

Universidade Estadual de Campinas

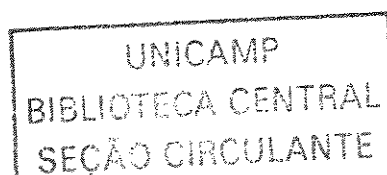
Faculdade de Educação

*O AMOR E SEUS
MO(VI)MENTOS*

Rosana Rodrigues Gomes Silva

Campinas

2003



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO

TESE DE DOUTORADO

Título: O Amor e seus Mo(vi)mentos

Autor: Rosana Rodrigues Gomes da Silva

Orientador: Prof. Dr. Carlos Alberto Vidal França

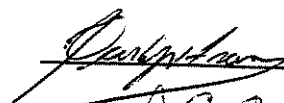
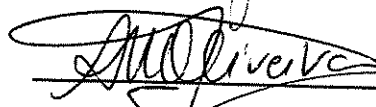
Este exemplar corresponde à redação final da Tese defendida por Rosana Rodrigues Gomes da Silva e aprovada pela Comissão Julgadora.

Data: 25/08/03.....

Assinatura:.....

Orientador

COMISSÃO JULGADORA:


ACGmm


Mader

UNIDADE	BL
Nº CHAMADA	T/UNICAMP
	Si38a
V	EX
TOMBO BC	57073
PROC.	16/117104
C	☐
D	☒
PREÇO	11,00
DATA	
Nº CPD	

CM00192916-8

Bhíd 311558

**Catálogo na Publicação elaborada pela biblioteca
da Faculdade de Educação/UNICAMP**

Bibliotecário: Gildenir Carolino Santos - CRB-8ª/5447

Si38a Silva, Rosana Rodrigues Gomes da.
O amor e seus mo(vi)mentos / Rosana Rodrigues Gomes da Silva. --
Campinas, SP: [s.n.], 2003.

Orientador : Carlos Alberto Vidal França.
Tese (doutorado) – Universidade Estadual de Campinas,
Faculdade de Educação.

1. Amor. 2. Psicologia transpessoal. 3. Emoções. I. França, Carlos
Alberto Vidal. II. Universidade de Estadual de Campinas. Faculdade de
Educação. III. Título.

03-0132-BFE

Ao Amor Supremo

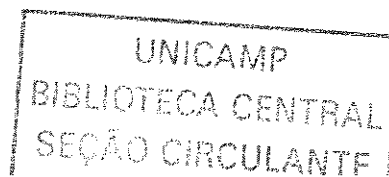
Aos meus grandes amores:

D. Deja

Rosângela

Marcelo

*Aos meus amores e desamores, porque todos,
incondicionalmente, me ensinaram a amar...*



AGRADECIMENTOS

O Caminho se faz ao andar.

*A História se constrói com o encontro de mãos e
abraços durante o percurso.*

*Agradeço, calorosamente, a todos que me
estenderam as mãos, acalentando o coração e
iluminando a mente , auxiliando ricamente na
construção deste caminho.*

Meu Muito Obrigada!

RESUMO

Pesquisar sobre o amor nos coloca frente a um fenômeno que conhecemos desde a mais tenra idade, crescemos e o experimentamos diariamente, através das fortes emoções que o acompanham, mas não refletimos sobre as concepções que ele pode assumir. Discorremos sobre a aprendizagem, personalidade, emoção, abordamos técnicas e métodos, mas, com exceção da literatura de auto-ajuda, pouco encontramos sobre o amor, sistematizado em seu processo e em suas formas. Portanto, o presente trabalho tem a intenção de compreender mais adequadamente o amor, clarificando os possíveis conceitos que as pessoas atribuem a tal fenômeno.

O trabalho está dividido em três partes que, didaticamente, confere a evolução da Psicologia, da Escola Estruturalista até chegarmos na Psicologia Transpessoal; as possíveis concepções de amor, através de uma revisão bibliográfica, que nos indicam um caminho em direção à visão holística do fenômeno e uma terceira parte que contém uma pesquisa tratada pela Análise de Conteúdo, que tem a intenção de ilustrar os conceitos apresentados a partir das considerações das pessoas sobre o fenômeno amor.

Para a realização desta pesquisa foram selecionados alunos do curso de licenciatura da UNICAMP, que expressaram, através da escrita, suas idéias a respeito do significado que o amor tem em suas vidas. Interessante observar que, embora aspectos teóricos identifiquem que o fenômeno é um processo e que a sua concepção depende da relação que o indivíduo mantém com suas manifestações emocionais e de sua postura frente a própria existência, a tendência dos entrevistados é pautar o seu significado através do relacionamento entre os pares, apresentando as características afetivas que estão experimentando na sua relação amorosa.

Por sua incrível abrangência e extrema transcendência, apresentamos apenas um recorte do fenômeno amor, pretendendo trazer para a academia momentos de reflexão sobre um fenômeno que se apresenta como um elemento essencial para a formação e transformação humanas.

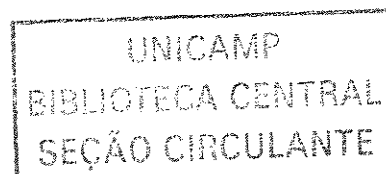
ABSTRACT

To search on the love in them places front to a phenomenon that we more know since tenra age, grows and we try it daily, through the strong emotions that folloies it, but do not reflect on the conceptions that it can assume. We discourse on the learning, personality, emotion, approach techniques and methods, but, with exception of the literature of auto-aid, little we find on the love, systemize in its process and its forms. Therefore, the present work has the intention to understand more adequately the love, to explain the possible concepts that the people attribute to such phenomenon.

The work is divided in three parts that, to introduce the evolution of Psychology confers, of the Estruturalista School until arriving in Transpessoal Psychology; the possible conceptions of love, through a bibliographical revision, that in them a way in direction to the holistic vision of the phenomenon and one third part indicate that a research treated for the Analysis of Content contains, that has the intention to illustrate the concepts presented from the conceptions of the people on the phenomenon love.

For the accomplishment of this research graduating students of the UNICAMP, that they had expressed, through the writing had been selected, its ideas regarding the meaning that the love has in its lives. Interesting to observe that, even so theoretical aspects identify that the phenomenon is a process and that its conception depends on the relation that the individual keeps with its emotional manifestations and of its position front the proper existence, the trend of the interviewed ones is to pautar its meaning through the relationship between the pairs, being presented the affective characteristics that they are trying in its loving relation.

For its incredible power of inclusion and extreme transcendence, we present only one clipping of the phenomenon love, intending to bring for the academy moments of reflection on a phenomenon that if presents as an essential element for the formation and transformation human beings.



SUMÁRIO

Agradecimentos	VII
Resumo	IX
Abstract	XI
Sumário	XIII
Introdução	01
Parte I — Para falar sobre o amor...	
Capítulo I — Transpessoal — o desenvolvimento da psicologia para a consideração do ser holístico	09
Capítulo II — Sobre o ser humano	28
Parte II — Amor: um caminho a percorrer...	
Capítulo III — Gostar, apaixonar, amar... ..	40
Capítulo IV — Amor: Sentimentos e emoções	50
4.1 A antiguidade presente nos relacionamentos atuais	53
4.2 O amor	59
4.3 A experiência para o amor	70
4.4 Algumas proposições sobre o amor	76
4.4.1 Relacionamentos	76
4.4.2 O amor não é bom em si mesmo	79
4.4.3 O amor não é traduzido apenas por meio do belo.	80
4.4.4 O amor não é apenas sonho... ..	81
4.4.5 Amor na melhor idade	82
4.5 O aprendizado do amor	83
4.6 A visão transpessoal do amor	91
Parte III — O amor experimentado...	
Capítulo V — 5.1 Descrição dos procedimentos metodológicos	102
5.2 Procedimentos para a coleta de dados	104
5.2.1 Sujeitos da pesquisa	104
5.2.2 Instrumentos	105
5.2.3 Local	106

Amor é fogo que arde sem se ver;

É ferida que dói e não se sente;

É um contentamento descontente;

É dor que desatina sem doer;

É um não-querer mais que bem querer;

É solitário andar por entre a gente;

É nunca contentar-se de contente;

É cuidar que se ganha em se perder;

É querer estar preso por vontade;

É servir a quem vence, o vencedor;

É ter com quem nos mata lealdade.

Mas como causar pode seu favor

Nos corações humanos amizade,

Se tão contrário a si é o mesmo Amor?

(Amor é fogo que arde sem se ver

Luis de Camões)

INTRODUÇÃO

Falar sobre o *amor* é sempre algo fascinante e envolvente. Estudar o *amor* é um desafio. Quando começamos a destrinchar esta palavra tão comum em nosso cotidiano, percebemos o quanto ela é mal-entendida, distorcida e, muitas vezes, banalizada. Às vezes, pelas atitudes que podemos presenciar, as pessoas, na sua grande maioria, não percebem qual o caminho que este fenômeno as fazem percorrer e nem mesmo se apercebem das conseqüências das opções feitas.

Quando falamos em *amor*, podemos considerá-lo um sentimento? Se a resposta for sim, o que é sentimento? Será ele, o *amor*, um momento, uma ilusão, uma busca, um destino ou uma certeza? Quando e como começamos a amar? Nascemos amando ou aprendemos a amar? O ato de amar acontece uma única vez ou amamos perdidamente e infinitamente? Muitas são as perguntas, muitas são as dúvidas e é difícil prognosticar sobre os “sintomas”, simplesmente pelo fato de cada caso ser único.

Temos ciência de que quando o assunto é *amor*, as variáveis que envolvem o tema e a compreensão particular de cada um, interferem para a sua caracterização. Assim, como também estamos conscientes que, apesar de termos mencionado acima algumas das questões que rondam o fenômeno *amor*, não estaremos desenvolvendo, no corpo de nosso trabalho, aspectos relacionados a esses itens. Antes de referir-nos a quaisquer das atitudes consideradas conseqüências do despertar do amor, que possivelmente se constituirá em trabalhos posteriores, temos a tarefa fundamental de identificar o fenômeno amor. Este é o nosso primeiro passo.

A intenção deste estudo é caracterizar o amor e seus componentes essenciais e, a partir desta caracterização, desvelar os possíveis sentidos atribuídos ao fenômeno amor que se ocultam na psique das pessoas e que só podem emergir dos discursos por meio dos registros dos depoimentos dos sujeitos. Para atingir este propósito, estaremos focando o aluno universitário, que, espera-se, apresenta maior facilidade de expressão para registrar, por escrito, suas considerações a respeito do tema desta pesquisa.

Para situarmo-nos e apresentarmos a importância deste tema, é interessante que alguns comentários sejam feitos:

Ao sugerirmos o tema “*O Amor e seus Mo(vi)mentos*” demonstramos a nossa convicção a respeito de estarmos falando de um *processo* que depende não só das características individuais do ser, mas de um conjunto que compreende sua construção humanística, pela aquisição de uma sabedoria decorrente da práxis diante de sua própria existência.

Como processo, o comportamento amoroso sofre uma evolução, em relação às emoções adquiridas através dos tempos e com o acúmulo de experiências. Esta evolução conduz as pessoas a sentirem/observarem, decidirem e avaliarem seus comportamentos de forma cada vez mais aperfeiçoada e cada qual com suas características particulares, dificuldades, ansiedades e/ou certezas. Também, entendemos que para amar, percorremos alguns caminhos como, a atração física/desejo, a paixão e o *amor*, propriamente dito, não necessariamente nesta ordem, mas que nos envolvem e nos ensinam sobre a vida amorosa.

