e desenvolvimento pessoal. Cada pessoa é única e tudo tem que acontecer respeitando o tempo individual de cada um. Além disso, uma coisa é tomar consciência sobre o estado desejado, e outra muito diferente, é atingir esse estado.

É muito comum que um indivíduo que busca o autodesenvolvimento compreenda a necessidade de mudanças de alguns comportamentos e crenças em si mesmo, que acontece no nível consciente, porém, até que essa reprogramação efetivamente aconteça no subconsciente, é necessário muito mais paciência e persistência. As vezes existe a necessidade de mudar hábitos negativos e até vícios, que certamente exigirão muito mais esforço para mudança.

Também existe a tendência ao autoengano, que pode acontecer por intermédio da distorção desses nobres propósitos de mudança. Isso ocorre quando o Ego se apropria da compreensão sobre a necessidade de mudança e desenvolve uma nova máscara, levando o indivíduo ao autoengano. Ou seja, o indivíduo sabe que precisa mudar um padrão em si mesmo, mas o Ego não quer a mudança (ele nunca quer), e para evitar muito esforço nesse sentido é criada uma máscara para que o indivíduo acredite que a mudança já ocorreu, que ele já é o “eu idealizado”, resultando em comportamentos artificiais e contraditórios, especialmente para as pessoas que fazem parte dos círculos de relacionamento.

Mas como as máscaras são incongruentes, é possível para o indivíduo perceber-la, pois em sua base estão a mentira, o medo e a necessidade de ser aceito. No fundo o indivíduo sabe que ele ainda não é o que procura representar para todos, basta querer sinceramente enxergar e abrir mão daquele personagem. Apenas dessa maneira será possível que as mudanças realmente aconteçam e que um “novo eu” possa emergir, baseado na verdade e na espontaneidade.



XIII. Neo enfrenta os agentes. A morte da antiga personalidade



A barreira mais difícil de ser superada ainda estava por vir, que levaria Neo a aceitar e ser “o escolhido”. Ele precisava vencer os agentes, que são uma metáfora do ato de enfrentar e vencer os seus próprios medos e limitações, ou o próprio *Ego*, que tenta induzir o indivíduo ao nível subconsciente. Quando ele se vê em frente ao agente Smith, Neo quer e acredita que pode vencê-lo, mas a sua confiança ainda não era suficiente.

Smith também é a representação de sua *máscara*, o seu “eu ilusório”, que luta bravamente para sobreviver, mostrando-se como uma entidade autônoma e disposta a tudo para continuar no controle.

Neo se sai bem na luta contra o Smith, porém ser derrotado seria inevitável. Por quê? Porque Neo ainda estava apegado a conceitos da sua antiga personalidade, e de nada adiantaria acreditar que era o escolhido. O antigo Neo tinha que morrer por completo para que o novo Neo renascesse.

Ao perceber que ainda não podia vencê-lo, ele decide fugir, porém não consegue chegar até o telefone para escapar da Matrix, quando finalmente é baleado e morto pelo agente Smith.



Trata-se de uma cena que representa esse estágio do processo de autoconhecimento, uma metáfora para o famoso arquétipo da fênix, que se trata de um símbolo de morte e renascimento de um novo ser. O arquétipo do mito da fênix foi originado no antigo Egito e posteriormente adotado pela cultura grega. A lenda conta sobre esse enorme pássaro com penas vermelhas e douradas, capaz de uma peculiaridade muito incomum. Ao morrer o pássaro era consumido por suas chamas internas, até a total combustão, para depois renascer, renovada a partir das próprias cinzas.

Existem algumas interpretações diferentes sobre esse arquétipo, porém a que tem maior relação com a cena citada está diretamente relacionada com o processo de desenvolvimento pessoal. No processo de autoconhecimento o indivíduo que busca a autorrealização chega a um estágio em que a máscara precisa ser destruída para que o *Eu verdadeiro* (Self) possa se manifestar. E a única maneira disso acontecer é pelo total desapareço ao personagem criado.

No filme, isso pode ser representado pelas duas personas do protagonista, Thomas A. Anderson e Neo. Tomas representa essa personalidade ilusória criada ao longo da vida, para que ele pudesse viver na Matrix e ser aceito pela sociedade em que vivia. Enquanto Neo, o hacker, representa o *Eu real*, que não se adequa a sociedade convencional, que observa os fatos de forma desassociada, que questiona a realidade e busca com todas as forças ser livre.

Apenas com a morte de Thomas A. Anderson seria possível que Neo finalmente pudesse manifestar tudo o que ele poderia ser. Em seu íntimo o protagonista queria tornar-se definitivamente Neo, por já ter consciência de que Thomas A. Anderson era um personagem ilusório, criado a partir de necessidades que ele não tinha mais. Um personagem ainda preso ao mundo de Matrix e submetido às suas regras e parâmetros.

Isso pode ser percebido na cena em que o protagonista e o Agente Smith estão nos trilhos do metrô.

Agente Smith: *Está ouvindo Sr. Anderson? É o som do inevitável. O som da sua morte. Adeus Sr. Anderson.*

Neo: *Meu nome é Neo!*

Ironicamente Smith estava certo quando diz que a morte do Sr. Anderson era inevitável, mesmo depois de resistir tão bravamente. Thomas Anderson não podia vencer a Matrix, pois ainda estava preso às suas regras e parâmetros. Apenas libertando-se desse personagem ele poderia manifestar Neo em toda sua potência, e finalmente vencer a Matrix.

Na jornada rumo a autorrealização, em algum momento o indivíduo precisará destruir essa personalidade falsa que foi criada para se defender e conquistar, para amortecer e controlar, uma personalidade baseada em medo, ódio e mentira. Em algum momento a máscara inevitavelmente precisa morrer, para que o *Eu real* possa se manifestar em toda a sua potência.

Porém, isso significa abrir mão de toda a sua “história”, de todas as “conquistas”, de todos os vícios e apegos, o que pode ser extremamente desafiador para o indivíduo que chega a este estágio. Na verdade, este é o seu papel no processo rumo a autorrealização, conhecer a si mesmo e libertar-se dos apegos. Trata-se de um processo que depende diretamente do desapego, do ato de abrir mão, até o momento em que a transformação acontece.

Assim como aconteceu com Neo, o indivíduo não tem controle sobre essa transformação. Ele faz a sua parte até um certo ponto, mas o processo que leva à morte e renascimento da sua essência ocorre naturalmente, quando se está pronto. Na maioria das vezes o indivíduo em busca da autorrealização, precisa passar por situações que o levem aos seus limites, ao fundo do poço, para que consiga se libertar das antigas matrizes (com licença do trocadilho) e renascer totalmente livre. Neste processo é comum que fique mais escuro antes

de clarear. Mas na verdade o que é chamado de crise, sempre é uma oportunidade de se curar, uma oportunidade de mudar a direção.

O fato é que, assim como aconteceu com Neo, na jornada rumo a autorrealização é necessário que morra a velha personalidade, e com ela morram os medos, as incertezas e os apegos, para que o renascimento do *Eu real* seja possível.

Outro grande símbolo deste processo de morte do antigo homem e renascimento para uma nova vida, repleta de valores e comportamentos mais elevados, é o conceito de renascimento no espírito, tão difundido entre os cristãos. Em uma conversa com Nicodemos, Jesus Cristo ensina que só é possível alcançar o *Reino de Deus*, nascendo de novo. Nas palavras que são atribuídas a ele:

³ Jesus respondeu, e disse-lhe: Na verdade, na verdade te digo que aquele que não nascer de novo, não pode ver o reino de Deus.

⁴ Disse-lhe Nicodemos: Como pode um homem nascer, sendo velho? Pode, porventura, tornar a entrar no ventre de sua mãe, e nascer?

⁵ Jesus respondeu: Na verdade, na verdade te digo que aquele que não nascer da água e do Espírito, não pode entrar no reino de Deus.

⁶ O que é nascido da carne é carne, e o que é nascido do Espírito é espírito.

⁷ Não te maravilhes de te ter dito: Necessário vos é nascer de novo.

⁸ O vento assopra onde quer, e ouves a sua voz, mas não sabes de onde vem, nem para onde vai; assim é todo aquele que é nascido do Espírito.

(João 3:3-8)

Apesar de outras interpretações existirem, “reino de Deus” é um processo interno, um estado que deve ser conquistado por aquele que verdadeiramente procura seguir os ensinamentos do Cristo.

Um novo modo de vida, que acontece ainda neste mundo, como pode ser compreendido no versículo 8. Em outro episódio na vida de Jesus, essa relação do “reino de Deus” com um estado interno, ou estado de espírito, fica bem evidente.

²⁰ E, interrogado pelos fariseus sobre quando havia de vir o reino de Deus, respondeu-lhes, e disse: O reino de Deus não vem com aparência exterior.

²¹ Nem dirão: Ei-lo aqui, ou: Ei-lo ali; porque eis que o reino de Deus está dentro de vós.

(Lucas 17:20,21)

Como já citado anteriormente, o personagem Neo também representa Jesus, o escolhido que veio para salvar a humanidade de sua ignorância. Um iluminado capaz de vencer as ilusões do mundo e libertar outras pessoas desse julgo maligno.

Renascimento de Neo – A importância dos relacionamentos

Na cena em que Neo morre, Morpheus, Trinity e Tank, não acreditam no que veem, porque tinham convicção de que ele era “o escolhido”. Em especial Trinity, considerando que o Oráculo havia lhe dito que ela se apaixonaria pelo escolhido e, era exatamente o que havia acontecido em relação a Neo.



Trinity: Não estou mais com medo. O Oráculo disse que eu me apaixonaria e que o homem que eu amaria... seria o Escolhido.

Então, veja... você não pode estar morto.

Não pode estar... porque eu te amo. Está me ouvindo?

Eu te amo.

Neste momento ele desperta como “o escolhido”, finalmente pronto para enfrentar os agentes e o sistema de Matrix. Sem medo, sem apegos e no total controle da sua própria mente, que resulta em novas e poderosas habilidades para cumprir a sua missão. Neo havia transcendido os limites da Matrix e agora podia manipulá-la como desejasse.



Graças a Trinity, ele finalmente compreendeu o que estava acontecendo. Ela havia lhe dado um fundamental suporte, em forma de palavras e gestos amorosos, que fez Neo acreditar de uma vez por todas ser “o escolhido”. Sem ela, Neo não teria renascido.

Essa cena entre Neo e Trinity simboliza um dos grandes caminhos que podem levar a autorrealização, os relacionamentos. O momento do renascimento para a condição de “escolhido”, iniciou junto com o relacionamento como casal entre eles. Trinity confessa que o ama beijando-o e a partir daí tudo muda.

Podemos ver esse episódio como uma metáfora do processo de autoconhecimento em busca da autorrealização. Porque, apesar da autorrealização ser um processo particular, só é possível alcançá-lo quando o indivíduo efetivamente alcança uma maestria na habilidade de se relacionar. Por isso, saber se relacionar é uma das chaves para a autorrealização.