Em contra partida, apesar de promover um amadurecimento individual, por meio de seu processo, o amor, algumas vezes, torna-se uma característica humana desacreditada; outras, uma palavra banalizada e, ainda para um outro grupo, carrega uma responsabilidade muito grande, que se teme em assumir.

Falar “eu te amo” para um ficante¹ torna-se mais fácil que falar para um marido/mulher, mãe, pai ou irmão (segue-se esta hierarquia, no tocante a declarar ao outro seu amor):

Dizer “eu te amo” não é revelar um sentimento, nem a simples expressão de um sentimento. É um ato agressivo, criativo, socialmente definitivo que, entre outras coisas, coloca a pessoa numa posição inesperada e muito vulnerável. A questão pode envolver longo período de deliberação e tímida hesitação. (SOLOMON, 1992: 35).

¹ Jovens e adolescentes preparam-se para a vida afetiva pela ação de “ficar”, ou seja, relacionam-se amorosamente com o sexo oposto, mas sem o compromisso de um relacionamento. São encontros casuais.

Não nos habituamos a expressar nossos sentimentos àqueles que nos são realmente caros. Talvez por ingenuidade, vergonha, medo ou pelo simples fato de não ter aprendido a sentir e a usar adequadamente a palavra amor.

Esta expressão representa uma decisão, que pode modificar completamente a vida do falante e pode significar um convite para o outro. Pode ter um caminho de esclarecimento e acréscimo ou de rejeição. O amor sugere reciprocidade.

Um dos fatores que contribui para tal fato diz respeito à dificuldade que as pessoas têm em lidar com suas diferenças (BIDDULPH, 2003). Elas não estão acostumadas a identificar suas limitações e quando o fazem, não sabem que procedimento ter a partir deste reconhecimento; além disto, numa relação, as pessoas também têm a tendência a sublimar a imagem do outro. Outro fator, ainda, diz respeito à baixa auto-estima das pessoas, que reflete um não saber amar ou se deixar amar; aceitar as ações dos outros sem ao menos questionar pode demonstrar um comodismo que, no momento da ação, pode parecer de fácil administração, mas, no futuro, pode trazer conseqüências desastrosas. (MARLOW 2000).

E podemos dizer que essas duas características que resultam na dificuldade de expressão do amor, reside nas diferentes linguagens que as pessoas possuem para identificar tal fenômeno em suas vidas (CHAPMAN, 2002). E não é só: as pessoas, inconscientemente, buscam refúgio nesta incompreensão para se defenderem do amor. A tendência é racionalizar. Quando as pessoas refletem a respeito de sua vida cotidiana, os objetivos vão surgindo e as alternativas para o seu alcance, também, gradativamente, vão sendo traçados. Os parceiros, que podem ser pais, irmãos, amigos, colegas de trabalho ou de lazer, disponibilizam-se para ajudar. É racional, normalmente não exige um envolvimento mais íntimo, não compromete. Parece fácil.

Quando se trata de resolver as questões relacionadas ao “coração”, as pessoas tendem a ter o mesmo comportamento, entretanto, os resultados são inesperados: ao refletir demasiadamente a respeito de um determinado problema emocional, surgem temores que correspondem a uma projeção mental e não necessariamente a um fato concreto.

Se preferirem conversar com um amigo por pressentirem que não conseguirão chegar a nenhuma conclusão, a experiência do “conselheiro” sempre é diferente e, na grande maioria das vezes, resolve apenas como um encontro com a possibilidade de fazer um desabafo e, com um pouquinho mais de atenção sobre si, pensar alto sobre suas inquietações.

Como se não bastasse esse conflito particular, hoje temos uma inversão de valores que envolvem todos: filhos que agredem e até matam seus pais, pais que fazem o mesmo com seus filhos, homicídios justificados como amor por outrem². Grof (2003)³ faz uma análise, sob enfoque transpessoal, sobre as origens da violência e comenta que, historicamente, nos últimos cem anos, foram mortas mais pessoas do que existiram desde o alvorecer da humanidade, segundo ele, *“um total de vinte milhões de homens e mulheres foi morto em campos de batalha da II Guerra Mundial e um igual número, em consequência das guerras, fora dos campos de batalha”*. A natureza conseguia recuperar-se, neste vai e vem de nascimentos e renascimentos de povos ocasionados pelas guerras, mesmo considerando a mais grave delas. Atualmente, isto não está mais se efetivando e, a evolução da espécie humana assim como a biosfera do planeta, apesar de e por causa de todo o desenvolvimento tecnológico, correm um grande risco. Grof (2003) ainda afirma que a crise na qual vivemos é de natureza psicoespiritual e exige uma transformação interna radical da humanidade, nas suas palavras, *“em larga escala”*.

Na nossa concepção, o fenômeno amor pode contribuir na tarefa de uma transformação individual, na proporção em que as pessoas, gradativamente, deixarem-se contagiar por tal fenômeno. Então, se não nos ocuparmos na conceituação e no desenvolvimento de sentimentos envolvidos nas relações interpessoais, dificilmente poderemos atingir um quadro benéfico para reverter a crise da atualidade.

Como aliado, temos o tempo. É claro que as idéias, inclusive como formadoras de opinião, dependem do tempo: para surgirem, serem discutidas, aceitas, aplicadas e, às

² Jornais e revista de circulação popular, frequentemente, estão noticiando tragédias que envolvem, inclusive, familiares.

³ Stanislav Grof, “Raízes Psicológicas da Violência Humana e da Ganância” in <http://www.aljardim.com.br/Evolucao.htm>, 08/07/03

vezes, re-elaboradas. Os sentimentos, de uma maneira geral, são dependentes das idéias, portanto, com o passar do tempo, também são aperfeiçoados ou totalmente modificados. Para o amor, a condição é a mesma. O tempo traz, para este construto, mudanças necessárias, mas, às vezes, uma idéia já descartada pode despertar num grupo de pessoas, e porque não dizer em uma geração, surpresas agradáveis e mudar um paradigma de uma situação atualmente estabelecida.

Uma série de fatores interfere nessa condição: situação sócio-econômica-cultural das pessoas, acesso à informação (muitas vezes sem as orientações e esclarecimentos necessários), adolescentes iniciando sua atividade sexual cada vez mais cedo e gerando filhos acidentalmente — jovens em formação tentando formar crianças ou delegando tal responsabilidade para outrem, que por mais cuidado e atenção que tenham, diferem em interesses e promovem o chamado “conflito de geração” mais evidente etc.

Se fizermos apenas um pequeno recorte e pensarmos, por exemplo, no evento gravidez precoce constatamos que a jovem tem de enfrentar os processos de transformação da adolescência e os da gestação, significando uma dose de esforço que só pode ser suplantada com o verdadeiro desejo de ser mãe. Entretanto, isto nem sempre ocorre porque, geralmente, a gravidez acontece acidentalmente e a angústia decorrente deste fato é muito grande. Muitas vezes existe, também, a dificuldade em contar para a família e mesmo em constatar a gravidez, gerando conseqüências bastante desconfortáveis para a o bebê e para a adolescente. Além disso, não é raro acontecer, em seqüência, uma segunda gravidez indesejada na jovem mãe. Daí a importância adicional do pré-natal como fonte segura de orientação (REIS e RIBEIRO, 2003).

Além das questões referentes à falta de informação ou pela certeza de que “não pode acontecer comigo”, às vezes, a possibilidade de ser mãe traz a esperança de poder sair de uma condição de miséria ou do controle dos pais. De acordo com os doutores Alberto O. A. Reis (USP) e Maria Aparecida A. Ribeiro (UFMG), esta idéia está na crença de que as gestantes e as mães são mais valorizadas pela sociedade. Embora não seja de todo um mito, a gravidez na adolescência para a jovem vai acrescentar responsabilidades e dificuldades

que ela não precisaria enfrentar. Também, um outro fator incide sobre a violência sexual sofrida pelas jovens.

Nunca pensei que isso fosse acontecer comigo, embora soubesse do risco que corria, ao não usar a camisinha todas as vezes que mantinha relação", dizem, surpresos, muitos adolescentes ao descobrirem a gravidez. Isto revela uma característica fundamental da mentalidade do adolescente: achar que as coisas só ocorrem com os outros. O resultado desse comportamento de risco é que, dentre todas as mulheres que se tornam mães, 20% delas são adolescentes!

QUADRO 1-1

Nas palavras desses médicos⁴,

Não vale a pena engravidar por distração ou ignorância. As informações técnicas são importantes e devem continuar a ser oferecidas às crianças que estão entrando na adolescência, e aos jovens. Os programas de educação sexual transmitidos pelas escolas vêm cumprindo papel fundamental, já que permitem o diálogo e a circulação de informações sobre a sexualidade. Os meios de comunicação e as campanhas publicitárias também têm abordado com frequência esse assunto, particularmente visando à prevenção das doenças sexualmente transmissíveis, como a AIDS.

Acrescentamos que trabalhos, pesquisas ou programas que desenvolvam a possibilidade de reflexão sobre a afetividade sejam elementos essenciais para o desenvolvimento de uma consciência e responsabilidade sobre o cuidado de seu próprio corpo e saúde emocional. Se não nos ocuparmos na conceituação e no desenvolvimento de sentimentos envolvidos nas relações interpessoais, dificilmente

este quadro se reverterá. E acreditamos que refletir sobre o amor é parte integrante de um processo de reconhecimento de sentimentos e emoções.

Precisamos *pensar* sobre o amor e *agir* no amor na tentativa de rever algumas atitudes diante da afetividade e buscar caminhos alternativos para o trabalho com crianças e adolescentes. É fascinante constatar a complexidade do comportamento humano e seu incrível senso de adaptação e força motriz, capaz de direcioná-lo não só a uma mudança em

⁴ <http://www.nib.unicamp.br/svol/gravprec.htm>, 10/07/2003

sua condição pessoal, mas a uma verdadeira transformação de seus padrões interiores, carregando consigo as pessoas que fazem parte do seu dia a dia.

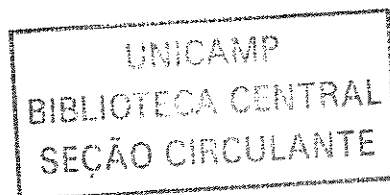
Para atender nosso propósito, dividimos esta obra em algumas partes que entendemos serem especiais para uma percepção diferenciada de *amor*: primeiro trataremos do pano de fundo, do embasamento teórico que acreditamos referendar a vivência do ser humano em suas relações intra e interpessoais. (Parte I, capítulo 1)

O segundo passo será dado ao apresentarmos o homem inserido em uma concepção de existência. O ser humano holístico que se relaciona harmoniosamente com o cosmo, aprendendo e registrando seu aprendizado para a posteridade, eternamente, as diferenças e semelhanças entre homens e mulheres (Parte I, capítulo 2).

Na sequência, discutiremos o alvo de nosso estudo. Primeiro, clareando denominações relacionadas aos sentimentos que estão presentes em nosso cotidiano (Parte II, capítulo 3) e, depois, o *Amor* por si só, fazendo uma síntese de algumas obras que falam sobre o fenômeno ao longo dos tempos e, também, faremos algumas considerações sobre o aprendizado do *amor*, por considerarmos importante desenvolver a questão em outras instituições sociais, além da família. (Parte II, capítulo 4).

Serão discutidos, por meio da Análise de Conteúdo, os depoimentos de universitários de uma instituição pública de Campinas, a Unicamp, que ilustrará as considerações teóricas discutidas ao longo do trabalho (Parte III, Capítulos 5 e 6).

Por fim, busca-se relacionar harmoniosamente a sequência dos temas abordados, numa tentativa de contribuir com um estudo sobre a infundável compreensão do *Amor*.