Quando me refiro a relacionamentos, estou me referindo a todos os tipos de relacionamentos e não apenas aos amorosos, incluindo os

relacionamentos familiares, fraternais, profissionais, com objetos, com animais, com a natureza, com o invisível e até consigo mesmo.

Ou seja, os relacionamentos são verdadeiras escolas para o processo de autoconhecimento e desenvolvimento pessoal, especialmente porque são extremamente desafiadores. Além disso, só é possível para um indivíduo ser verdadeiramente feliz tendo relacionamentos equilibrados em todas as áreas da vida.

A verdade é que o ser humano é naturalmente social, e possui diversas *necessidades físicas, psicológicas e emocionais*, diretamente relacionadas a outras pessoas, como a necessidade do toque, do sexo, de aceitação, de afeto e algumas outras que podem ser conhecidas no **anexo deste livro**. Então, é de extrema importância saber classificar os tipos de relacionamentos, para dedicar energia e tempo adequados para desenvolvê-los e mantê-los saudáveis. Esta é uma premissa básica da saúde mental, conceituada pela psicologia.

O contrário disso, ou seja, dificuldades em se relacionar com os outros e consigo mesmo, podem ser consideradas psicopatologias, que na maioria das vezes requer que o indivíduo passe por um processo de cura. É por isso que atualmente existe tanta procura por terapias de casal e familiares, ou até a psicoterapia individual, visando à harmonização desses relacionamentos.

Levando para o contexto filosófico ou religioso, os relacionamentos sempre são enfatizados, seja na forma de mandamentos ou ensinamentos de grandes mestres da humanidade.

Dos grandes ensinamentos e exemplos deixados por Jesus, podemos destacar os que foram considerados por ele os mais importantes dentre todos:

³⁶ *Mestre, qual é o grande mandamento na lei?*

³⁷ *E Jesus disse-lhe: Amarás o Senhor teu Deus de todo o teu coração, e de toda a tua alma, e de todo o teu pensamento.*

³⁸ *Este é o primeiro e grande mandamento.*

³⁹ *E o segundo, semelhante a este, é: Amarás o teu próximo como a ti mesmo.*

⁴⁰ *Destes dois mandamentos dependem toda a lei e os profetas.*

(Mateus 22:36-40)

³⁴ *Um novo mandamento vos dou: Que vos ameis uns aos outros; como eu vos amei a vós, que também vós uns aos outros vos ameis.*

(João 13:34)

¹⁰ *Se guardardes os meus mandamentos, permanecereis no meu amor; do mesmo modo que eu tenho guardado os mandamentos de meu Pai, e permaneço no seu amor.*

¹¹ *Tenho-vos dito isto, para que o meu gozo permaneça em vós, e o vosso gozo seja completo.*

¹² *O meu mandamento é este: Que vos ameis uns aos outros, assim como eu vos amei.*

(João 15:10-12)

Não é necessário ir muito fundo no estudo de filosofias ou religiões, sejam ocidentais ou orientais, para perceber em sua base a importância de uma boa conduta social e relacionamentos saudáveis nas diversas áreas da vida. O que também pode ser encontrado nas

modernas psicoterapias, cujas definições de saúde mental estão diretamente relacionadas a relacionamentos harmônicos.

Por isso, o indivíduo que busca o seu desenvolvimento pessoal precisa ter em mente esse parâmetro: **os relacionamentos são escolas no processo evolutivo e a atitude de fugir deles, ou não resolver os problemas existentes nesta área, apenas atrasa mais o processo de desenvolvimento.** Os dramas são lições a serem aprendidas, que quando assimiladas, proporcionam uma “mudança de fase”. Vamos conhecer um pouco mais delas nos tópicos que seguem.

a. Relacionamentos familiares

Relacionamentos familiares são os mais desafiadores, tanto em relação à família de origem, quanto em relação à família formada na vida adulta. Porém, podemos dizer que os desafios da família formada é um reflexo dos desafios iniciados na família de origem. Em outras palavras, os conflitos que ocorrem na família construída é um reflexo dos conflitos sem solução que tiveram início na sua família de origem. Essa constelação familiar pode ser formada pelos pais, avós, tios, irmãos ou simplesmente as pessoas responsáveis pela criação, além de todos os que fizeram parte do período infantil.

Nesta fase em que a personalidade e o sistema de crenças e valores estão se formando, a criança cria com facilidade crenças limitantes sobre si e sobre a vida. É durante a infância que podem ser formados traumas, mágoas e pactos de vingança em relação a esses familiares, que na maioria das vezes estão em nível inconsciente. O resultado disso pode ser o desenvolvimento de mecanismos de defesa e

controle do ego, da *máscara* ou falso eu, criado para se proteger e conquistar, além de diversos tipos de psicopatologias, desde as mais aceitáveis até as consideradas antissociais.

Para quem está vivendo uma jornada de autoconhecimento, buscando curar-se e desenvolver-se rumo a autorrealização, inevitavelmente será necessário buscar harmonia com essa constelação familiar. Enquanto não for possível verdadeiramente perdoar, ou se perdoar e agradecer cada um deles, por absolutamente tudo, a jornada não se completará.

Além disso, para que seja possível compreender e resolver os conflitos que ocorrem na família formada pelo indivíduo, será fundamental compreender e resolver qualquer conflito existente na família de origem. Porque na verdade esses dramas familiares são uma projeção dos “problemas em aberto” com a família de origem.

Porém, o que torna a resolução desses conflitos mais complicada é o fato de que em geral o indivíduo não quer olhar para isso, porque admitir esses dramas pode gerar um conflito direto com o seu sistema de valores (Superego). Colocando de outra maneira, admitir que se tem problemas com esses familiares, ou admitir que se tem estados emocionais negativos em relação ao pai ou a mãe, é socialmente visto como “errado”, e pouco aceito no contexto social. Por isso, no geral esses estados emocionais são reprimidos no inconsciente, fazendo com que seja muito difícil para o indivíduo enxergar ou admiti-los.

Um dos mais evidentes indicadores é a indiferença em relação a esses familiares, que aparentemente é “passiva”, porém trata-se de uma variação do ódio. A indiferença é um fruto do ódio. Entretanto, pode haver ódio inconsciente no sistema mesmo para familiares que

convivem ou demonstram estar tudo bem no relacionamento entre eles, o que pode ser percebido nas “guerras frias” que são criadas.

Por exemplo:

Joana é uma mãe que faz questão de exibir como é dedicada à sua filha, Teresa. Dedicada até demais, na visão de Teresa, que na verdade sente-se sufocada com o excesso de “cuidados” da sua mãe, o que acaba gerando constantes conflitos, que geralmente são encerrados com a mesma frase de sempre: “Eu cuido de você porque te amo”.

Quando criança, Joana foi muito controlada pela mãe, que a criou para ser uma boa dona de casa, e suprimiu todos os seus sonhos, em especial a grande paixão que tinha pelo dança artística. Ainda jovem ela se prometeu que seria uma ótima mãe e jamais controlaria os seus filhos daquela forma, dando toda a liberdade que precisavam para escolherem seus próprios caminhos. E durante o seu desenvolvimento até a fase adulta, nutriu uma grande mágoa inconsciente da mãe, por não ter apoiado o seu projeto para tornar-se uma dançarina artística.

Quando Teresa nasceu uma das primeiras coisas que Joana disse foi: “Essa será uma grande bailarina”. E durante a sua criação, ela procurou realizar esse sonho em sua filha, que muito cedo já demonstrava não ter nenhum talento para a dança, causando grande frustração na mãe.

Joana tentava cumprir a promessa feita em sua juventude, procurando conscientemente dar liberdade para Teresa escolher o seu caminho, mas de fato ela sempre a sabotava de alguma maneira, usando a desculpa de estar protegendo ou cuidando. Porém, de fato Joana ainda era influenciada pela mágoa que sentia de sua mãe, além de um desejo inconsciente de ver seu sonho ser realizado em sua filha. Por

esse motivo, nutria mágoa por Teresa, sentindo-se frustrada por que ela não correspondia ao seu desejo, e com isso sabotava constantemente os projetos e sonhos próprios da filha.

Tudo isso sendo processado em nível inconsciente, porque, no consciente ela acreditava que estava dando liberdade para a filha escolher, e apenas procurava protegê-la de “possíveis ameaças” ao longo de seu caminho.

E ainda existe o conflito entre Joana e a própria mãe, que por sua vez tentava manter uma relação próxima, porém Joana sempre inventava uma desculpa para evitar os compromissos familiares, comparecendo àqueles que eram os mais relevantes, apenas para manter uma máscara de “boa filha”.

Existem muitas variações de dramas familiares que são projetados na família formada na idade adulta. No caso do exemplo citado, enquanto Joana não se permitir enxergar essa grande mágoa ou ódio que tem de sua própria mãe, e efetivamente trabalhar-se para perdoá-la, os problemas com a sua filha continuarão, sem o menor controle.

Além da projeção de mágoas e sonhos frustrados nos filhos, também é muito comum à projeção de carências criadas na fase infantil, no atual cônjuge, como veremos no tópico correspondente logo abaixo.

b. Relacionamento romântico

Em minha jornada cheguei à conclusão de que o relacionamento romântico é uma peça fundamental neste grande quebra-cabeças chamado felicidade e autorrealização. Porque, alguns aspectos dos nossos próprios conflitos internos só podem ser trabalhados neste tipo de relacionamento. Ou seja, apenas em um romance é possível alguns trabalhos que podem direcionar o indivíduo para a autorrealização, como a metáfora do filme Matrix indica. E o principal deles é o *efeito espelho*.

O *efeito espelho* acontece a partir de uma característica inata humana: somos influenciados pelo meio. Podemos comprovar isso com alguns casos fáceis de serem observados, como a influência linguística, quando um sujeito desenvolve um sotaque específico de uma região que foi morar. Ou a adoção de jargões ou expressões que um determinado grupo social utiliza. Ou seja, é comum que os indivíduos que formam um casal absorvam características um do outro, como a maneira de falar, filosofia pessoal, gostos pessoais, trejeitos e etc. Por esse motivo dizem que depois de muito tempo juntos os elementos que formam um casal ficam muito parecidos.

Voltando ao efeito espelho, a assimilação dos defeitos também faz parte dessa absorção de características. Ou seja, o cônjuge passa a apresentar exatos defeitos que o indivíduo tem em si mesmo, o que pode ser praticamente insuportável, especialmente quando ainda não é possível ver o defeito em si mesmo. Além disso, depois de muito tempo o cônjuge passa a conhecer os “pontos fracos”, as feridas que mais doem, e durante uma discussão sabem como ninguém dizer aquilo que não quer ser ouvido.

Por isso, muitas vezes os conflitos em um relacionamento romântico são pistas sobre o que precisa ser trabalhando individualmente, e com a devida sabedoria e boa vontade, muitas lições podem ser aprendidas. E o primeiro passo para que isso seja possível é a aplicação da autorresponsabilidade, visando identificar com muita humildade qual é a sua parte no desenvolvimento do conflito, na certeza de que ela existe.

É muito comum que os dramas que ocorrem na relação de um casal tenham iniciado no período infantil, na convivência com a família de origem. Ou seja, o indivíduo tende a projetar esses dramas familiares, originados na infância, em seu cônjuge, recriando os conflitos na esperança inconsciente de que agora será tudo do jeito que deseja. E isso acontece bem no início da relação, mais precisamente na escolha do parceiro. O que estou afirmando é que, inconscientemente resolvemos desenvolver relacionamentos românticos mais duradouros com pessoas que tenham características dos familiares que temos problemas, e que tem o potencial de reproduzir os mesmos dramas. Não é por acaso que durante as discussões seja muito comum que ambos se portem como crianças. Situações que muitas vezes tornam a convivência insuportável, mesmo quando o casal se ama muito.

O fato é que o relacionamento romântico é um aspecto fundamental no processo de desenvolvimento pessoal no caminho para a autorrealização e acima de tudo, na missão de ser feliz. Mais do que isso, é a formação de um casal harmônico, ou seja, um casal que se complementa de verdade, apoiando-se nas caminhadas individuais de desenvolvimento. Poder desfrutar desse nível de relacionamento é um grande privilégio que nem todo mundo consegue atingir em vida.

No filme *The Matrix*, o casal Trinity e Neo pode ser uma metáfora para esse aspecto do desenvolvimento pessoal.

c. Relacionamentos fraternais

Dizem que os amigos são a família que escolhemos, e de certa forma isso é verdade. Os relacionamentos fraternais e a história desses relacionamentos, tanto os antigos como os atuais, podem dizer muito sobre um indivíduo. Principalmente porque a família fraternal nasce da identificação dos gostos pessoais, ou seja, um indivíduo acaba fazendo amizades com pessoas que tenham desenvolvido algum tipo de *rapport*, ou empatia.

Porém, mesmo com pontos em comum, as personalidades sempre são diferentes e por isso os amigos podem funcionar como verdadeiros conselheiros ou mentores em determinadas fases da jornada de um indivíduo. Agregando novos conceitos à sua visão de mundo, ou ajudando a superar algum aspecto necessário em seu caminho.

Além disso, é muito comum que para um indivíduo os relacionamentos fraternais sejam a única fonte de afeto. Que por sua vez é uma necessidade básica humana. Em outras palavras, o ser humano, mesmo que inconscientemente, busca por afeto, cuja fonte pode ser um relacionamento fraternal.

Indivíduos que, devido a conteúdos inconscientes, não conseguem ter uma relação de afeto com familiares ou cônjuges, costumam desenvolver relacionamentos afetivos com um ou um grupo de amigos. Como já citei, na verdade isso é muito comum. Não é raro ver

um casal que são parceiros e até amantes apaixonados, mas que buscam afeto em amizades externas.

Por isso os relacionamentos fraternais podem ser muito importantes para o indivíduo que busca pelo autodesenvolvimento. Porque, além dos benefícios já citados, compreendê-los mais profundamente pode proporcionar várias pistas sobre os próprios conflitos internos que precisam ser resolvidos.

d. Relacionamentos profissionais

Apesar de parecerem mais efêmeros, devido a sua natureza transitória, para muitas pessoas a relação com o trabalho é que recebe mais ênfase em detrimento as demais, e com isso, os relacionamentos com colegas, chefes ou subordinados tornam-se verdadeiras ferramentas no processo de desenvolvimento pessoal. Especialmente porque o sujeito muito provavelmente projetará os seus dramas familiares, criados durante a infância, nos seus relacionamentos profissionais, o que também é muito comum acontecer.

Por isso, os relacionamentos profissionais podem ser uma porta para se conhecer e até resolver esses conflitos, na promoção de uma verdadeira cura.

Além disso, a atividade profissional tem uma relação direta com o nosso propósito no mundo, ou a descoberta dos dons naturais. É inquestionável que as pessoas são muito diferentes e nascem com dons bem variados, que se traduzem em afinidades com

determinadas áreas do conhecimento, como artes, ciências, arquitetura, esportes, gestão de pessoas e muitas outras.

Todos têm um ou mais dons, mesmo aqueles que acreditam não possuírem nenhum tipo. Na verdade esses ainda não descobriram claramente quais são, mas certamente não será difícil descobrir algumas pistas a partir de alguns gostos pessoais, ou nas antigas fantasias infantis.

O indivíduo que descobre os seus dons naturais e consegue alinhar a sua profissão com eles, é uma pessoa realizada nesta área da vida. O contrário disso é a pessoa que, pela pressão social ou influencia familiar, não conseguiu descobrir e desenvolver os seus dons naturais, optando por profissões que não estão alinhadas com o seu propósito de vida, o que a longo prazo, gera uma profunda insatisfação ou frustração nesta área. E digo “a longo prazo”, porque é muito comum haver autoengano, no sentido de aprender a gostar de uma determinada profissão e até ficar bom nela, tão somente pela necessidade de aceitação. O problema é que tudo o que é construído baseado na mentira, inevitavelmente desmorona, mais cedo ou mais tarde.

Por isso, pode ser muito interessante olhar para os sentimentos e conflitos na área profissional, pois dependendo a disposição do indivíduo, que exige de uma boa dose de coragem, muitas revelações podem acontecer.

e. Relacionamento consigo mesmo

Um relacionamento saudável consigo mesmo pode ser resumido na ausência de conflitos internos, que refletirá diretamente nos relacionamentos externos. Como vimos nos tópicos anteriores, os vários tipos de relacionamentos que estamos submetidos podem funcionar como verdadeiras ferramentas de autoconhecimento e desenvolvimento pessoal. Porque em todos eles é possível ter acesso à padrões negativos de comportamento, que sempre fazem o indivíduo entrar no mesmo vale de lágrimas. E quando se pode perceber esse padrões negativos (trazer para o nível consciente), torna-se possível trabalha-los e efetivamente deixá-los para trás, vivenciando um verdadeiro processo de cura interior.

Devido à característica social inata do ser humano, a verdadeira felicidade só pode ser alcançada quando o indivíduo consegue vivenciar relacionamentos saudáveis de todos os tipos. Não tem como ser feliz sem afeto, amor, cumplicidade e vários outros estados emocionais fundamentais para a saúde mental do indivíduo, e conseqüentemente para a saúde física.

Porém, é impossível desenvolver relacionamentos harmônicos em qualquer área da vida se não existe um relacionamento saudável consigo mesmo. Ou seja, assumir a própria responsabilidade no sucesso ou fracasso dos relacionamentos, e não simplesmente colocar a culpa nos outros, como se eles tivessem a responsabilidade de fazê-lo feliz.

Essa é a essência do relacionamento consigo mesmo. Conhecer-se e curar-se, assumindo novos padrões positivos e saudáveis de comportamento, para que seja possível alcançar plenitude na própria

vida. Quanto mais é possível conhecer-se, mais é possível alcançar a cura dos conflitos internos.

No processo de autodesenvolvimento, por mais que o indivíduo tenha progredido em sua jornada, se não existe harmonia em algum tipo de relacionamento, significa que ainda existe mágoa, ódio ou culpa em seu sistema, o que o impedirá de prosseguir para níveis mais elevados de consciência. Impedirá que a autorrealização possa acontecer.

Como um profissional da área de desenvolvimento pessoal, devo dizer que vejo muito autoengano. **Muita gente falando de amor ao próximo sem ter a capacidade de olhar para os conflitos criados na própria família, como se fosse possível varrer isso para debaixo do tapete. Só que não é!** E por mais mérito que o indivíduo tenha, por mais que tenha se desenvolvido em vários outros aspectos, enquanto houver esses estados emocionais negativos em seu sistema, a autêntica e duradoura felicidade nunca será possível. Especialmente porque o indivíduo continua mascarando as feridas internas, querendo parecer ser o que na verdade não é. Com isso, os conflitos inevitavelmente continuarão se apresentando.

E se for o caso da pessoa envolvida em um drama de relacionamento já ter falecido, lembre-se que perdoar ou perdoar-se, deve acontecer internamente. Mesmo que a pessoa estivesse viva, da mesma maneira precisaria acontecer internamente. Por isso, também é possível resolver uma culpa, mágoa, ódio ou pacto de vingança com alguém que já se foi.

Esse é o motivo que leva as psicoterapias modernas terem como tema central os relacionamentos, ou a busca pela harmonia nesta área. A grande maioria das doenças mentais (psicopatologias) estão

relacionadas a desajustes nos relacionamentos sociais. Muitos casais, profissionais ou familiares percebem a necessidade de ajuda e sabiamente buscam terapeutas de vários tipos para curar-se e harmonizar suas relações. Atualmente existem terapias individuais, familiares, para casais, para pais e muitas outras.

Para o indivíduo que verdadeiramente busca o seu desenvolvimento pessoal e harmonia dos relacionamentos, a busca pela psicoterapia pode ser de grande valia. Assim como precisamos cuidar do corpo, também é importante cuidar da mente.





A figura do “escolhido” simboliza o indivíduo que finalmente atinge a autorrealização, ou iluminação, como é conhecido nas filosofias orientais. O “reino dos céus ensinado” por Jesus, ou o “nirvana” ensinado por Buda, todos sinônimos desse mesmo estado em que o indivíduo domina totalmente a sua mente, tornando-se senhor de seus pensamentos, sentimentos e emoções. Um autorrealizado é senhor de si e conseqüentemente de sua vida, sendo capaz de transcender o plano dos cinco sentidos habituais e vencer esse mundo de ilusões que estamos submetidos.

De acordo com a psicologia humanista, o autorrealizado (atingiu a transcendência) é alguém que atingiu harmonia em todas as áreas de sua vida, como a área familiar, a área profissional, a área financeira, a área amorosa e da saúde. É alguém sem conflitos, tanto externos quanto internos, que desenvolveu uma mente desapegada e equânime e por isso está sempre em paz. E acima de tudo, um autorrealizado é verdadeiramente feliz.