PARTE I

PARA FALAR SOBRE O AMOR...

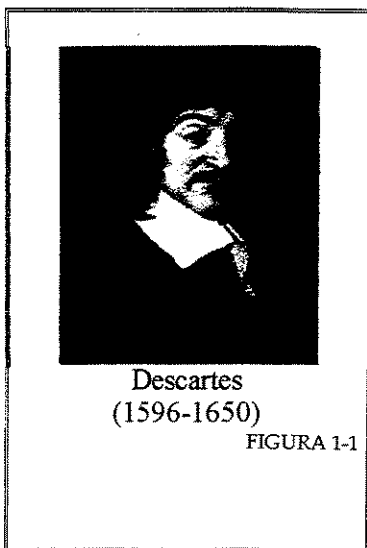
*Quem nada conhece, nada ama.
Quem nada pode fazer, nada
compreende. Quem nada compreende,
nada vale. Mas quem compreende
também ama, observa, vê... Quanto mais
conhecimento houver inerente numa
coisa, tanto maior o amor... Aquele que
imagina que todos os frutos amadurecem
ao mesmo tempo, como todas as cerejas,
nada sabe a respeito das uvas.*

Paracelso

CAPÍTULO I

TRANSPESSOAL – O DESENVOLVIMENTO DA PSICOLOGIA PARA A CONSIDERAÇÃO DO SER HOLÍSTICO

Em sua jornada, o homem sempre buscou conhecer a causa e o porquê dos fatos. Tudo que diz respeito à Natureza, sempre foi objeto de investigação. Com o passar do tempo, com um conhecimento mais abrangente a respeito do mundo externo, o mundo interno, limitado pela pele, passou a gerar a curiosidade a respeito dos comportamentos humanos. Do ser fragmentado, condição para estudos preliminares, ao ser humano integral, dotado de vontade, corpo, plenitude, permanência de uma consciência ao longo de diferentes épocas e experiências, a ciência psicológica evoluiu muito. E a história da Psicologia possibilita-nos acompanhar a evolução deste campo da ciência.



No século XVII, era o corpo e a mente. Aquele era o objeto de estudo da Ciência por possuir volume, massa e movimento; e esta, da Filosofia, por não possuir tais características... Assim propunha René Descartes (1596-1650), com seu dualismo psicofísico, representando uma transição da Renascença, onde a pesquisa era controlada por rígidos dogmas teológicos. Além disto, apesar de possuírem essências diferentes, mente e corpo interagiam mutuamente e a mente influencia o corpo, mas pode também ser influenciada muito mais do que supunham anteriormente. Um

exemplo? Na Idade Média, acreditava-se que a mente era responsável não só pelo pensamento e pela razão, mas também pela reprodução, percepção e locomoção. Descartes atribuía todas essas funções ao corpo e alegava que a mente só tinha a função de pensar (SCHULTZ e SCHULTZ, 1995).

PSICOFISICOS DE DESTAQUE



Helmholtz
(1821-1894)



Weber
(1795-1878)



Fechner
(1801-1887)



Wundt
(1832-1920)

FIGURA 1-2

Caminhando através dos estudos psicofísicos, nomes importantes como Hermann von Helmholtz, Ernest Weber, Gustav Theodor Fechner e Wilhelm Wundt, todos alemães e fisiologistas, estavam a par dos grandes desenvolvimentos da fisiologia e da ciência ocorridos na metade de século XIX. Tais estudiosos, mais especificamente Wundt, recorreram aos métodos experimentais das ciências naturais, adaptando-os aos objetivos da recente ciência psicológica. A consciência era o objeto de estudo. E como a mente não dependia do corpo, era possível estudá-la eficazmente. Vale lembrar, também, que Wundt, em suas discussões, evitava abordar sobre a natureza imortal da alma e seu relacionamento com o corpo. Na época, isto significou um grande avanço para a ciência psicológica.



Titchener
(1867-1927)

FIGURA 1-3

Dando um “pulo” histórico, chegamos ao momento onde se fez importante a estrutura. E. B. Titchener (1867-1927), psicólogo inglês e aluno de Wundt, alterou o sistema de seu mestre. Propôs a abordagem denominada Estruturalismo. Para ele, a consciência deveria ser analisada em suas partes separadas, determinando, assim, a sua estrutura. Por intermédio da Introspecção, método de estudo adotado pelos estruturalistas, haveria a possibilidade de decompor as experiências psicológicas mais complexas em sensações e imagens possibilitando, assim, o estudo dos fenômenos mentais

Como para o avanço da Ciência sempre surge uma nova proposição contrapondo-se à anterior, a função foi proposta para implementar a estrutura...

Se a fisiologia estruturalista explicava a estrutura de cada fração do cérebro, na visão da chamada **Psicologia Funcional** ou **Funcionalismo**, isto deixava muito a desejar no tocante à explicação sobre os processos mentais, o funcionamento da mente e como ela auxilia na adaptação do organismo ao seu ambiente.



Charles Darwin
(1809-1882)



Francis Galton
(1822-1911)

FIGURA 1-4

Surgida como um protesto na Inglaterra e somando-se a ela contribuições de Darwin e Galton, a corrente funcionalista floresceu e progrediu nos Estados Unidos, tendo como preocupação principal, a utilidade dos processos mentais para a adaptação do ser vivo ao seu ambiente e como consequência à aplicação da psicologia a problemas do mundo real, pois tais processos mentais eram considerados atividades que conduziam a consequências práticas.

Neste sentido, William James, seu precursor, John Dewey, James Rowland Angell e Harvey A. Carr foram importantes representantes da orientação funcionalista.

Muitos nomes colaboraram para o avanço dos estudos psicológicos, e mais ainda para o avanço da psicologia aplicada, um legado do Funcionalismo. Entretanto, desde a fundação

REPRESENTANTES DO FUNCIONALISMO:



William James
(1842-1910)



John Dewey
(1859-1952)



Rowland Angell
(1869-1949)

FIGURA 1-5

oficial da Psicologia por Wundt, muitas revisões foram feitas e não se encontrava mais um consenso entre os psicólogos. E neste sentido, a preocupação para encontrar explicações científicas e a batalha para elevar a Psicologia à condição de Ciência contribuíram para que emergisse um protesto contra as posições anteriores, corroborando para um rompimento, sem tentar modificar o passado, todavia, sem manter um compromisso com ele.

Esse novo movimento, chamado **Comportamentalismo**, e considerado como a **Primeira Força** em Psicologia, sugeria algo simples e direto: uma psicologia objetiva, uma ciência que lidasse com fatos comportamentais manifestos, passíveis de observação e descrição, livres de explicação introspectiva.

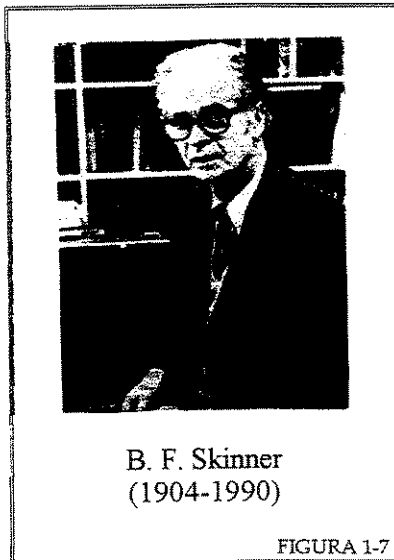
John B Watson (1878-1958), seu precursor, descrevia os comportamentos em termos de estímulo e resposta e defendia a idéia de que não existia algo denominado consciência e toda aprendizagem dependia de condicionamentos externos, independente das variações na constituição genética.

Definia o **Comportamentalismo** da seguinte forma:



A Psicologia, da maneira que é vista por um behaviorista, constitui um ramo puramente objetivo da Ciência Natural. Seu objetivo teórico é a predição e o controle do comportamento. A introspecção não é parte essencial de seus métodos... O behaviorista, em seus esforços para conseguir um esquema unitário da resposta animal, não reconhece uma linha divisória entre o homem e a besta (WATSON apud FADIMAN e FRAGER, 1979: 191).

Anos mais tarde, B. F. Skinner (1904-1990) considera extremada a posição de Watson e o critica por sua negação das características genéticas e por sua tendência a



generalizar sem se basear em dados reais. Segundo este autor,

A ciência é uma disposição de tratar com os fatos, ao invés daquilo que possa ter dito sobre eles... É a busca da ordem, da uniformidade, de relações ordenadas entre os eventos da natureza. Começa como todos nós começamos, pela observação de episódios singulares, mas rapidamente avança da regra geral para a lei científica. (SKINNER *apud* FADIMAN e FRAGER, 1979: 193).

Portanto, ao analisar o comportamento humano, os dados deveriam ser coletados a partir da ação manifesta e observável, respeitando os dados ambientais para a sua composição.

A ciência psicológica estava evoluindo, mas a explicação a respeito do ser humano ainda estava longe de se tornar satisfatória, quando na Alemanha surgiu um movimento que se opunha fundamentalmente ao **Estruturalismo** e ao **Behaviorismo**, por seus idealizadores entenderem que o movimento e a escola, respectivamente, compartimentavam o homem, atribuindo-lhe uma passividade determinista: o homem como mero produto da estimulação ambiental.

PRINCIPAIS REPRESENTANTES DA GESTALT:



Max Wertheimer
(1880-1943)



Köhler
(1887-1967)



Kurt Koffka
(1886-1941)

FIGURA 1-8

Tal movimento, denominado **Gestalt**, foi concebido quando, num passeio de trem, Max Wertheimer (1880-1943) teve a idéia de fazer uma experiência sobre a visão do movimento quando nenhum movimento havia ocorrido realmente. Suas descobertas conduziram a uma explicação simples a respeito do fenômeno: todo movimento aparente, denominado *fenômeno phi*, existia exatamente tal como era percebido, não podendo ser reduzido, ou seja, não precisava de explicação. Esta argumentação vinha em resposta a Wundt:

De acordo com Wundt, a introspecção do estímulo produziria duas linhas sucessivas e nada mais; contudo, por mais rigorosamente que se pudesse fazer a introspecção das duas exposições da luz, a experiência de uma única linha em movimento persistia. Quaisquer tentativas de análise adicional fracassavam. O todo (movimento aparente da linha) diferia da soma de suas partes (as duas linhas estacionárias) (SCHULTZ e SCHULTZ, 1995: 299).

Assim, segundo o próprio Wertheimer,

a ‘fórmula’ fundamental da teoria da Gestalt poderia ser expressa da seguinte maneira: existem totalidades, cujo comportamento não é determinado pelo dos seus elementos individuais, mas nos quais os processos parciais são eles mesmos determinados pela natureza intrínseca do todo. A teoria da Gestalt alimenta a esperança de determinar a natureza dessas totalidades. (SCHULTZ e SCHULTZ, 1995: 306).

Enquanto essas discussões sobre comportamento manifesto, comportamento encoberto, introspecção, Ciência e Psicologia aconteciam na América e na Europa, este segundo continente também se fez um ambiente propício para que um outro teórico disseminasse suas idéias a respeito do comportamento humano. Essas idéias compunham a nossa conhecida **Psicanálise**, considerada a **Segunda Força em Psicologia**.

Sigmund Freud (1856-1939) utilizava um sistema de análise muito diferente da psicologia experimental da época. Suas teorias partiram da auto-observação e da observação de seus pacientes. Utilizava as técnicas da *livre associação* e da *análise de*

sonhos, consideradas extremamente relevantes para emergir o lado interno dos seres humanos.