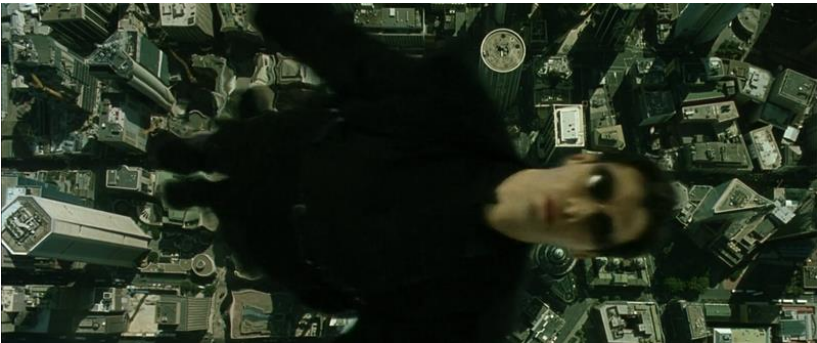


ハ エア エヤ ヨライヲケキヨス エア エヤ ヨラ
ヨス エア エヤ ヨライヲケキヨス エア エヤ ヨライヲケキ
フイヲケキヨス エア エヤ ヨライヲケキヨス エア
キヨス エア エヤ ヨライヲケキ
ハ エア エヤ ヨライヲケキヨス エア
ア エヤ ヨライヲケキヨス エア
エヤ ヨライヲケキヨス
ヨス エア エヤ ヨライヲケキヨス エア
ハ エア エヤ ヨライヲケキヨス
ヨライヲケキヨス エア
ーヤ ヨライヲケキ
ラ イヲケキヨス エア エヤ ヨラ
ヤ ヨライヲケキヨ
ヨス エア
ヲケキヨス エ
ラ ケキヨス エア エヤ ヨラ
ハ エア エヤ ヨライヲケキヨス エ
ヤ ヨライヲケキヨス エア
イヲケキヨス エア エ
キヨス エア エヤ ヨライヲケ
ラ ケキヨス エア エヤ
ハ エア エヤ ヨライヲケキヨス エ
ヤ ヨライヲケキヨス
ヨス エア エヤ ヨライヲケキヨス
エア エヤ ヨライヲケキヨス エア
イヲケキヨス エア エヤ ヨライヲケキヨス
ヤ ヨライヲケキヨス

XV. O encontro com a missão pessoal

A última cena do filme certamente passa despercebida para a maioria das pessoas que assistem, porém tem um papel fundamental no fechamento do filme, pois ela confirma a intenção de relacionar a saga de Neo ao caminho da autorrealização. A subida aos céus, ou arrebatamento, ou nirvana, ou iluminação, são símbolos que representam o alcance da autorrealização e podem ser encontrados nas mais variadas literaturas sacras e filosóficas.

O final do filme *The Matrix* proporciona um desfecho inesperado e com forte conteúdo filosófico, quando Neo fala pelo telefone com a própria Matrix, provavelmente personificada no “Deus Ex Machina” (que é revelado no terceiro filme).



Neo: Sei que você está aí. Eu sinto você agora.

Sei que está com medo. Está com medo de nós.

Está com medo das mudanças. Eu não conheço o futuro.

Eu não vim aqui te dizer como isso vai acabar. Eu vim aqui te dizer como vai começar.

Vou desligar este telefone.

E vou mostrar a essas pessoas o que não quer que elas vejam. Vou mostrar a elas um mundo... sem você.

Um mundo sem regras e controle, sem limites e fronteiras. Um mundo onde tudo é possível.

Para onde vamos daqui... é uma escolha que deixo pra você.

A fala de Neo deixa muito claro que ele havia abraçado a sua missão como “o escolhido”, e que faria de tudo para despertar as pessoas que viviam na Matrix para a verdade por trás da ilusão. Ele finalmente estava pronto para enfrentar todo aquele sistema.

Esse trecho do filme pode ser uma metáfora sobre o “chamado para a missão” que se apresenta para todo aquele que despertou das ilusões existenciais. Uma missão totalmente relacionada a ajudar outras pessoas no despertar de suas ilusões pessoais, e a alcançarem harmonia em suas vidas, a partir da compreensão de que a felicidade depende da ausência de conflitos internos e relacionamentos harmônicos.

Este é um conceito muito presente no Budismo. Um indivíduo que atinge a iluminação sente a necessidade de abraçar a missão de despertar outras pessoas para essa maravilhosa realidade. Está em sua essência. Buda ampliou o seu conhecimento sobre a mente humana e a partir de grandes transformações interiores, conquistou a paz interior e imunidade ao sofrimento. Depois da sua iluminação, passou 45 anos ensinando outras pessoas a fazer o mesmo. Organizou comunidades de monges e praticantes que buscavam este mesmo estado de iluminação, sempre orientados por ele.

Podemos ver este mesmo exemplo na história de outros mestres da humanidade, que após encontrarem a sua autorrealização, se dedicaram a ajudar outras pessoas a encontrarem o mesmo estado, como é o caso de Jesus, Buda, Sócrates, Krishna, Lao Tsé, Confúcio e muitos outros, engajados nesta tão fundamental missão de amor.

Aparentemente é o destino de todos aqueles que se libertam dessa gigantesca Matrix, ajudar os seus semelhantes a chegarem no mesmo estado de liberdade, sintonia e felicidade. Isso está na programação básica, no fato de sermos seres sociais e, na compreensão atingida de que verdadeiramente somos todos uma só consciência.



ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア エヤ ヨヲ
ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ

フ イヲ ケキ ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア

キ ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア

ア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア

エ ヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス

ヨス エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ ヨス

ヨヲ イヲ ケキ ヨス エア

エ ヤ ヨヲ イヲ ケキ

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ

ヲ イヲ ケキ ヨス エア エヤ ヨヲ

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ

ヨス エア

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ

ハ エア エヤ ヨヲ イヲ ケキ

Conclusão

Chegamos ao fim desse livro e nessa conclusão eu convido você a avaliar a sua própria situação dentro dessa grande Matrix existencial. Você sente a inquietação pela verdade? Ou você já é alguém desperto? Já conhece seus dons e está consciente da sua missão pessoal? Ou depois de se machucar um pouco no mundo real, deseja voltar para a Matrix? Qual a sua condição?

Se você não quer saber de nada disso e prefere a pílula azul, é um direito seu, e jamais lhe julgaria por isso. Pode continuar acreditando que a vida é apenas isso: escolher uma profissão, formar uma família, pagar os impostos, ser respeitado, deixar um legado...

Mas, se você sente que a jornada de autoconhecimento e autodesenvolvimento já começou na sua vida, siga com coragem, e coloque toda a sua energia nisso, na certeza de que esse é o maior propósito da sua existência. Busque compreender a si mesmo, encontre suas crenças limitantes, confronte as suas sombras, suas máscaras, seus estados emocionais e suas ilusões autoimpostas. Descubra os seus dons, alinhe-se com a sua missão e finalmente renasça como “o escolhido”.

Para isso, é fundamental compreender que estamos todos interligados em uma mesma consciência, e que a autêntica felicidade

não é possível sem ajudar o próximo em seu caminho. Mais do que isso, “o escolhido” não só compreende, como vivencia essa linda missão.

Confie que o *fluxo da vida* te guiará, que as informações e pessoas certas serão colocadas ao longo do caminho, e mesmo com todas as adversidades que certamente surgirão, você alcançará a autorrealização e até a transcendência, se assim você acreditar.

Então. Qual é a sua condição? Seja qual for vá em frente, faça a sua história acontecer, viva o seu Neo, encontre o seu oráculo, descubra a sua missão, vença os seus agentes e a sua Matrix. Por que, existem muitos aprisionados na Matrix precisando da sua ajuda!

Você ainda tem uma chance... ainda não acabou... então a pergunta que fica é: Qual pílula? Vermelha ou azul?



Leia o anexo para maior aprofundamento em alguns assuntos.

Fazendo uma analogia, funciona como ondas de rádio, que são captadas pela nossa mente. O inconsciente coletivo é uma ferramenta que está relacionada à característica humana de ser social, e de ter necessidades sociais. Ele facilita a adaptação a novos grupos, que podem ser micros (família, empresa) ou macros (cidade, país). Por outro lado, estar inserido em um inconsciente coletivo nocivo pode ser muito ruim. Se um indivíduo começa a participar de um grupo violento, como uma gangue por exemplo, mesmo que este indivíduo originalmente seja dócil, rapidamente assumirá características violentas, e isso acontece imperceptivelmente para ele, devido ao *inconsciente coletivo* do grupo.

Existem inconscientes coletivos de tamanhos variados e idades das mais diversas. Alguns podem durar milênios, enquanto outros estão em constante mutação. No dia a dia um indivíduo é submetido a muitos deles, de acordo com os grupos sociais que participe, sofrendo influência direta em sua maneira de pensar e seu comportamento.

Existem algumas variações conhecidas deste conceito, que na essência é a mesma coisa, como o termo “egrégora”, e o termo “holopensene”.

II. Arquétipos

De acordo com Carl Gustav Jung, os arquétipos são conjuntos de “imagens primordiais” originadas de repetições progressivas das experiências de comunidades durante muitas gerações, armazenadas no inconsciente coletivo. É a personificação de modelos de comportamentos que estão presentes em um grupo específico, e que influenciam seus membros de acordo com o seu perfil e personalidade. Em outras palavras, no inconsciente coletivo de um grupo estão presentes diversos arquétipos e, um indivíduo pode ser influenciado por um ou mais deles, de acordo com o seu nível de afinidade, baseado em sua personalidade.

Um exemplo simplificado: O inconsciente coletivo de uma comunidade indígena tem em sua base os arquétipos do *guerreiro*, da *sacerdotisa*, da *grande mãe*, do *caçador*, do *artesão*, do *artista* e do *governante*. Em geral, os integrantes inconscientemente se adequarão a um desses modelos, de acordo com suas afinidades e personalidades.

Existem muitos tipos de arquétipos e a definição de quais são varia muito ao longo dos anos, porém de acordo com uma concepção mais moderna descrita no livro “O herói fora da lei”, de Mark e Carol Pearson, a grande maioria e muitos deles são variações de 12 principais, sendo eles: Herói, Bobo da Corte, Criador, Inocente, Fora-da-lei, Cara Comum, Prestativo, Explorador, Mago, Amante, Governante, Sábio.

III. Máscaras

O conceito *máscaras* foi originado na *psicologia analítica*, ou como também é conhecida, *psicologia junguiana*, e tem o objetivo de explicar um importante elemento criado pelo *Ego*, para proteger a psique de choques traumáticos, controlar, ou para buscar aceitação no campo dos relacionamentos.

Máscara é a personalidade que um indivíduo cria inconscientemente movido pelo *Ego*, para mostrar ao mundo. Trata-se da imagem como um indivíduo mostra-se nas interações sociais diversas, assim como a atitude que assume em resposta aos estímulos externos e internos.

É importante saber diferenciar a identidade da personalidade (máscara). A personalidade significa um personagem representado nos relacionamentos e situações, sempre com o objetivo de proteção, controle ou aceitação. Já a identidade é a parte espontânea no indivíduo, própria e singular, conhecida como *Self* na *psicologia junguiana*. É a verdade por trás da(s) máscara(s).

O indivíduo começa a desenvolver suas máscaras ainda criança. Como já vimos anteriormente, são necessidades psicológicas a “aceitação” e “o sentimento de estar incluso em um contexto social”, que é um reflexo das necessidades básicas de sobrevivência e segurança. Por isso, nos primeiros anos de vida a criança já busca essas duas coisas, resumindo-se na total atenção dos pais, que na maioria das vezes não conseguem atender a sua expectativa altamente maximizada.