Freud propôs-se a estudar o aparelho psíquico e, com este propósito, procurou desvendar os aspectos da natureza humana por intermédio dos estudos acerca do inconsciente. Traçou estágios do desenvolvimento psicosssexual do ser humano e a estrutura da personalidade, estudando, neste sentido, os comportamentos neuróticos e tendo como resultado, o desenvolvimento de um extenso trabalho.

Enfim, pesquisas continuavam a ser feitas e, cada vez mais, o comportamento, o ser humano como um todo intrigava os psicólogos, que tentavam a cada instante descobrir novas facetas desta complicada organização. E, nos estudos dessas duas grandes forças, se uma dotava o homem de passividade, outra de patologia, surge uma terceira que procurava o meio termo...



Na década de 60, nos EUA, Abraham Maslow (1908-1970) reconhecia o poder das duas forças da natureza humana defendida pelo Comportamentalismo e pela Psicanálise, entretanto, colocava o ser humano em condição de superar o determinismo ambiental preconizado pela primeira e o determinismo intrapsíquico proposto pela segunda. Maslow é considerado o pai da **Psicologia Humanista**, escola teórica reconhecida como a **Terceira Força em Psicologia**.

A principal preocupação dos humanistas diferia das escolas anteriores em métodos e objeto: por intermédio das chamadas terapias do crescimento, a análise feita sobre o comportamento concentrava-se em pessoas psicologicamente sadias. E, nas palavras de Maslow:

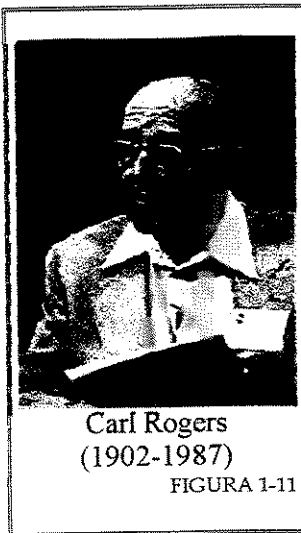
Certamente um visitante de Marte que descesse a uma colônia de inválidos, anões, corcundas congênitos etc. não poderia deduzir o que eles **deveriam** ter sido. Estudaremos, então, não os inválidos, mas a abordagem mais próxima que podemos conseguir de homens completos e saudáveis. Nele nós encontramos diferenças, um sistema diferente de motivação, emoção, valor, pensamento e percepção. Num certo sentido, somente os santos são a humanidade (FADIMAN e FRAGER, 1979: 263).

Explorar os limites das potencialidades humanas é a principal meta desta abordagem. Tanto que para incluir as pessoas em seus estudos, Maslow tinha o cuidado de encontrar pessoas relativamente livres de neuroses e problemas pessoais maiores e que fossem pessoas que usassem da melhor forma possível, seus talentos, capacidades e outras forças.

Por meio desses estudos, traçou parâmetros para a *auto-atualização*, ou seja, padrões necessários para que as pessoas buscassem suas melhores características e desenvolvessem ao máximo suas potencialidades. A partir do momento que as pessoas conseguissem satisfazer algumas necessidades importantes para o seu bem estar, elas alcançariam sua auto-atualização, que se constitui em algo mais abrangente que a auto-realização.

Essas necessidades básicas foram organizadas por Maslow, numa hierarquia descrita a seguir:

- ❖ Necessidades fisiológicas (fome, sono e assim por diante);
- ❖ Necessidades de segurança (estabilidade, ordem, proteção do perigo);
- ❖ Necessidades de amor e pertinência (participação, aceitação pelos outros, relações sociais);
- ❖ Necessidades de estima (auto-respeito, aprovação, competência, reconhecimento);
- ❖ Necessidades de auto-atualização (desenvolvimento de capacidades, auto-realização, realização do potencial pessoal).



De uma forma geral, os propósitos essenciais dessa abordagem teórica constituem-se em uma ênfase maior na experiência consciente; na crença de integralidade da natureza e da conduta do ser humano; na concentração; no livre-arbítrio; na espontaneidade e no poder de criação do indivíduo e no estudo de tudo o que tinha relevância para a condição humana. Carl Rogers (1902-1987) e Rollo May (1909-1994) são os representantes mais conhecidos que implementaram as pesquisas neste sentido.



É importante salientar que Maslow, discutindo a importância do homem ser estudado e considerado de forma integral, previa o nascimento de uma nova abordagem teórica que compreenderia o ser humano de uma maneira ainda mais ampliada e transcendente. Na segunda edição da sua obra "Introdução à Psicologia do Ser", já fazia o anúncio de tal abordagem como a quarta força em psicologia, que envolveria o ser integrado ao cosmo.

Essa corrente teórica delineava-se e ganhava repercussão com trabalhos como os de Stanislaw Grof, médico tchecoslovaco, que por meio de pesquisas com o LSD, identificava diferentes estados de consciência e os de Victor Frankl, também médico, que relatou sua experiência nos campos de concentração, apresentando a sobrevivência daqueles que acreditavam existir um motivo maior, uma missão, um sentido especial em suas vidas.

Na sequência dessas discussões e estudos, em 1969, nos Estados Unidos, a partir de um movimento conhecido como **Quarta Força**, nomes como os de Stanislaw Grof, Victor Frankl, James Fadiman e Anthony Sutich unem-se a Maslow e celebraram o surgimento da **Psicologia Transpessoal**, focando temas até então não contemplados pela psicologia: estados de consciência e dimensões espirituais da psique. Lembrando que em 1966, no Canadá, já existia uma revista consagrada que versava sobre a consciência cósmica, sob a direção do psiquiatra Raymond Prince.



Stanislaw Grof
(1931-)



Victor Frankl
(1905-1997)

FIGURA 1-13

A Psicologia Transpessoal embasa e relaciona seus estudos a várias áreas do saber, justamente para auxiliar a ampliação acerca dos conhecimentos do próprio ser humano. Dedicar-se, também, a análise dos chamados estados alterados de consciência.

Esses estados de consciência podem ser tanto normais quanto patológicos e implicam uma modificação da consciência em termos quantitativos e qualitativos; constituem-se numa forma de contato com a realidade que nos permite vivenciar a dimensão espaço-tempo utilizando mais que os nossos cinco sentidos e, como consequência, contactamos a realidade transcendendo a nossa compreensão usual.

Pode-se dizer que o estado transpessoal de consciência é conquistado por intermédio de práticas que colocam o homem em contato consigo mesmo através de uma dimensão fora da convencional, isto é, não se trata de uma ação reflexiva, mas de um procedimento que o liberta de amarras do cotidiano,

como *stress* e preocupações, proporcionando o reconhecimento de que é parte integrante de um mundo maior que o seu pessoal e particular.



Pierre Weil
(1924-)

FIGURA 1-14

Pierre Weil (1982) considera que o objetivo da Psicologia Transpessoal é o estudo desses diversos estados de consciência pelo qual o homem passa, bem como a sua relação com a realidade, com o comportamento e os valores humanos. A ligação com o Universo faz o ser perceber que tudo é provisório, apenas tem caráter preparatório para fases subseqüentes.

Saldanha (1999) contribui para a definição da

Psicologia Transpessoal dizendo que é o estudo e aplicação dos diferentes níveis de consciência em direção à *Unidade Fundamental do Ser*. Unidade fundamental que possui um aspecto estrutural, formado por cinco elementos (conceito de unidade, conceito de vida, conceito de ego, estados de consciência e cartografia da consciência) e um aspecto dinâmico, com dois elementos (eixo experiencial e eixo evolutivo). E a título de esclarecimento de tais conceitos, podemos brevemente expor aquilo que Saldanha (1999) especificou em sua obra “Psicoterapia Transpessoal”:

ASPECTOS ESTRUTURAIS:

- ❖ O conceito de unidade fundamental do ser, ou da não-fragmentação, é caracterizado pela indivisibilidade. Nesse nível, a dualidade cede seu lugar para a indissociabilidade entre sujeito e objeto, só existe o todo, o absoluto e a noção de tempo e espaço também é substituído pelo eterno “ser-único”. Essa consciência de unidade traz ao ser um sentimento de paz muito grande. A partir do momento em que o homem se reconhece como parte integrante do Universo e o recebe como uma parte de si mesmo, manifesta-se a possibilidade de diminuir gradativamente até a total dissipação de sentimentos bloqueadores de energia, como ansiedade, medo, solidão. Fritjof Capra (2002:68) em seu livro *o Tao da Física* diz que:

Na física moderna, o universo é, pois, experimentado como um todo dinâmico e inseparável, que sempre inclui o observador num sentido essencial. Nessa experiência, os conceitos tradicionais de espaço e tempo, de objetos isolados, de causa e efeito perdem seu sentido.

No momento em que o ser tem ciência que faz parte de um todo, a serenidade a respeito de SUA postura em relação às pessoas e objetos torna-se um sentimento real. Não faz sentido recear perder aquilo que não é nosso, mas sim ter a consciência sobre a integridade e a integração de um sistema do qual somos parte.

- ❖ O **Conceito de vida** possui uma dimensão atemporal. Não temos condições, por meio da perspectiva transpessoal, de determinar o início ou o final da vida. *“Vida é uma seqüência evolutiva: onde nascer, morrer e renascer fazem parte de um mesmo processo”* (SALDANHA, 1999:45). O nosso desenvolvimento acontece por uma sucessão de mortes. Segundo Saldanha (1999), este processo inicia-se com a morte da vida intra-uterina para uma nova etapa de vida. Portanto, a morte física também passa a ser considerada uma passagem para um estágio superior de vida e aprendizagem. É importante salientar que a visão transpessoal de vida baseia-se na constituição energética dos seres; pertinente citar Weil (*apud* SALDANHA, 1999:46), que diz que tudo na Natureza é transformado e composto por energia. A energia é eterna.

A consciência é energia, que é vida, no sentido mais amplo: não apenas a vida biológica, física, mas também a da natureza, do espírito, a vida-energia infinita nas suas mais diferentes expressões. A vida que eterna, ilimitada, que sempre existiu. Desconhecemos sua origem e nem sequer podemos imaginar concretamente o seu fim; é inesgotável, uma fonte que jorra incessantemente nas suas mais diferentes manifestações.

- ❖ O **Conceito de ego** caracteriza-se como um construto mental que tem a tarefa de caracterizar os conceitos de “eu” e de “outro”. Este conceito é necessário no cotidiano para que o indivíduo possa integrar-se ao todo, usufruindo suas características particulares e sentindo seu ser como parte integrante de um todo.

O “eu” é uma consciência em evolução que pode se manifestar além dos elementos circunstanciais, biopsíquicos e sociais que caracterizam a personalidade, integrando níveis evolutivos superiores, elementos perenes, espirituais, universais e cósmicos, os quais constituem a individualidade, que é o ser essencial, integral (SALDANHA, 1999:48-49).

- ❖ Os **estados de consciência** referem-se a diferentes níveis de consciência que permitem a percepção de diferentes níveis de realidade. É uma característica própria da mente humana. Segundo Grof (*apud* SALDANHA, 1999:55), consciência:

é a expressão e reflexo de uma inteligência cósmica que permeia todo o Universo e toda existência. Somos campos ilimitados de consciência transcendendo tempo, espaço, matéria e causalidade linear. Estados não-comuns de consciência são manifestações da psique humana. A emergência desses estados pode ter fim terapêutico

- ❖ A **cartografia da consciência** diz respeito ao mapeamento das regiões do inconsciente, visto que cada estado de consciência acessa uma área com conteúdos específicos. De forma geral, podemos citar três níveis, a saber:

1º. Nível com conteúdos autobiográficos;

2º. Nível com conteúdos que transcendem dados biográficos e

3º. Nível com conteúdos que antecedem o nível intra-uterino e reflete diferentes e amplos aspectos da consciência.