Para a criança tudo o que acontece gera sentimentos maximizados, processados mais predominantemente no campo emocional do que no racional. Em outras palavras, a expectativa da criança por atenção é muito alta, e quando é ignorada, mesmo por alguns instantes justificáveis para os pais, provavelmente produzirá grande frustração na criança. Ou seja, é quase impossível evitar que uma criança sintase desamparada, especialmente nos primeiros anos de vida.

A partir dessas frustrações, a criança passa a desenvolver estratégias para obter essa atenção, que pode variar entre chantagens e bom comportamento, dependendo do ambiente externo, originando assim os primeiros traços da sua personalidade. Porém a máscara e suas “submáscaras”, que acompanharão o indivíduo pela idade adulta, formam-se especialmente a partir de relevantes choques nas interações familiares, que aprendi a chamar de “choques de desamor”. É difícil dizer a faixa etária que isso ocorre, pois varia muito de caso para caso, mas em geral é entre os 5 e 10 anos de idade.

A máscara encobre o *Self*, e com isso o indivíduo perde sua espontaneidade, para dar lugar a uma persona que é uma mentira, para si mesmo e para os outros. Sempre visando especialmente três objetivos: ser aceito, controlar situações e pessoas, além de proteger-se de frustrações.

A máscara é composta por aparências e atitudes específicas, sempre com a intenção de “passar uma imagem” e alcançar objetivos específicos, que quando são patológicos estão no nível inconsciente. Fazem parte da composição das máscaras a maneira como se fala, os assuntos mais falados, a maneira como se veste e os gostos pessoais.

Existe uma máscara mais predominante, mas podemos trocar de máscara dependendo da situação e local. Os seus tipos podem variar entre culturas e influências do momento.

As máscaras são as distorções ou exageros dos nossos dons, ou do nosso eu “real”, por isso, por trás de cada máscara existe um cerne positivo.

Exemplo: Alguém que usa a *máscara do galã*, veste-se de acordo com os seus objetivos de aceitação e controle, enquanto quem está livre da máscara veste-se de acordo com o que tem mais significado interno, livre dessas carências inconscientes.

A máscara principal é formada por alguns elementos:

- 1 – O eu idealizado: Trata-se do eu ideal, vislumbrado pelo indivíduo. O que ele gostaria de ser;
- 2 – Mecanismos de controle do Ego: Página 172;
- 3 – Mecanismos de defesa do Ego: Página 164.

Com o passar do tempo, o indivíduo começa a acreditar ser a própria máscara, perdendo o contato com o seu *Self* (eu real), o que inevitavelmente resulta em diversas consequências desinteressantes. A primeira delas é torna-se uma pessoa vazia, superficial e sem contato com o seu próprio universo interior, agindo predominantemente a nível subconsciente.

Bem na base de uma máscara, podem existir estados emocionais muito negativos, como ódio, rancor, mágoas profundas, inveja, prepotência, culpa, dentre outros. Sendo a própria máscara um instrumento para ações proporcionalmente negativas, como a vingança, a conspiração, a autossabotagem e o controle.

O resultado prático disso são vários, mas especialmente uma grande dificuldade nos relacionamentos em seus vários níveis, especialmente devido as ações originadas dos mecanismos do Ego, e a falta de congruência entre o que se diz e o que se faz. Em geral, apenas o indivíduo acredita ser o “eu idealizado”, enquanto as pessoas mais próximas o percebem de outra maneira.

Existem as “máscaras benéficas” e as “máscaras patológicas”, sendo o segundo tipo mais comum. As “máscaras benéficas” são importantes para a saúde mental do indivíduo, nos diversos tipos de relacionamentos que é submetido, podendo usá-las conscientemente de acordo com a situação. Como um ator representando seus personagens.

Por exemplo: Um indivíduo consciente entende a importância de deixar na empresa o “personagem profissional”, para assumir o “personagem pai de família”, ao chegar em casa. Tentar utilizar o “personagem profissional” em casa, pode frustrar as expectativas dos familiares e resultar em alguns relevantes problemas.

Porém, um indivíduo só consegue representar esses personagens de forma consciente e espontânea quando for capaz de “curar-se” do que gerou suas “máscaras patológicas”, agindo assim a partir do seu “eu real”, o seu *Self*.

Apenas o autoconhecimento pode elevar o nível de consciência sobre si mesmo, e revelar quais tipos de máscaras são utilizadas. E o mais importante, o que originou essas máscaras. Quais foram os choques no passado que levaram o *Ego* do indivíduo a criar essas máscaras? Essa resposta é importante por que apenas a consciência sobre essas dores e todo o mal criado a partir delas (para si e para os outros),

pode resultar em uma autêntica cura. Que por sua vez acontece a partir de uma resignificação desses acontecimentos, harmonizando-os ao sistema. Ou seja, quando a cura é alcançada, torna-se possível a manifestação do “eu real” (*Self*), que trará muitos resultados positivos para o indivíduo.

Identificá-las é uma missão difícil, cuja necessidade surge a partir de repetidas crises nos relacionamentos e na vida. Normalmente o indivíduo precisará de ajuda para fazê-lo, porque na maioria dos casos estará preso a um ciclo de sadomasoquismo, viciado nas emoções obtidas pelo uso das máscaras negativas.

Porém, é possível ter sucesso nessa missão dedicando-se a uma sincera auto-observação, e para auxiliar nessa tarefa, segue abaixo a descrição de alguns exemplos de máscaras, cujo objetivo é gerar *insights* nesse sentido. Existem muitas variações de máscaras, sendo quase impossível classificá-las, por isso fique à vontade para uma livre interpretação, de acordo com o seu entendimento.

O(a) intelectual

Quer parecer muito inteligente e dotado de sagacidade superior. Está sempre arrumando motivos para falar sobre suas formações acadêmicas, obras produzidas ou livros que tenha lido.

Porém, um pouco mais de intimidade com o indivíduo que utiliza essa máscara logo revela que a o seu conhecimento não é tão aguçado assim na área que se propõe, não sendo incomum a descoberta de mentiras que embasam a sua “intelectualidade”.

Em seu mundo interior precisa ser reconhecido como intelectual, para suprir alguma carência relacionada à baixa autoestima nesta área, provavelmente originada na infância.

O pai/A mãe de família

Quer passar para os outros uma imagem de ser comprometido(a) com os membros da família. Superprotetor(a). Porém na intimidade de seus familiares pode ter um comportamento totalmente inverso ou inconsistente, que para o indivíduo pode ser imperceptível, passando-se em nível inconsciente. Provavelmente precisa acreditar que é um bom pai/mãe de família, para suprir carências nesse sentido, especialmente de desejos não realizados na infância, que podem ser projetados nos filhos.

Também existe a possibilidade de existir em seu íntimo a necessidade de repetir os dramas familiares vividos na infância, que em geral são projetados no cônjuge.

O(A) ativista

O(A) ativista autêntico(a) promove ações continuadas com vistas a uma mudança social ou política, que julguem benéfica, como é o caso dos veganos, ecologistas, naturalistas, feministas, movimento GLS e muitos outros. Porém, o indivíduo que cria a máscara do ativista precisa criar publicamente uma imagem radical, e em qualquer esfera de relacionamento o seu assunto é sempre o mesmo, sua militância.

Condena abertamente quem é contrário à sua filosofia, sempre criticando de forma agressiva, beirando o ódio. Seus comentários e teorias ideológicas, parecem colocar o indivíduo que usa essa máscara “acima” da sociedade que vive, que aparentemente é inferior intelectualmente por não pactuar dos mesmos pensamentos.

Normalmente o que move esta máscara é a necessidade de sentir-se reconhecido como alguém “especial” e incluso em um grupo social que identifique-se. Não é incomum que em sua intimidade não seja tão militante assim, mantendo apenas uma “fachada” para seus relacionamentos mais superficiais. Porém com o tempo, inevitavelmente passará por conflitos internos e externos.

O galã

Faz de tudo para ser o centro dos suspiros femininos, mesmo quando não tem atributos para isso. Porém, pode sim ser dotado de alguma beleza, que é usada negativamente para controlar ou obter atenção. Os indivíduos que a usam são em geral muito vaidosos e precisam ser reconhecidos como atraentes, sentindo-se desejados pelas mulheres que os cercam, apesar de não serem na maioria das vezes.

A motivação dessa máscara normalmente é uma grande carência de atenção feminina, ou uma intensa necessidade inconsciente de machucar, devido a traumas gerados na infância. Por isso o galã está sempre busca o controle de suas “vítimas”.

A sexy

Segue o mesmo princípio do galã, porém mais voltada para o público masculino, apesar do reconhecimento feminino também ser importante. Precisa sentir-se desejada por todos a sua volta e utiliza abertamente a sedução para controlar pessoas e situações. Em geral a motivação dessa máscara é uma grande carência de atenção masculina, ou uma intensa necessidade inconsciente de machucar.

Em geral, os indivíduos que usam essa máscara não possuem referência paterna, gerando grande carência ou ódio inconsciente da figura do pai, que é projetado para o gênero masculino em geral e nos relacionamentos mais próximos.

Romântico(a)

Precisa passar a imagem de que está pronto(a) para um grande amor, ou vivencia um. Ele(a) é um exemplo de romantismo quando está em público, elogiando e homenageando o cônjuge frequentemente, dando a entender que se trata de um romance sólido e equilibrado. Porém, na intimidade todo aquele romantismo desaparece, resultando em inevitáveis conflitos conjugais.

Quando está fora de uma relação amorosa, procura deixar claro para todos ao seu redor que é alguém com todos os atributos necessários para um romance duradouro. Além de claramente buscar por um(a) parceiro(a).

A necessidade de ser visto como romântico(a) pode ser motivada pela falta desse elemento na família que foi criado(a) e, provavelmente

vem acompanhada de grandes mágoas dos pais, que são projetadas no cônjuge.

Homem/mulher de negócios

Quer passar uma imagem de sucesso em seus negócios, como alguém bem sucedido profissionalmente e financeiramente, mesmo quando não é. Suas vestimentas preferências são as utilizadas pelos profissionais de sucesso em sua área de atuação. Precisa sentir-se aceito em uma sociedade, que na sua interpretação, mede o sucesso de alguém pela ascensão profissional.

Em geral é uma máscara movida pela carência de ser reconhecido, visto como alguém de grande capacidade na área que atua, muito provavelmente devido a uma baixa autoestima inconsciente. Ou pela necessidade de controlar as pessoas e situações ao seu redor, criando o seu próprio “império” imaginário.

Espiritualizado(a)

Tenta passar uma imagem de que vive para e pelo espiritual, colocando-se acima do mundo material que vivemos. Sempre tem uma explicação espiritual para tudo nos seus círculos de relacionamento e faz questão de deixar claro quais são as suas crenças/rituais. Além disso, está sempre disposto a dar uma aula sobre o que acredita ser espiritualidade.

Como toda máscara inevitavelmente cai com o tempo ou com a intimidade, é comum que em sua rotina particular o indivíduo fraqueje nas doutrinas, apresentando certa incongruência entre o que diz e o que faz. Trata-se de uma das máscaras mais difíceis de identificar e trabalhar, porque o indivíduo acredita ser o “eu idealizado”, enxergando-se como alguém espiritualmente superior aos demais, e sendo assim, tem muito mais dificuldades de enxergar seus estados emocionais e ações negativas.

Enquanto o indivíduo acredita ser um “iluminado”, as pessoas ao redor não o veem da mesma maneira, por perceberem as suas constantes incongruências.

O(A) artista

Faz questão de falar abertamente sobre seus talentos artísticos, sendo capaz de demonstrações com o mínimo de incentivo, iniciando assim uma apresentação com a meta de ser o centro das atenções. Está constantemente preparado para uma exibição, independente da área, tendo instrumentos, repertórios ou obras sempre à mão, chegando a causar constrangimento nos grupos que se relaciona.

Como é fácil perceber a grande motivação é uma carência pelo reconhecimento de seus talentos, que provavelmente foi negado na idade infantil, levando o indivíduo a buscar isso na idade adulta, em suas relações em geral.

O(A) atleta

Segue o mesmo princípio do *artista*, porém com um exibicionismo mais passivo. O indivíduo que usa essa máscara demonstra uma clara carência de reconhecimento de seus talentos atléticos, que provavelmente foi negado pela família durante a infância, podendo até ter sido ridicularizado em suas metas.

“O(A) atleta” sempre faz questão de exhibir suas conquistas esportivas e atribuições físicas, relatando seus “grandes feitos”. É comum estar vestido, ou utilizando acessórios que deixam clara a sua “condição de atleta”. Em grande parte dos casos, devido à cristalização de alguma crença limitante, absorvida durante sua criação, pode constantemente sabotar-se inconscientemente, cumprindo assim todas as previsões negativas sobre seus talentos esportivos.

Religioso(a)

O indivíduo que utiliza essa máscara sempre procura deixar clara a sua religião na primeira oportunidade, evidenciando sua “aura religiosa”, demonstrada verbalmente ou pela expressão corporal. Além da vestimenta, que precisa estar sempre alinhada com a sua doutrina. O que diferencia o autêntico religioso de um indivíduo que usa essa máscara é a profundidade. Enquanto o primeiro verdadeiramente vive sua doutrina, conhecendo-a a fundo, o segundo apenas mantém uma fachada, que cai facilmente com o tempo e intimidade, devido a diversas incongruências entre o que “prega” e o que faz.

A motivação dessa máscara está relacionada à carência de sentir-se respeitado, especialmente no nível moral, ou de controlar o seu meio,

utilizando a religião como ferramenta, valendo-se da autoridade de sua doutrina.

Profissional dedicado(a)

Diferente da máscara “homem/mulher de negócios”, que focam na imagem de sucesso e estrelato, o indivíduo que usa essa máscara é o bom profissional de carreira. Aquele que tende a ficar por toda a vida na mesma empresa, ou até no mesmo cargo, extremamente engajado às suas atribuições. Quer passar a imagem de alguém totalmente dedicado a uma profissão ou uma corporação, sempre colocando o trabalho antes de tudo. Usa o uniforme da corporação, pública ou privada, até quando não é necessário, não sendo raro levar trabalho para casa, o que pode gerar conflitos com os familiares.

Normalmente tem dificuldades em outras áreas da vida e usam a área profissional como uma fuga. Na base dessa máscara também pode estar um enorme medo de escassez ou instabilidade, além de uma exagerada carência por segurança.

O playboy/rico

Essa máscara pode ser utilizada por indivíduos que tentam passar uma imagem do que na verdade não são, ou por aqueles que são, mas que usam essa condição para serem aceitos e controlarem seus relacionamentos. Nos dois casos a livre ostentação de itens

considerados caros, da moda ou de marca, faz parte de sua estratégia, além da exibição de meios sociais de “alto nível” ou viagens de lazer.

Em alguns casos, tenta passar uma imagem de ser “rico de berço”, mais conhecido como “filho de papai”, e que não tem nenhuma obrigação, estando comprometido apenas em curtir a sua condição privilegiada, mesmo quando trata-se de uma fachada mantida a duras penas.

Apesar das motivações serem diferentes, nos dois casos a origem dessa máscara acontece também na infância, seja pela falta ou pelo excesso, respectivamente nessa ordem.

A perua/rica

Trata-se da contraparte da máscara do playboy, sendo movida pelas mesmas motivações e objetivos. Da mesma maneira, tem a crença de que esses “valores” são importantes para que seja feliz, fazendo questão de adotá-los. É também conhecida como “filha de papai” ou “patricinha”.

Bom(a) moço(a)

Passa a imagem de ser incapaz de agredir alguém, física ou verbalmente, ou de ter um comportamento ríspido. Essa máscara tem o objetivo de fazer parecer que o indivíduo tem uma personalidade dócil, especialmente para ser aceito nos ciclos sociais que participe, porém na verdade trata-se exatamente do oposto.

Normalmente o indivíduo que usa essa máscara já teve muitos problemas com a própria agressividade, e faz de tudo para esconder essa característica de seus relacionamentos em diversos níveis, que pode ser percebida com um pouco mais de intimidade. Então a sua principal motivação é esconder esse lado agressivo e ser aceito nos meios sociais.

Valentão(ona)

Essa máscara utiliza preferencialmente a fisionomia fechada e sisuda. Na maioria das vezes está mal humorado(a), e sempre deixa muito claro pela sua postura, que está pronto para uma briga ou conflito, bastando ser minimamente provocado(a) para isso. É comum que seus gostos pessoais e assuntos preferenciais sempre evidenciem o seu “poder” para um confronto, caso seja necessário, e não é raro que exibam armas ou habilidades marciais em suas interações.

Na essência essa máscara esconde muito medo e insegurança, e utiliza a ameaça de agressão como uma proteção. Porém o indivíduo que a utiliza só é capaz de efetivar uma agressão quando está certo de sua superioridade, porque do contrário, no primeiro sinal de perigo real é o primeiro a fugir.

Em geral têm muita dificuldade de lidar com os próprios sentimentos ou expressá-los. A principal motivação dessa máscara é proteger a real fragilidade do indivíduo, especialmente a fragilidade emocional, além da necessidade de controlar aqueles que considera fundamentais em sua vida.

O(A) líder

Tem como característica a tentativa de direcionar as decisões de um determinado grupo social que esteja inserido, mesmo quando não existe necessidade ou abertura para isso. Nos relacionamentos conjugais faz sempre questão de tomar as decisões, procurando influenciar toda e qualquer “direção”. Frequentemente faz autoelogios, enaltecendo suas características especiais, que o habilita como líder. A sua motivação principal é a necessidade de controlar, devido a uma enorme carência de reconhecimento. Por isso escolhem (inconscientemente) parceiros que se permitam ser controlados ou direcionados, assim como acontece nas amizades. O indivíduo que usa essa máscara, sempre prefere “ter razão do que ser feliz”.

O(A) tribal

Essa máscara tem o objetivo de deixar claro que o indivíduo faz parte de alguma “tribo”, ou grupo social específico, como: nerds, geeks, punks, cowboys(girls), emos, esotéricos, torcedores fanáticos, fã clubes, dentre outros. Normalmente sua aparência deixa clara a tribo que faz parte, além de seus assuntos e comportamentos.

O indivíduo que usa essa máscara é motivado por uma enorme carência de pertencer ou ser aceito por algum grupo social, além da necessidade de um sentido maior para a própria vida. É uma máscara muito comum entre adolescentes, mas também utilizada por adultos, em menor escala. Na adolescência, a maior motivação dessa máscara é uma desconexão de sua própria família, na qual o indivíduo não sente-se aceito, engajado ou participante.

Humilde e desapegado(a)

Quer passar a imagem de ser alguém extremamente humilde e desapegado dos bens materiais, que acontece por intermédio da maneira como se veste e fala. É muito comum que o indivíduo que usa essa máscara diga abertamente que “não se importa com bens materiais”, e que prefere uma vida livre de ostentações, criticando abertamente aqueles que ostentam.

A sua motivação é ser aceito nas interações sociais, e até reconhecido como alguém especial, apesar de ter ou não prosperidade em sua vida. No segundo caso (não ter), usa a máscara para esconder de si mesmo uma enorme inveja e arrogância em relação aqueles que alcançaram o que acredita ser prosperidade.

Prestativo(a)

Está sempre pronto para ajudar, e procura deixar isso muito claro em seus relacionamentos, que por sua vez acabam abusando amplamente dessa característica.

Apesar da grande maioria dos indivíduos que usam essa máscara serem dóceis, não é incomum que apresentem uma personalidade até agressiva, especialmente quando julgam não haver reciprocidade nas ações.

A grande motivação dessa máscara é uma enorme carência por ser aceito nos relacionamentos e grupos sociais que participa, além do desejo de controlá-los, tornando-os dependentes de seus “favores”. Na maioria dos casos o indivíduo que utiliza essa máscara se considera

mais capaz do que os outros, e a sua “compulsão” em ser prestativo é uma maneira de confirmar isso para si mesmo.

O(a) antissocial

O indivíduo que usa essa máscara é conhecido como aquele que sempre falta aos eventos sociais que é convidado, ou sequer aceita o convite, sempre com uma desculpa pronta na “ponta da língua”. Ele pode ser mais ou menos comunicativo quando não tem como evitar algum encontro social, e até gentil, mas no geral é um dos primeiros a se ausentar, normalmente com muita descrição.

Trata-se de uma máscara que visa ocultar uma enorme dificuldade de se relacionar em níveis mais íntimos, ou um tremendo medo de expor-se, devido a uma arrogância inconsciente. Também pode ser motivada por algum trauma criado em eventos sociais, especialmente na idade infantil.

Compreendendo as próprias máscaras

Após a identificação das máscaras preferenciais, **a ação mais importante é compreender porque elas são usadas**. Quais carências ou estados emocionais negativos levam o indivíduo a utilizar tais tipos específicos de máscaras. Uma compreensão mais ampla sobre a máscara pode ser obtida na **identificação dos mecanismos de dessa e controle do Ego, que fazem parte dela**, além das carências e vícios que motivam sua existência. Essa análise pode resultar em pistas bem

interessantes sobre a direção da cura interior necessária para que o “eu verdadeiro” (*Self*) possa surgir.

Enquanto as máscaras visam passar uma imagem inicial, que só funciona quando os relacionamentos estão em nível superficial, os *mecanismos de defesa e controle do Ego* são efetivamente as estratégias que o indivíduo utiliza no desenvolvimento dos relacionamentos mais íntimos. Por isso vamos analisa-los com detalhes nos tópicos que seguem. **O seu entendimento é de grande valia na compreensão das próprias máscaras.**

IV. Mecanismos de defesa do Ego

Como foi citado na página 56 uma das grandes funções do Ego é evitar conflitos que tenham potencial de causar rupturas na visão de mundo de um indivíduo, ou desconfortos físicos ou emocionais, por intermédio de alguns mecanismos de defesa que descreveremos com mais detalhes logo abaixo. É importante destacar que são mecanismos inconscientes, ou seja, o indivíduo não tem total consciência sobre a sua utilização. Também são utilizados para proteger a máscara criada pelo indivíduo.