Tal mapeamento permite ao terapeuta transpessoal coletar dados importantes para melhor compreender aspectos que são gerados em diferentes dimensões mentais.

ASPECTOS DINÂMICOS:

- ❖ **Eixo experiencial:** quando se trabalha com uma pessoa na terapia transpessoal, busca-se o seu eixo experiencial por intermédio de uma atualização dos termos: razão, emoção, intuição e sensação, já discutidos por Jung. Para este teórico, o desenvolvimento dessas funções, por meio do Processo de Individuação, conduziria o homem ao seu desenvolvimento pleno. A terapia transpessoal tem o objetivo de intensificar a vivência desses

elementos em processo terapêutico para observar os níveis de percepção e vivência dessas funções. Esse processo amplia a percepção de realidade pelo indivíduo.

- ❖ **Eixo evolutivo:** a psicoterapia entende que um conflito não é manipulado e muito menos compreendido, no mesmo nível em que foi criado. Portanto, sugere-se um outro nível mental, mais elevado do que o de origem do problema, para que respostas possam surgir. A terapia transpessoal auxilia esse processo por intermédio de técnicas e recursos próprios da abordagem.

Esses elementos auxiliam a organização e compreensão do desenvolvimento psíquico e a evolução da consciência humana, sendo que sua aplicação almeja a evolução e interpretação do psiquismo do ser, quando tratado em psicoterapia.

A Psicologia Transpessoal, como área do saber, preocupa-se com questões relativas a origem do ser, seu bem estar e saúde mental e psicológica, e podemos dizer que existe há muito tempo como uma sondagem na área psicológica, entretanto não havia fundamentos suficientes para que pessoas autorizadas discorressem a respeito do tema com credibilidade. Harman (1975:159 apud TABONE, 1992:10) diz o seguinte sobre esta abordagem:

Uma ciência embrionária dos estados alterados de consciência já existia há um século e meio. Gravitava, mais ou menos, em torno dos fenômenos de hipnose, mas incluía explorações de criatividade, percepção extra-sensorial, diagnóstico de clarividência, curas instantâneas, estudos sobre a imaginação e a intuição. Esse campo não logrou desenvolver-se porque a sociedade colocou seus recursos psíquicos, humanos e econômicos em outras áreas. Parece que estamos agora mais dispostos a caminhar de novo, e seriamente, nessa direção.

Percebemos o quanto a Psicologia Transpessoal já estava presente nas investigações a respeito da condição humana em estados alterados de consciência e ainda mais neste momento, na atualidade, em que a humanidade está passando por transformações fundamentais relativas a saúde, economia, história, em que valores estão

sendo mudados e aspectos morais questionados, enfim as pessoas estão percebendo uma mudança de paradigma em diversos setores da vida humana e áreas de conhecimento, há uma busca incessante quanto ao entendimento dos aspectos relacionados às origens pessoais que possam estar determinando passos no presente e possivelmente direcionando caminhos futuros.

E não é só isto: neste estágio de transição no qual nos encontramos, percebemos que a compreensão de uma realidade superior a esta que vivemos é iminente e não há como negar ou “disfarçar” a relevância e amplitude de uma corrente teórica que busca os fundamentos do ser em prol de humanidade, condescendência e transcendência nas relações intra e interpessoais. Ou seja, existe um elo de ligação muito estreito e resistente entre o conhecimento do indivíduo e seu papel no universo e vice-versa. Muitas vezes, papel que só é percebido quando a pessoa vivencia uma situação em outra dimensão que não a convencional, pelos cinco sentidos usuais.

Operacionalmente a experiência cósmica, que corresponde a este despertar do ser humano, possui características que lhes são próprias e diferem de outros estados de consciência, a saber:

- ❖ Unidade: desaparecimento da percepção dual Eu-Mundo;
- ❖ Inefabilidade: a experiência não pode ser descrita com a semântica usual;
- ❖ Caráter noético: um senso absoluto de que o que é vivido é real, às vezes muito mais do que a vivência cotidiana comum;
- ❖ Transcendência do tempo-espço: as pessoas entram numa outra dimensão — o tempo não existe mais e o espaço tridimensional desaparece;
- ❖ Sentido de sagrado: o senso de que algo grande, respeitável e sagrado está acontecendo;
- ❖ Desaparecimento do medo da morte: a vida é percebida como eterna, mesmo se a existência física é transitória;

- ❖ Mudança do sistema de valores e de comportamento: muitas pessoas mudam seus valores no sentido da beleza, verdade, bondade etc. há uma subestimação progressiva dos valores ditos naturais do apego ao dinheiro. O “ser” substitui o “ter”.

As experiências transcendentais possuem características que lhes são próprias, muitas vezes, fugindo da compreensão racional que estamos acostumados, ou seja, com a tradução cartesiana de explicação de eventos naturais e por este motivo, uma nova visão, um novo paradigma assim como uma nova compreensão da realidade fizeram-se necessárias.

A visão holística na ciência e em qualquer área do conhecimento permite o estabelecimento de relações que até então eram impensadas (ou impensáveis!). Por exemplo, a aproximação da ciência psicológica com aspectos relacionados ao divino, a uma força superior que pode ser traduzida pela religiosidade do ser humano.



Neste sentido é importante citar que J. L. Moreno (1889-1974), psicodramatista que desenvolveu sua teoria de acordo com uma visão humanista, e, reconhecido por ser um dos teóricos que reintroduziu a questão corporal no espaço terapêutico (fazendo referência ao dualismo psicofísico que imperou durante muito tempo!). Baseando seu trabalho no princípio de sua gênese e sobre a divindade, pois segundo o próprio Moreno, Deus é um modelo de objetividade e imparcialidade (Saldanha, 1999).

Pierre Weil (1999) expõe em seu livro *A Mudança de Sentido e o Sentido da Mudança* o novo paradigma em áreas do conhecimento que até então se embasavam no modelo *Newton-cartesiano* proposto pela ciência — as leis da causalidade e do determinismo regiam as pesquisas experimentais, evidenciando o caráter mecanicista do paradigma em questão. Em sua obra faz paralelos e

apresenta a amplitude que essa mudança traz para o caminhar das pesquisas e para o próprio desenvolvimento humano (ver anexo 1, quadro 1).

Uma das principais revoluções, neste sentido, no campo da Psicologia, é justamente entender a mente como parte integrante de um universo — entender a “consciência cósmica”, termo adotado por William James para caracterizar a mente.

A aceitação da mente como gerada pelo cérebro, para a visão dela como algo independente e separada de seu corpo físico é apenas uma das mudanças de paradigma; podemos citar, também, por exemplo, a passagem do dualismo sujeito-objeto à interação e/ou identidade entre sujeito e objeto; a crença da objetividade científica para a objetividade subjetiva.

Enfim, o pensamento sofreu uma transformação significativa, admitindo conceitos e descobrindo outros tantos que envolve o holismo na compreensão do ser humano consigo mesmo e em suas relações. Explicitando, ainda, que a palavra *holístico* atende à necessidade de utilizar um termo que correspondesse a essa mudança de paradigma sofrido pela ciência.

E ainda citando Weil (2000:116-117), não podemos deixar de registrar com suas palavras o significado de holístico:

Holístico é o espaço de encontro de tudo que a mente humana separa e separou através dos tempos.(...)

... não é nova religião, uma nova filosofia, nem nova ciência, nem novo partido político, nem nova forma de pensamento, ação ou sentimento (...)

Nem mistura de novos e/ou velhos... ismos e sobretudo não é comércio (...)

...é o encontro do novo com o antigo, do convencional e do não-convencional. (...)

Holístico é a descoberta da natureza da natureza, da vida da vida, da consciência da consciência.

Holístico é o espaço irresistível que atrai todos que querem contribuir para salvar a vida do planeta, pela descoberta da independência de tudo, com tudo no grande todo incomensurável, transfinito e atemporal.

A visão transpessoal traz preceitos de harmonização e integração sujeito-sujeito e sujeito-objeto, visto que preza pelo ser humano saudável: a saúde do ser, do social e do meio ambiente são interdependentes, precedem-se e são mutuamente responsáveis pelo sucesso individual. Não esquecendo que o equilíbrio é a palavra chave para este sucesso, pois do equilíbrio emocional e físico segue-se o bem estar característico do ser saudável.

*Nenhum homem é uma ilha em si
mesmo. Cada um é uma porção do continente,
uma parte do oceano.*

John Donne

CAPÍTULO II

SOBRE O SER HUMANO

Na tentativa de buscar um conceito para o Homem, encontramos tantas definições, quantas abordagens teóricas existirem, independentes da área do conhecimento e das linhas teóricas pertencentes a ela.

Podemos encontrar, ao longo das especulações e pesquisas a respeito da condição humana, uma série de concepções e definições que podem caracterizá-la e, mesmo a Psicologia oferece uma variedade razoável de conceitos, cada qual com sua lente focando a temática em questão. O estudo do homem pode vir por intermédio das concepções teóricas mais antigas que o consideravam um ser passivo, inserido num mundo que iria imprimir informações que lhes seriam importantes e úteis, passando por aquelas que o considera consequência das influências ou forças existentes no meio ambiente até encontrarmos as que o definem como um ser situado no mundo, único em sua forma, força e vontade.

Para desenvolvermos nosso trabalho, estaremos, também, caracterizando o ser humano por meio da contribuição de alguns autores que se preocuparam com a temática. Este capítulo tem apenas a intenção de apresentar alguns conceitos de ser humano diante da sua condição de existir e, na sequência, caracterizar este ser em termos de sua feminilidade e masculinidade, por ser um fator relevante para discutirmos a concepção que as pessoas têm em relação ao amor.

Como ponto inicial, alguns aspectos são relevantes para as discussões futuras a respeito da definição de homem e para o corpo teórico deste trabalho:

1) A Psicologia, nosso pano de fundo, tem como objeto de estudo o comportamento, a vida psíquica e a consciência do ser humano. Com estes objetos, podemos verificar que várias áreas do conhecimento se interseccionam, como a Sociologia, a

Antropologia, a Biologia, enfim, ciências que buscam clarificar o homem em seu espaço. Para compor o que chamamos de ser humano, não podemos ficar alheios a estas áreas.

Aliado a esta característica, a Psicologia, como Ciência, busca compreender o ser humano em diferentes aspectos ou enfoques. Tal compreensão segue padrões referentes ao corpo, mente, espírito, vontade e emoção. Na tentativa de estabelecer um critério ao homem que buscamos, ou seja, visto de uma forma holística e traçar um perfil do ser amante, características que apontem para aspectos da personalidade humana são relevantes.

Smith (1977) diz que a personalidade se traduz pela organização dinâmica de traços, próprios do eu, para o desempenho dos papéis sociais do indivíduo. Esta definição sugere a compreensão de outros conceitos: identidade e papéis sociais. Todos eles convergem para a estrutura chamada homem.

Segundo Jung (1960), identidade é um conceito do inconsciente que une pessoa-objeto ou pessoa-pessoa, pelo que eles têm de psicologicamente similar. Se a identidade fosse um fator consciente, as pessoas agiriam de forma diferente, buscando complementaridade e não diferenças. No sentido junguiano, a identidade não é identificação ou equiparação, mas processo pelo qual agimos dentro de um grupo. É interessante notar, por exemplo, a propensão generalizada do ser humano corrigir nos outros aquilo que deveria corrigir em si mesmo.