Existem dezenas de mecanismos de defesa do ego, porém vou apresentar aqueles que considero mais relevantes:

Compensação

É um mecanismo de defesa pelo qual o indivíduo, inconscientemente, procura compensar uma deficiência real ou imaginária. Exemplo: Um homem com um defeito físico pelo qual se sente inferiorizado perante aos demais, desprende grande esforço para desenvolver sua capacidade intelectual. Não tem consciência que o nível de intelectualidade alcançado teve como motivação seus sentimentos de inferioridade e com isso se abstém da possibilidade de se libertar desses sentimentos.

Deslocamento

Através deste mecanismo, um impulso ou sentimento é inconscientemente deslocado de um objeto original para um objeto substituto. O deslocamento é um dos mecanismos fundamentais da neurose conhecida como fobia. Um exemplo clássico é o pequeno Hans, tratado por Freud. Filho de pais separados, o menino aprendeu em sua criação que deveria amar o seu querido pai (Superego), não sendo capaz de aceitar conscientemente a intolerável ideia de odiá-lo, devido a maus tratos impostos a sua mãe e a ele próprio em sua infância. Para resolver o conflito entre amor e ódio, acabou deslocando os sentimentos negativos para os cavalos da propriedade do seu pai. Os impulsos agressivos originalmente dirigidas ao pai, passaram para aqueles animais. Por isso Hans os temia, a ponto de não mais querer ir à casa de seu pai para não vir a encontrá-los. Através do deslocamento o indivíduo é protegido do sofrimento que resultaria da consciência da real origem de um problema. Seus efeitos podem vir à tona, mas o motivo original é disfarçado.

Fantasia

É um conjunto de ideias ou imagens mentais que procuram resolver os conflitos intrapsíquicos, através da satisfação imaginária dos impulsos. As fantasias conscientes, muito comuns na adolescência, são também chamadas de sonhos diurnos. Em qualquer pessoa, as fantasias podem atuar como um saudável mecanismo de adaptação à realidade externa sempre que a obtenção de determinados desejos são impossíveis de ser satisfeitos imediatamente. Como exemplo podemos citar um adolescente que se apaixona por uma mulher que para ele é inacessível e para tornar suportável este fato, cria a fantasia que esta mulher também é apaixonada por ele.

Formação Reativa

Mecanismo inconsciente pelo qual atitudes, desejos e sentimentos, desenvolvidos pelo Ego são o oposto do que é realmente almejado pelos impulsos. Assim, uma atitude de extrema solicitude para com os outros pode estar escondendo sentimentos inconscientes de hostilidade. Na formação reativa, o impulso inconsciente, em geral, consegue uma indireta satisfação. O exemplo clássico é o da mãe superprotetora que acumula seu filho de cuidados e benevolências, mas que o rejeita inconscientemente. Sua superproteção poderá satisfazer os impulsos hostis inconscientes, porque, pelos excessivos cuidados, limitará a liberdade e o desenvolvimento da criança.

Negação

Consiste no bloqueio de certas percepções do mundo externo, ou seja, o indivíduo frente a determinadas situações intoleráveis da realidade externa, inconscientemente nega sua existência para proteger-se do sofrimento. Exemplo, uma mãe que dedicou praticamente toda sua vida a uma filha única, ao perdê-la em um acidente fatal, continuou a fazer sua cama todas as manhãs, e a colocar o seu prato na mesa, como se ela ainda vivesse na família.

Projeção

É o processo mental pelo qual atributos da própria pessoa, não aceitos conscientemente, são imputados a outrem, sem levar em conta os dados da realidade. Exemplo: Uma pessoa que tem um comportamento sexual exagerado e desequilibrado, consegue “enxergar” esse comportamento em outras pessoas de sua convivência, em geral fazendo comentários maliciosos e críticas a respeito. Além disso, a projeção também serve para transferir a responsabilidade de alguma falha, quando admitir a mesma é insuportável, quando por exemplo um tenista coloca a culpa na raquete por ter perdido a jogada.

Racionalização

É uma tentativa de explicação consciente visando justificar manifestações de impulsos ou afetos inconscientes e não aceitos pelo

Superego, e conseqüentemente para a consciência. Por exemplo, uma atitude agressiva em relação a um semelhante, pode ser justificada pelo agressor como defesa a uma provocação. O que o indivíduo não percebe são seus sentimentos de hostilidade para as pessoas, independente de provocações. Quando esses sentimentos são expressos, procura explicá-los usando de argumentos aparentemente lógicos (dentro de seu próprio universo mental).

Repressão ou Recalque

É o processo automático que mantém fora da consciência, impulsos, ideias ou sentimentos inaceitáveis, os quais não podem tornar-se conscientes através da evocação voluntária. A repressão é o mais importante dos mecanismos de defesa do ego e é utilizado desde os primeiros anos de vida para protegê-lo da angústia originada dos conflitos psíquicos.

Exemplo: Duas senhoras da sociedade eram bastante amigas e costumavam até trabalhar juntas em campanhas filantrópicas. Posteriormente as circunstâncias fizeram com que tomassem rumos diferentes: uma delas por problemas financeiros precisou mudar-se de cidade. Anos mais tarde, reencontraram-se numa festa e foram apresentadas, uma a outra, por um amigo comum que não sabia de seu prévio relacionamento. Enquanto a primeira senhora mostrou-se bastante alegre pelo encontro, a segunda não a reconheceu por mais esforço que fizesse. Percebendo que algo estava errado, procurou não dar mostras de seu comportamento e respondeu a outra no mesmo tom. Entretanto o fato preocupou-a muito. Uma posterior análise trouxe-lhe à consciência que sentira no passado muita inveja da

companheira por sua melhor sorte. Assim, para evitar reviver aqueles desagradáveis sentimentos, “esqueceu-se” inclusive do seu objeto causador.

Também é muito comum que crianças abusadas na infância reprimam essas lembranças, evitando conflitos internos.

Às vezes, a repressão é confundida com outro mecanismo de defesa denominado supressão. Os dois levam ao “esquecimento”, mas a diferença é que, na supressão, há um esforço consciente para desviar a atenção de indesejáveis ideias, objetos ou sentimentos. Assim, ocupando-se com outras atividades, uma pessoa pode “esquecer-se”, durante o dia, da consulta que fará ao dentista no fim da tarde. Já a repressão é totalmente inconsciente.

Isolamento

Este mecanismo promove uma “separação de sistemas” para isolar sentimentos perturbadores, de tal forma que o indivíduo consegue vivenciados separadamente sem gerar conflitos.

Em certas circunstâncias o indivíduo mantém lado a lado dois conceitos logicamente incompatíveis, sem tomar consciência de suas gritantes divergências, o que também chamamos de “comportamentos lógicos de estanques”.

Por exemplo: Um indivíduo que é religioso e político. Neste caso, de acordo com os seus valores morais e éticos, pode ser que seja criado um isolamento entre esses dois mundos. Enquanto na igreja ele concorda com conceitos como honestidade, tolerância e amor ao

próximo, na vida política ele é desonesto, intolerante e aproveitador, sendo incapaz de tomar consciência da total falta de congruência entre as duas maneiras de pensar.

Sublimação ou substituição

Próxima ao isolamento, a sublimação consiste na busca de modos socialmente aceitáveis de satisfazer, ao menos parcialmente, as pulsões do Id (impulso instintivo). Caracteriza-se por apresentar uma inibição do objeto e uma dessexualização do mesmo. Dessa forma, é o único mecanismo que nunca é patológico. Exemplo: um indivíduo com alta agressividade pode se tornar cirurgião, dando vazão a um desejo de cortar tecidos humanos; é uma forma de socializar a agressividade. O impulso é desviado para canais socialmente aceitos ou para ações que não precisam ser conhecidas por outras pessoas. Outros exemplos: Uma pessoa que tem dificuldade de se relacionar com outras do sexo oposto (inclusive amorosamente), porém consegue realizar isso virtualmente pela internet. Ou um indivíduo que gostaria de ter uma Ferrari, mas só tem dinheiro para comprar um fusca e acaba colocando o símbolo da Ferrari no seu carro.

U. Prazeres e vícios sociais

Como vimos na página 15, existem necessidades inerentes a qualquer indivíduo, que variam bastante dependendo de seu nível de consciência. Muitas dessas necessidades estão diretamente relacionadas ao contexto social, considerando que o ser humano é

uma entidade social por natureza. E a partir dessas necessidades sociais, surgem prazeres sociais, baseados nas relações em vários níveis, cuja ausência gera enorme carência em relação aos mesmos. São eles:

- **Toque:** O prazer de ser tocado e até acariciado faz parte da necessidade básica por amor e estima;
- **Sexo:** Prazer da relação sexual que está diretamente relacionado ao instinto básico de perpetuação da espécie, e também motivado pela necessidade de amor;
- **Atenção:** Prazer em obter atenção de uma ou mais pessoas em uma interação social, que é baseado na necessidade por estima;
- **Inclusão:** Prazer em sentir-se incluso em algum grupo social, que é um reflexo da necessidade de segurança e pertencimento;
- **Afeto:** Sentir afeto vindo de outra pessoa (ou até animal) é extremamente prazeroso. Trata-se de um prazer baseado na necessidade por amor e estima;
- **Reconhecimento:** Prazer obtido ao receber elogios e reconhecimento de uma ou mais pessoas, que é motivado pela necessidade de estima e pertencimento.

É uma tendência da psique humana formar compulsões a partir dos prazeres de todos os tipos, e não é diferente com os prazeres sociais. Ou seja, esses prazeres podem gerar vícios sociais, que são distorções dessas necessidades.

Em outras palavras, um indivíduo pode desenvolver vícios por ser tocado, por sexo, por atenção, por sentir-se incluso, por afeto e por reconhecimento, desenvolvendo assim estratégias específicas para obtê-los, como poderemos ver nos *mecanismos de controle do Ego*.

VI. Mecanismos de controle do Ego

São outros tipos de mecanismos utilizados pelo *Ego* para controlar situações e pessoas, sempre visando à satisfação das necessidades básicas e sociais.

Enquanto os mecanismos de defesa impedem o indivíduo de ter acesso a estímulos internos ou externos potencialmente conflitantes para a psique, os mecanismos de controle visam à obtenção dos objetivos da(s) máscara(s) do indivíduo.

Tratam-se de mecanismos que tem a finalidade de prender a atenção de uma ou mais pessoas, ou de mantê-las sob controle. Esses mecanismos em geral são desenvolvidos de acordo com a influência social e familiar.

No processo de autoconhecimento é fundamental conhecer os detalhes desses mecanismos, para que seja possível identifica-los em si mesmo, e ainda para aplicar esse conhecimento nas relações vivenciadas:

Coitadinho(a)

É um mecanismo passivo. Trata-se daquela pessoa que assume a postura de procurar chamar a atenção pela compaixão dos demais, sempre se lamentando e com problemas. Para um *coitadinho* são comuns frases do tipo: “A minha vida está insuportável”; “Estou sobrecarregado de trabalho”; “Você não tem pena de mim?”; “Tanta coisa horrível me acontecendo e você não estava por aqui”.

Os tipos de frases irão variar de acordo com o ambiente, ou seja, as estratégias utilizadas no ambiente familiar serão diferentes das usadas no ambiente profissional, nos ciclos de amizade e etc. O pensamento base do *coitadinho* é muito simples, obter a atenção por intermédio da solidariedade alheia, e o encontro com um *coitadinho* é certeza de uma conversa negativista, onde ele faz de tudo para sensibilizar com a sua deprimente condição.

Obviamente existem pessoas que estão realmente passando por uma fase difícil, e devemos ter cuidado para que não haja confusão. O *coitadinho* está sempre nessa condição, ou seja, é raro encontrar um que não esteja sempre passando por problemas.

Distante

Trata-se de um outro mecanismo que se assemelha muito com o *coitadinho*, porém com uma diferença fundamental. O *distante* não expõe o problema, ele apenas dá a entender que está com um problema induzindo às pessoas a perguntarem o que está acontecendo. Quanto mais a pessoa pergunta, mas ele faz mistério e

entra em introspecção, querendo no fundo que o outro continue querendo saber o que está acontecendo.

Além disso, o distante usa essa mesma técnica em todas as conversas que desenvolve, sendo muito difícil obter uma resposta objetiva dele. Se perguntamos sobre as suas férias, ele pode dizer: “Andei viajando por aí”. A estratégia é induzir o interlocutor a fazer perguntas suplementares, mesmo quando tratam-se de assuntos simples, prendendo assim a atenção de sua “vítima”.

“Mas viajando para onde?”, e ele responde: “Por muitos lugares”.

Em geral as pessoas que assumem esse mecanismo têm dificuldades em se comunicar e acabam usando o silêncio para chamar atenção. Porém é importante ter a consciência que nem todos que se mostram vagos ou se recusam a fornecer informações diretas, estão usando o mecanismo do distante; pois a pessoa pode realmente desejar permanecer anônima por algum motivo.

Assim como no *coitadinho*, o que diferencia um indivíduo que realmente quer ficar anônimo de um que esteja utilizando o *mecanismo do distante* é a intensidade. O *distante* está sempre envolvido em uma áurea de mistério.

Sabe-tudo

É um mecanismo que tem o objetivo de obter atenção, controle e reconhecimento. O *sabe-tudo* está sempre querendo ser o centro das atenções nos grupos sociais, faz questão de demonstrar conhecimentos nas mais variadas áreas que são mencionadas. Isso

quando ele mesmo não propõe os temas das conversas. Em geral o *sabe-tudo* não permite que ninguém fale por muito tempo, está sempre monopolizando a conversa e impondo a sua opinião.

Para ele ninguém é capaz de chegar a conclusões inteligentes sem a sua ajuda, e o seu maior prazer é ter uma ou mais pessoas ouvindo as suas explicações e concordando com as conclusões. Porém ele mesmo normalmente não concorda com a opinião dos demais, e sempre tem algo para acrescentar ou corrigir, como uma deixa para iniciar a sua demonstração de “sabedoria”.

Palhaço(a)

Assim como o *sabe-tudo* tem o objetivo de ser o centro das atenções. Apenas a sua tática é que se diferencia. O *palhaço(a)*, como o próprio nome diz, é o animador oficial do grupo, está sempre fazendo uma brincadeira ou contando uma piada, o que até aí é muito saudável. O problema é a falta de limites, o que leva o palhaço muitas vezes a ser inconveniente com as suas brincadeiras que visam prender a atenção dos demais.

É extremamente difícil saber quando um *palhaço(a)* está falando sério, pois ele está sempre fazendo piada de todos os assuntos, ou está sempre tentando pregar uma peça em alguém.

Sedutor(a)

Normalmente é um mecanismo utilizado por pessoas com atributos físicos que se destacam da grande maioria, ou são dotados por uma sensualidade e capacidade comunicação acima da média. O sedutor está sempre procurando ser desejado, usando vários comportamentos e artifícios para seduzir todos a sua volta.

Estão sempre se insinuando para obter algo, e usam a sua sensualidade para controlar os que se deixam seduzir. Em alguns casos chega a efetivar o ato sexual para manter a “vítima” sob seu comando por mais tempo.

Em geral os indivíduos que utilizam esse mecanismo de controle são extremamente volúveis e desleais, sendo incapazes de manter um relacionamento romântico por muito tempo.

Interrogador

Trata-se de um mecanismo parecido com o *sabe-tudo*, porém muito mais ativo, tendo o objetivo de controlar outras pessoas pela crítica direta. O *interrogador* leva o seu alvo a sentir-se fiscalizado constantemente e inferiorizado, incapaz de cuidar dos próprios afazeres e responsabilidades.

Está sempre passando a impressão de que todos estão cometendo erros enormes na vida, e ele é o responsável em corrigir a situação. A sua estratégia é tecer críticas que deixem o alvo inseguro, desequilibrado e inferiorizado, para que o *interrogador* sinta-se melhor ou controle a “vítima”.

No mundo do *interrogador*, só é possível que as pessoas ao seu redor vivam bem se estiverem sob a sua supervisão e orientação. Nesse mundo, ele é o herói, o único que presta atenção e tem a responsabilidade de providenciar que tudo seja feito com cuidado e perfeição.

Intimidador(a)

É o mecanismo mais agressivo de todos, sendo possível que o indivíduo chegue até a efetiva agressão física. A estratégia básica do *intimidador* é fazer com que os demais se sintam constrangidos, ameaçados e até em perigo.

Ele basicamente fala e age de maneiras que sugerem que há qualquer momento ele pode explodir de raiva ou tornar-se violento. O *intimidador* costuma contar casos em que feriu outras pessoas ou quebrou algo para expressar a sua raiva. E não é só papo, porque na maioria dos casos ele realmente é capaz de fazer tais coisas quando é contrariado.

Trata-se de um mecanismo que visa obter não só atenção, mas o amplo controle sobre outras pessoas. Estar convivendo com o *intimidador* resulta em um constante sentimento de opressão, o ambiente torna-se sinistro, ameaçador e até descontrolado.

Compra tudo

É utilizado por pessoas que tem algum nível de recursos, sempre visando controlar situações e pessoas por meio do poder financeiro. Normalmente é adotado por indivíduos que atribuem recursos financeiros e materiais a afeto, ou aprenderam em sua criação que tudo pode ser comprado.

O *compra tudo* está constantemente criando situações em que a “vítima” dependa dele, ou tentando seduzi-la por intermédio de presentes caros e favores monetários. Entrar no jogo de um *compra tudo* pode parecer inicialmente vantajoso, mas logo a “vítima” percebe que nada pode pagar pelas constantes humilhações e falta de liberdade que é estar sob o controle de um *compra tudo*. Basta dizer que por definição, ele compra tudo porque é incapaz de oferecer afeto, devido a sua falta de sensibilidade e dificuldade para empatia.

Bibliografia

Bíblia Sagrada: Nova Tradução na Linguagem de Hoje. Edição em letra grande. Barueri (SP) : Sociedade Bíblica do Brasil, 2001. ISBN 978-85-311-0422-x.

PRABHUPĀDA, A.C. Bhaktivedanta Swami. *Bhagavad Gītā*: Como Ele É. 2 ed. revisada e ampliada. São Paulo (SP) : BTB, 1993. ISBN 978-85-7015-056-3.

SILVA, George da (Org.). *Dhammapada Atthaka*: Doutrina Budista Ortodoxa em Versos. 10 ed. São Paulo (SP) : Pensamento, 2009. ISBN 978-85-315-0169-2.

DRAGONETTI, Carmen. *Udana*: A Palavra de Buda. Tradução José Silveirinha. 1 ed. Macau : Barral Editores, 2015. E-Book. ISBN 978-99965-690-4-3.

MASLOW, Abraham H.. *Introdução à Psicologia do Ser*. Tradução de Álvaro Cabral. 1 ed. Rio de Janeiro : Eldorado, 1962.

HALL, Calvin Springer e NORDBY, Vernon J.. *Introdução à Psicologia Junguiana*. Tradução Heloysa de Lima Dantas. 8 ed. São Paulo : Cultrix, 2005. ISBN 85-316-0207-6.

JUNG, Carl Gustav. *Fundamentos de Psicologia Analítica*. Petrópolis : Vozes, 2001. (Coleção Obras Completas de C. G. Jung, vol. XVIII/1). ISBN 978-85-326-0082-4.

_____. *Psicologia do inconsciente*. Tradução Maria Luiza Appy. Petrópolis : Vozes, 1980. (Coleção Obras Completas de C. G. Jung, vol. VII/1).

_____. *O Desenvolvimento da Personalidade*. Petrópolis : Vozes, 1998. (Coleção Obras Completas de C. G. Jung, vol. XVII).

_____. *Os Arquétipos e o Inconsciente Coletivo*. Petrópolis : Vozes, 2011. (Coleção Obras Completas de C. G. Jung, vol. IX/1).

FREUD, Sigmund. *O Eu e o Id, "Autobiografia" e Outros Textos (1923-1925)*. Tradução Paulo César De Souza. São Paulo : Companhia das Letras, 2011. ISBN 978-85-359-1872-4.

_____. *A Interpretação dos Sonhos*. Rio de Janeiro : Imago, 2001. (Coleção Obras Psicológicas de Sigmund Freud, vol. IV).

PLATÃO. *Apologia de Sócrates*. São Paulo : Nova Cultural, 1999.

SANTOS, Moisés do Vale dos. *A filosofia de Sócrates*. 1 ed. Rio de Janeiro : Barra Livros, 2014. E-Book. ISBN 978-85-645-3008-9.

CAMPBELL, Joseph. *O herói de 1000 faces*. Tradução Adail Ubirajara Sobral. 10 ed. São Paulo : Pensamento, 1997. ISBN 978-85-315-0294-1.

_____. *A jornada do herói: Joseph Campbell - Vida e Obra*. Organização e prefácio Phil Cousineau. 1 ed. São Paulo : Ágora, 2004. ISBN 978-85-718-3823-9.

_____. *O poder do mito*. Tradução Carlos Felipe Moisés. 29 ed. São Paulo : Palas Athena, 2012. ISBN 978-85-724-2008-2.

JUNG, Carl Gustav e PAULI, Wolfgang. *Sincronicidade: um princípio de conexões*. Tradução Mateus Ramalho Rocha. 16 ed. Petrópolis : Vozes, 2011. ISBN 978-85-326-0326-2.

BRADSHAW, John. *Volta ao Lar: como resgatar e defender sua criança interior*. Tradução Aulyde Soares Rodrigues. Rio de Janeiro : Rocco, 1993.