Allport, segundo Fontana (1981), já considera a identidade como a somatória dos conceitos que o indivíduo tem de si mesmo. Que podemos, inclusive, entender como traços que diferenciam as pessoas entre si.

O conjunto dessas características estimula o ser a atuar em situações sociais, na relação eu-tu. “Munido com sua identidade”, o homem desempenha papéis sociais que se constituem dos sentimentos, das atitudes e dos comportamentos que a sociedade espera deste ser nas estruturas sociais em que ele estiver presente (SMITH, 1977).

Se compararmos um bebê e um adulto, a consciência que o primeiro tem a respeito da relação eu-tu, baseia-se em sentimentos e percepções, ainda muito elementares,

ou seja, tem a consciência, mas não faz a diferenciação (BRANDEN, 1998). A mãe, por exemplo, é vista como uma extensão de seu próprio corpo. O adulto, por intermédio de sua consciência, envolve sentimentos, percepções e pensamentos que definem a si próprio e ao outro. Com o passar do tempo, espera-se que o ser, como um todo, torne-se mais harmonioso, com uma percepção de eu e de mundo equilibrada pela sabedoria adquirida com anos vividos. Seguindo este raciocínio de agregação gradativa de valores e posturas ao longo do desenvolvimento humano, passamos a discutir aspectos relacionados ao próprio desenvolvimento da personalidade humana.

2) O princípio fundamental e o axioma principal da Psicologia seguem a direção de caracterizar o organismo como produto da hereditariedade em interação com o meio e com o tempo (SPRINTALL e SPRINTALL, 1993).

Neste sentido, encontramos traços predominantes numa pessoa que condizem com sua linhagem, que sofrem conseqüências da educação recebida, mas também se alteram com a formação e informações recebidas fora do ambiente familiar. E baseando-nos na visão Transpessoal, o tempo passa a inexistir com as características cronológicas que estamos acostumados, a consciência humana tem caráter sobrevivencialista, apresentando todo o potencial de transcendência do ser humano.

3) Faz-se necessário ressaltar que a constituição energética do ser humano é essencial quando o vemos a partir de um foco holístico. Nós do Ocidente, até então não nos preocupávamos e tampouco conhecíamos sobre essa natureza energética presente no corpo humano. Em grande parte das culturas orientais, como por exemplo, na Índia a energia vital foi chamada de *prana*, na China de *Chi* e *Ki*, no Japão. No Ocidente, podemos encontrar algumas tentativas para designar essa energia em Mesmer (*Fluido Universal*), Reich (*Orgone*) etc.

Aqui é importante que nos lembremos, também, das abordagens corporais alternativas para o tratamento do ser humano que, com a sua prática, promovem o equilíbrio energético do ser. A Bioenergética que é uma abordagem corporal, por exemplo, considera que a vida de um indivíduo é representada pela vida de seu corpo, ou seja, “o corpo com vida inclui a mente, o espírito e a alma; viver a vida do corpo inteiramente

significa ser atento, espiritual e nobre” (LOWEN *apud* RIBEIRO e MAGALHÃES, 1997:22). A vida energética do ser compreende todas as manifestações possíveis, tanto em termos físicos, mencionando espaço e matéria, quanto em termos espirituais, envolvendo tempo e emoção. É pertinente citar Julie Henderson, terapeuta em bioenergia (BIDDULPH, 2001), que indica que a ligação entre os seres ocorre através de três níveis: o mental, o do coração e o da atração sexual. Isto é importante citar por dois fatores:

Primeiro porque é interessante enfatizar que o trabalho desenvolvido pelas abordagens alternativas, de uma maneira geral, visa à compreensão do ser holístico, focando aspectos relacionados à sexualidade, respiração, movimento, sentimento e auto-expressão; elementos importantes para o bem-estar fisiológico e emocional do organismo. O corpo é visto como um elemento uno e fundamental para a composição do todo:

O organismo é unitário, tem movimento de polaridades (dentro/fora, em cima/embaixo, corpo/mente, contração/expansão). O organismo pulsa, é vivo, é energético. Cada ser é seu corpo. Através do corpo você se expressa e se relaciona com o mundo. (RIBEIRO e MAGALHÃES, 1997:24).

Segundo porque as ligações entre as pessoas acontecem em diferentes níveis e em diferentes formas, representando as mudanças pessoais de cada um em virtude do seu desenvolvimento físico e emocional e, também, de acordo com sua evolução espiritual¹.

4) Como referência, sem intenção de delimitar ou impor parâmetros, citamos a definição bíblica que diz que o homem foi feito à imagem e semelhança de Deus e a concepção de Leonardo Boff (2000), filósofo da atualidade, que caracteriza o homem como um “projeto infinito”.

Esses dois pensamentos fazem-se pertinentes para o nosso estudo porque fazem referência à ligação do homem com algo maior que si (Deus e Infinito), mostrando a necessidade significativamente intensa que o homem tem em aproximar seus sentimentos

¹ Quando utilizamos a expressão “evolução espiritual”, estamos referindo-nos à transcendência da consciência e ao aprendizado que o reconhecimento deste processo possibilita.

do Supremo, ao mesmo tempo em que facilita seu desprendimento material e o permite se lançar aos aspectos mais íntimos de seu ser.

Olhar para fora de si numa tentativa de buscar coerência externa para seus sentimentos, pensamentos e atos, ligando-se ao outro como parceiro-companheiro na sua caminhada, deslocando sua atenção do eu-próprio, para o eu-humanidade; fato negligenciado quando os olhos estão formando imagens turvas em relação à espiritualidade por conta das questões diárias e mundanas.

Por que comentar esses aspectos para descrever o homem? Porque ele é um ser social, psicologicamente ativo, que de acordo com todos esses elementos em desenvolvimento, atinge a maturidade. E é por intermédio do outro que sua transcendência torna-se possível, como lembra Boff (2000). E este é o ser que nos interessa: um ser plenamente atuante, com características estáveis de comportamento, mais integrado e consistente como pessoa.

Se, num primeiro momento, preocuparmos-nos com o sentido de maturidade, encontraremos na descrição de Allport (*apud* D. FONTANA, 1998), que a pessoa madura possui:

- ❖ Um sentido de *self* estendido, ou seja, é capaz de ser empática com os outros;
- ❖ A habilidade de manter uma relação afetuosa e não egoísta com os outros;
- ❖ Segurança emocional;
- ❖ Autopercepção e percepção do mundo realísticas;
- ❖ Visão de mundo unificadora, isto é, uma idéia consistente e coerente do propósito e significado da vida.

O ser humano, que atinge a sua maturidade com tais características, torna-se capaz de reconhecer-se em constante construção e desenvolvimento, transforma a sua atitude imediatista na vida em essência integrada em sua existência. Que compreende seu tempo como um aliado, e não como um inimigo que o alivia ou oprime, dependendo dos fatos envolvidos.

A maturidade atingida com a idade adulta apresenta ao ser uma estabilidade do ego desejável, embora ainda em processo de desenvolvimento, que coloca o homem em situação de avaliador de suas atitudes. Atitudes estas que serão mais adequadamente dimensionadas se o homem aprender que os assuntos tratados no passado podem até interferir no seu presente, uma vez que muito de si é construído ao longo de sua jornada, mas que a sua realização futura independe do passado; a beleza do ser está justamente na capacidade de modificar padrões que estão estabelecidos para ir ao encontro da realização e da felicidade.

Rogers, citado por Buscaglia (1978), considera que a maturidade é um processo que não finda com a realização ou com um estado de satisfação, mas, sim, segue adiante, sempre mudando e desenvolvendo-se.

Nas palavras de Rollo May (1953:214), “O tempo psicológico não é simples passagem das horas, e sim o **significado** da experiência, isto é, o que foi significativo para as esperanças, a ansiedade e o progresso da pessoa”.

O ser humano reconhecendo a importância de seu passado e observando as possibilidades de seu futuro, por intermédio de uma atitude de liberdade em relação ao que se foi e de não controle do que virá, consegue viver o presente, portanto, livrando-se das ansiedades costumeiras e adquire, mais tranquilamente, a consciência de si e, mais intensamente, a noção de valor como ser integrante de um universo.

Spinoza (*apud* MAY, 1953) aconselha o ser humano a agir *sub specie aeternitatis* (sob a forma da eternidade), uma vez que a existência pertence à eternidade, muitas idéias e atitudes poderiam ser menos sofridas pelo ser em desenvolvimento.

O homem, na visão transpessoal, compreende este conceito de eternidade e vive integralmente, experimentando um estado de mente mais aberto, conseqüentemente, mais lúcido e desperto. Ele consegue distanciar-se dos automatismos de sua vida diária, inclusive conseguindo discernir quais são as suas reais potencialidades; atualiza-se de forma harmoniosa para si e para o ambiente externo (SALDANHA, 1999). E a preocupação da Psicologia Transpessoal é justamente estudar e promover a aplicação de diferentes níveis de

consciência para que, como dissemos no capítulo anterior, seja possível o alcance da *unidade fundamental do ser*.

A escolha do parceiro romântico, geralmente, acontece por motivos inconscientes e a convivência, ou melhor, a relação eu-tu, em moldes amorosos, torna-se essencial no processo de vir- a- ser humano; a experiência amorosa, em cada contato, acresce ao comportamento humano informações a respeito do seu verdadeiro eu, refletindo situações vividas, crenças medos, esperanças etc., auxiliando o desenvolvimento da maturidade do ser. “O amor permite que aquele que viveu morra em paz. Ele dá ao que tem vida pela frente a força de trabalhar, de criar e de deixar uma obra que talvez o salve da morte”. (CONCHE, 1998:28).

E este ser capaz de amar a quem chamamos de humano, embora tenha características próprias da espécie, possui particularidades referentes a sua masculinidade ou a sua feminilidade que norteiam as suas atitudes perante as questões amorosas. Branden (1998) alerta para o fato de que não nos reconhecemos apenas como seres humanos, mas seres humanos de sexos diferentes. Boff (MURARO e BOFF, 2002) corrobora com esta idéia afirmando que não vemos um *ser humano* caminhando por aí, mas vemos um *homem* ou uma *mulher*. E em virtude destas características femininas e masculinas diferenciadas, podemos deduzir que homens e mulheres diferem em objetivos, métodos e conclusões no que diz respeito ao comportamento amoroso. As diferenças existentes em ambos os sexos são evidentes, não só no que diz respeito às questões fisiológicas, mas, principalmente, quando nos referimos às situações culturais e morais.

Boff (MURARO e BOFF, 2002), também, descreve que *masculino e feminino* são *princípios* que, por intermédio de um jogo de relações, constroem o ser humano como homem e mulher. Isto significa dizer que sendo um princípio, possibilita a formação de outros conceitos, no caso o de homem e o de mulher, que sofrem, invariavelmente, todas as influências culturais na sua construção.

Se analisarmos a evolução da espécie humana, poderemos constatar que desde muito homens e mulheres assumiam papéis específicos na rotina do dia a dia. Desde os primórdios, os homens eram responsáveis pelo sustento da família — se na pré-história

caçavam e lutavam para defender os seus, com a evolução passou a garantir o sustento por meio do trabalho remunerado. Enquanto isso, as mulheres responsabilizavam-se pela moradia e pelas crias, tendo que exercer um papel mais social.

Embora nossa identidade sexual, nossa masculinidade ou feminilidade esteja fundamentada em fatos de nossa natureza biológica, ela não consiste em sermos fisicamente macho ou fêmea, mas sim em como *vivemos* psicologicamente nossa masculinidade ou feminilidade. (BRANDEN, 1998:98)

E este fazer constrói não somente o papel específico de um ser humano, mas a sua relação interpessoal e uma construção histórico-social do que é ser masculino e ser feminino. Apesar da revolução sexual da década de 60, que trouxe a liberdade de expressão para a mulher, ainda existem aspectos fundamentais que só cada sexo pode dar conta. Antigamente, a mulher era extremamente submissa tanto no relacionamento familiar-social quanto em setores relacionados à produtividade; a ela cabia essencialmente o cuidado direcionado aos filhos e a casa. Atualmente, a mulher ainda é a maior responsável pela educação dos filhos e administração da casa, mas acrescentou uma outra atividade, que diz respeito a sua inserção no mercado de trabalho. Na realidade, a mulher acabou por se transformar num ser polivalente que acumula todas as responsabilidades de uma atividade profissional e a administração de uma família e/ou casa.

Há esperança que as atividades entre homens e mulheres continuem sofrendo as alterações da atualidade, no sentido de divisão de afazeres, responsabilidades e louros, tornando-se cada vez mais equilibradas no futuro. Existe a necessidade premente que os papéis que se desenrolam em nossa sociedade sejam mais cooperativos para, entre outros fatores, proporcionar uma educação mais adequada de nossas crianças e uma adequação das questões econômicas, surgida pela complementaridade entre os sexos.

Sem dúvidas, as diferenças comportamentais entre os sexos são evidentes, mas existe uma necessidade eminente de serem consideradas complementares e não opostas. Ser homem pode representar força, controle, responsabilidade, mas também, sensibilidade, vulnerabilidade, insegurança. Assim como ser mulher traz as características de

sensibilidade, intuição, delicadeza, mas também de força, agressividade, impulsividade. Cada ser traz consigo as polaridades masculina e feminina. Por sermos seres sexuais, precisamos refletir sobre esses aspectos para promovermos uma identidade sexual saudável e, mais que isto, desenvolvermos um relacionamento interpessoal equilibrado.

E, falando nessa necessidade de complementaridade entre dois seres, reportamo-nos ao conceito de **almas gêmeas**. Imediatamente pensamos na quantidade de pessoas que se frustram em seus relacionamentos pela decepção ou pelo estado de alerta constante, imaginando se o parceiro atual é ou não a tão esperada alma gêmea.

Na visão metafísica do amor, esta concepção é descrita como uma “fusão” ou uma união de duas almas. Esta idéia permeia o próprio cristianismo e a filosofia romântica. Seu pilar encontra-se no diálogo de Platão, “O Banquete”, por meio do teatrólogo grego Aristófanes. Segundo ele, somos seres incompletos, divididos em nossa essência e por isso o amor acaba tornando-se a busca, muitas vezes desesperada, de encontrar a outra metade (SOLOMON, 1992).

Na tradição oriental, as forças cósmicas são representadas pelas polaridades masculina e feminina (*yang-yin*/ macho-fêmea/ calor-frio/ sol-lua etc), que graficamente, são simbolizadas por um círculo que se divide em porções branca e negra. Nesta figura, temos representado o conceito de almas gêmeas, na perfeição do círculo e na manutenção da identidade de cada um dos pólos.

Existe, entretanto, uma outra idéia que nega a existência das almas gêmeas. É triste pensar neste conceito como uma ilusão, quando nos referimos às relações românticas.

Como explica Reyo (1992), a relação entre almas gêmeas é impossível, uma vez que diz respeito a pessoas que possuem a mesma unidade monádica, isto é, a mesma origem dão-lhes a vida e raramente encontram-se, e, caso isto aconteça, são relações que acontecem para servir a Humanidade e não a aspectos tão particulares quanto um relacionamento amoroso.

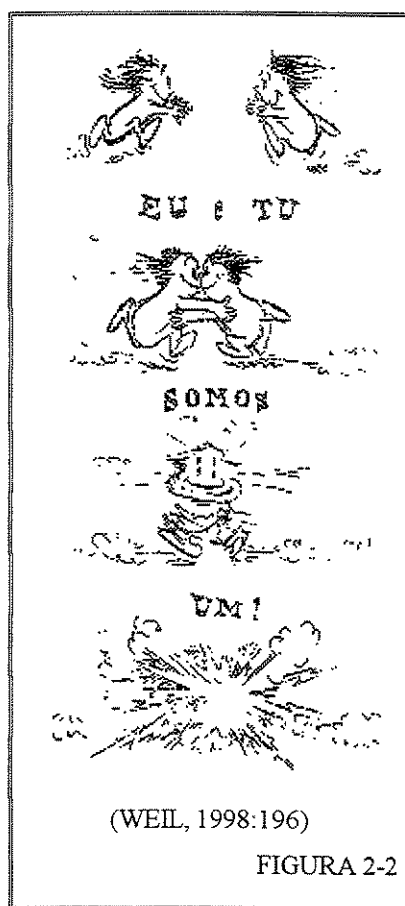
Solomon (1992) complementa dizendo que o amor seria uma experiência particular de redefinição do *eu em termos do outro*. O amor romântico é uma emoção que exige duas pessoas amadurecidas e autônomas que exerçam o seu direito à liberdade de escolha (antigamente, este poder era somente conferido à realeza) e distante também das exigências sociais e econômicas impostas pelo casamento e questões familiares (vale a pena lembrar que este tipo de amor romântico sempre foi tema de tragédias, de comédias ou mesmo censurados.)

Em contrapartida, Chopra (1999) esclarece esta questão dizendo que a relação amorosa romântica acontece por intermédio do encontro de um *Eu Superior* com *outro Eu Superior*. Nesta linha, temos que: um Eu Superior é o “eu” que vive além da dimensão tridimensional, é divino, portanto, não haveria necessidade de dois seres superiores se relacionarem. Entretanto, a razão pela qual tal fato ocorre é para manifestar o amor de Deus; Deus como masculino e Deus como feminino. Ou seja, segundo este autor (CHOPRA, 1999: 240), “dois espíritos fingem estar separados pela pura felicidade de se unirem no amor”.

Enquanto a pessoa não se reconhecer como um eu próprio, com suas características, qualidades e defeitos, incessantemente buscará uma complementaridade que não reconhece como algo legítimo. Permanecerá entrando e saindo de relações com a expectativa de sempre encontrar sua alma gêmea ou alguém “melhor”. A sociedade sempre ensinou as pessoas a procurarem o “par ideal”, mas o autoconhecimento traz o reconhecimento de que a pessoa presente no agora é a pessoa “certa”, principalmente por representar todas as características que o ser amante tem refletidas. Defeitos e qualidades que, muitas vezes não são reconhecidas como próprias, refletem-se no outro.

Independente da denominação, a união entre pessoas parecidas, em termo de expectativas e anseios, promove uma intimidade muito maior que em qualquer outro tipo de relação. Nas palavras de Gikovate (1996: 111) traz “uma sensação de fusão, de que duas pessoas poderão tornar-se uma só carne”.

Weil (1998) ressalta que este tipo de relacionamento corresponde à comunicação profunda entre dois seres, promovendo o cultivo de grandes valores da



humanidade: Beleza Interior, Verdade, Integridade, Simplicidade, Paz, Plenitude etc.

Enquanto homens e mulheres estiverem definindo-se como opostos, ressaltando somente as diferenças, dificilmente poderemos pensar na relação homem-mulher como ideal ou harmoniosa.

Por intermédio de Branden (1998:100), podemos dizer que uma masculinidade ou uma feminilidade saudável diz respeito à resposta afirmativa à nossa natureza sexual, ou seja:

Uma consciência forte e entusiasta da nossa sexualidade; uma resposta positiva (sem medo ou culpa) ao sexo; uma disposição para encarar o sexo como uma expressão do *self*, não como algo estranho, misteriosamente incompreensível, pecaminoso ou “sujo”; uma resposta positiva que valoriza o próprio corpo; uma avaliação entusiasta do corpo do sexo oposto; uma capacidade de agir com liberdade, espontaneidade e prazer no encontro sexual.

Espiritualmente, homens e mulheres são seres complementares e quando se conscientizarem de seu papel de soma, um na vida do outro, certamente as relações serão mais intensas no sentido de afetividade, confiança e entrega.

Assim, enquanto não houver um reconhecimento autêntico do que somos, a busca continuará. Conhecer as características entre os sexos é importante, reconhecer o outro como ser humano é fundamental e, sem dúvida, o autoconhecimento é imperativo. Neste processo, é significativo o reconhecer, o compartilhar e o respeitar.

PARTE II

AMOR: UM CAMINHO A PERCORRER...

*Quem um dia irá dizer
que existe razão nas coisas feitas pelo coração?*

E quem irá dizer que não existe razão?

Renato Russo

CAPÍTULO III

GOSTAR, APAIXONAR, AMAR...

Caracterizados os elementos importantes para a discussão a respeito do relacionamento amoroso — homem/mulher, como seres humanos, e, homens e mulheres, como seres complementares — é relevante ressaltar que, embora sejam integrantes da ação de amar, sentimentos e comportamentos como paixão, atração sexual, ligação afetiva ou estima não devem ser confundidas com o conceito de amor.

Certamente, todas essas manifestações afetivas estão relacionadas ao ato amoroso, isto é, o ato amoroso compreende e permite englobar esses conceitos, entretanto, devemos ser cuidadosos ao incluir tais manifestações ao ato de amar: as diferentes intensidades e/ou características que possam vir a indicar aspectos distantes do conceito de amor, como por exemplo, comportamentos obsessivos ou a carência afetiva. Para ilustrar, podemos citar a atividade sexual, comum em todas as sociedades e culturas e desejada como um elemento complementar do relacionamento amoroso, mas quando caracterizada pela insatisfação, expressada por uma busca constante, seu entusiasmo pode ser traduzido por um padrão de comportamento descontrolado e encobrindo alguns aspectos emocionais patológicos.

De qualquer modo, se enumerássemos a quantidade de vezes que palavras relacionadas aos sentimentos são expressas em nosso dia a dia, poderíamos atingir um número ainda maior a respeito das dúvidas que são geradas em torno das emoções envolvidas no gostar, no apaixonar e no amar.

Apesar da infinidade de conceitos, especulações e dúvidas a respeito das emoções envolvidas nos relacionamentos, devemos considerar que, atualmente, além dos

verbos namorar, noivar e casar que já são bem conhecidos e compreendem uma série de ações emocionais, temos mais um para qualificar um tipo de relacionamento: o ficar. Tal ação garante aos jovens uma relação sem compromisso, propiciando, segundo eles mesmos, novas emoções e experiências, principalmente para conhecer qual menina ou garoto tem maior identidade consigo para um futuro namoro.

Parece existir uma hierarquia sutilmente imposta aos amantes: sentir atração por alguém, não somente a sexual, mas o gostar da companhia, o apaixonar-se e, finalmente, ver-se nas malhas aconchegantes do amor. Isto quando não queimamos etapas e sentimos a força do arrebatador “amor à primeira vista”.

Como classificar esses termos, sem melindrar ou corromper o sentido emocional de cada um deles?

Quando falamos sobre o gostar, o amor ou a paixão, estamos referindo-nos a aspectos emocionais que fazem parte de um mesmo processo. A variação existente entre eles diz respeito à intensidade e a maneira como exercem sua força no comportamento humano.

Gostar refere-se ao sentimento de afeição, de estima, do prazer sentido quando em companhia de quem se quer bem. É um termo amplo que abrange um sem número de características que pode aproximar um ser de outro. E pode-se gostar de alguém, sem necessariamente se envolver numa relação afetiva. Segundo Brown (1990:25), “*Gostar (...)* não é o nome de uma emoção é por isso não tem a tendência de se sujeitar a estados emocionais. Em lugar disso, essa palavra é diversamente um sinônimo para *desfrutar, querer, preferir* ou *escolher*”.

Segundo este mesmo autor, o gostar tem um sentido dúbio quando tratado em relacionamentos: ou pode significar o verdadeiro desejo de compartilhar um sentimento com o outro ou representar justamente o oposto: por não conseguir ser objetivo ao se expressar e para evitar uma situação constrangedora pela ausência da paixão, a pessoa diz que “eu gosto de você, mas...”. E faz sentido, uma vez que o gostar pode ser descrito como um sentimento tênue, uma preferência que não envolve necessariamente as relações entre

homens e mulheres. As pessoas, de uma forma geral, relacionam o gostar a um sentimento que pode estar presente a uma infinidade de situações — pode-se gostar de um funcionário de uma loja porque ele atende prontamente aos clientes, com atenção e respeito, assim como se pode gostar do corpo de uma pessoa e tentar uma aproximação sexual ou, ainda, gostar de uma torta de maçãs. É uma relação descompromissada.

Como um intermediário entre o gostar, se a pessoa quer uma aproximação e a paixão, podemos caracterizar aquilo que as pessoas denominam de “**amor à primeira vista**”. Considerando as características emocionais de um comportamento amoroso e a descrição da paixão, vinda a seguir, podemos afirmar que esta sensação que acomete a pessoa nada mais é do que uma impressão sensorial a respeito de alguém que acaba de conhecer. Seríamos injustos em classificar esta impressão como uma autêntica manifestação de amor, visto que diz respeito ao primeiro contato entre os seres.

Interessante observarmos que o “amor à primeira vista” só é descrito quando o relacionamento adquire proporções afetivas de prolongamento dos sentimentos iniciais de atração. Neste momento podemos identificar o gostar, como a seleção de algumas características particulares da pessoa que a tornam especiais aos olhos de seu observador.

Vale ressaltar que o amor é muito mais do que a simples atração entre duas pessoas. A imagem da pessoa amada é percebida de acordo com suas reais características e há um interesse em fundir o comportamento de dois, e, o interessante, cada qual, mantendo a sua individualidade.

O diferencial da **paixão** em relação ao gostar e a esta impressão inicial é a intempestuosidade, é a falta de limites para todos os sentimentos que envolvem o gostar e o amar. Se estes dois são comedidos e conseguem proporcionar uma percepção um pouco mais próxima da realidade, a paixão agiganta tudo, é extravagante. E considerando a paixão e o amor, há o envolvimento de aspectos culturais e reações físicas e químicas numa intensidade muito maior que a simpatia ou amizade, prevista no gostar de alguém. As diferenças inerentes a cada um dos participantes possibilitam os variados tons específicos de cada produção afetiva.

O amante apaixonado exagera os encantos da amante, a profundidade do seu sentimento para com o outro, a extensão dos seus interesses comuns. Ou, se o amante não exagera tais fatos, ele ou ela exageram o valor que cada um coloca no outro ou superestima os sinais modestos de compreensão, amabilidade e sensibilidade da pessoa amada. As qualidades comuns e o desempenho costumeiro são elogiados como importantes.(BROWN, 1990:40)

A pessoa apaixonada é capaz de ações que normalmente não realizaria e, também, não consegue captar a realidade com os dados que lhes são oferecidos. Geralmente a paixão foca muito mais idéias e sensações do que uma pessoa real. Quando apaixonada, a pessoa admira o alvo de sua paixão com um entusiasmo imenso; sublima tudo, pois, nesta situação, ela enxerga seu mundo de forma maravilhosamente bela. A paixão traz consigo experiências extremamente prazerosas.

A disposição que surge neste momento é direcionada ao prazer de relacionar-se com o outro. Ainda segundo Brown (1990), o processo torna-se não-racional.

Embora pareça que a paixão seja exclusividade de adolescentes e que seja nesta fase que ela se manifesta pela primeira vez, segundo Fagundes (2000), a paixão, efetivamente, nasce na relação mãe-bebê, no momento em que o vínculo desses dois seres é muito estreito e o bebê fica maravilhado com a relação “eu preciso—ela me socorre”. Para ele, esta situação de entrega total é mágica, uma vez que ainda não consegue dissociar a imagem de ambos pelo processo de imaturidade que vivencia, característico da fase. Durante este período, só existe a entrega total, sem limites, a admiração e a ignorância acerca da realidade — “Para o bebê, existem apenas ele e a mãe” (FAGUNDES, 2000:13). Conforme vai crescendo, o bebê reconhece quem é quem e consegue perceber quais são os seus limites.

Em fases posteriores, a pessoa, de certa forma, tenta resgatar aquela primeira sensação de entrega total; sem medos, sombras ou dúvidas — só prazer, alegria, admiração e afeto.

Para o adolescente, a paixão é avassaladora. Para ele, assim como para o bebê, está diante de muitas experiências vividas pela primeira vez. Portanto, a intensidade do sentimento, mais a proporção que os fatos vividos adquirem, transformam o adolescente apaixonado num extremista. Ou a vida é totalmente atraente, bela e cor-de-rosa ou um inferno, em que a morte se faz mais atraente do que o sofrimento da decepção. Decepção esta que vêm quando a pessoa se dá conta da realidade. A paixão além de não deixar a pessoa ver a realidade como ela se apresenta, ainda dá ao olhar uma característica que só enxerga aquilo que se quer enxergar.

O adulto, mais amadurecido, faz com que as suas experiências norteiem seus caminhos amorosos, mas mesmo assim, felizmente, não está livre da paixão. Nesta fase da vida, espera-se que as pessoas estejam mais conscientes e sensatas, envolvendo-se apaixonadamente em relações, entretanto, não com as características de vida ou morte como na fase anterior.

A paixão, importante salientar, não envolve apenas questões particulares, “sob a pele” de quem se apaixona, mas, a paixão, como construto, sofre todas as influências sócio-históricas e culturais marcadas ao longo dos tempos.

Isto significa que a sociedade na qual vivemos imprime nos relacionamentos a necessidade material como elemento complementar e/ou essencial para um relacionamento ser satisfatório. Também, existem alguns padrões físicos, emocionais e econômicos que pautam a escolha dos parceiros afetivos, como por exemplo, a beleza, a altura, o *status* social, a coordenação entre as atividades profissionais etc. Certamente que, como manifestação humana, a paixão sofre com essas interferências, utilizando, nas palavras de Needleman (1998:87), “a visão realista moderna do amor”, entretanto, se pautarmos-nos apenas nesta condição, menosprezamos a possibilidade que o homem tem em manifestar seus sentimentos da maneira mais nobre, altruísta e superior, ao menos em algum momento de sua vida.

O conceito de paixão, então, passa a ser concebido por meio da percepção que temos de mundo. Isto é importante porque, como lembra Chopra (1999), a percepção é uma escolha e assim sendo podemos encarar a paixão da maneira psicológica, como estamos

acostumados ou de um modo espiritual, como o autor sugere. Observemos o quadro abaixo, proposto por Chopra (1999:102):

Psicológico	Espiritual
Temporário	Atemporal
Ilusório	Transcendente
Excitado	Pacífico
Apegado	Libertador
Baseado em hormônios	Baseado na alma
Unidade imaginária	Unidade real
Regressão infantil	Evolução aperfeiçoada

QUADRO 3-1

Quando incorporamos o processo amoroso em nossas vidas com uma característica transcendente, ou seja, com aspectos que vão além do tempo e do espaço, compreendemos o significado de todas as atitudes afetivas relacionadas aos estágios de enamoramento e de paixão. O conceito paixão torna-se diferenciado a partir do momento em que um homem ou uma mulher buscando valores superiores para um relacionamento encontra um outro ser com as mesmas aspirações. Desta forma, a experiência da paixão passa a ser única e excepcional, constituindo-se num elo para atingir o amor com características de ágape². Importante mencionar que a paixão com características transcendentais só é atingida pela entrega total entre os seres;

Sem a entrega, a paixão fica centrada no desejo de prazer e estímulo da pessoa. Com a entrega, a paixão é direcionada para a própria vida — em termos espirituais, a paixão é o mesmo que se permitir ser levado pelo rio da vida, que é eterno e inesgotável em seu fluxo. (CHOPRA, 1999:15-16).

Outra questão diz respeito a que jamais encontraremos nossos afetos, amores ou paixões externamente, mas por meio de um esforço em manter um diálogo intrapessoal. Só assim teremos condições de fazer uma opção consciente.

² Sobre o amor ágape, ver página 58.

A opção pela paixão com características transcendentais representa a chama para que a rotina não interrompa a harmonia entre um casal; a alegria, a brincadeira, a entrega são essenciais num relacionamento maduro. E pode, também, representar uma porta aberta para a atividade sexual sadia de um casal. Embora seja fato que para as mulheres, de uma maneira geral, sexo está vinculado ao amor, ao bem-estar, à atividade mental e para os homens, estímulo, sedução, desejo despertado ao menor sinal de sensualidade. Matarazzo (2001) cita que as mulheres gostam de romances e se preocupam com a sua “produção” para ficarem atraentes, enquanto os homens valorizam o provisório, não se preocupando com o definitivo.

De uma forma ou de outra, a atividade sexual regular e prazerosa é benéfica, saudável e desejável. A sexualidade, no contexto deste trabalho, está sendo entendida como a definição de Chopra (1999:241), quando o autor diz que “a união sexual imita a criação divina. O que você expressa através de sua paixão é o amor de Deus por Deus”; ela diz respeito à celebração do encontro de dois seres conectados espiritualmente.

Pode até ser traduzida nas palavras de Trevisan (1997: 161):

Amor é sentimento feliz; sexo é exercício orgânico prazeroso. Pode haver amor sem sexo e amor com sexo. Pode haver sexo com amor e sexo sem amor. Antes de tudo, é necessário quebrar tabus e realçar que sexo, em si, é benéfico, saudável, positivo, abençoado.

A identidade entre essas manifestações afetivas — gostar, amar, apaixonar-se — surge quando consideramos que todas suscitam uma aproximação entre pessoas, normalmente de sexos opostos² que buscam qualidades e complementaridade que, pelo menos num momento inicial, satisfaçam a busca pelo afeto, pela cumplicidade e, até mesmo, pela estabilidade.

² Vale mencionar que o gostar, por exemplo, encaixa-se em qualquer situação e é socialmente permitido, entretanto quando se refere a pessoas do mesmo sexo pode enunciar um quadro de homossexualidade e conseqüente rejeição.

Afinal, é por intermédio do comportamento emocional que manifestamos os nossos sentimentos. Amar, gostar, apaixonar-se são notas de uma mesma melodia, importantes para o crescimento afetivo integral de um ser humano.

A seguir estaremos caracterizando mais e melhor o que denominamos amor. Por ora, é importante citar que o amor é um processo que busca a unidade espiritual do ser, valendo-se do comportamento emocional e constituindo-se num processo enriquecido e modificado pelo acúmulo histórico e cultural dos tempos.

O amor imaturo diz:

- *Amo você porque preciso de você.*

O amor maduro diz:

- *- Preciso de você porque amo você.*

Erich Fromm

CAPÍTULO IV

AMOR: SENTIMENTOS E EMOÇÕES

Por intermédio dos sentimentos reconhecemo-nos como humanos e somos capazes de uma percepção mais aguçada em relação aos outros e a nós mesmos; eles constituem a forma mais consistente e consciente de percepção. Segundo Viscott (1982: 17) “cada um de nós é os sentimentos que tem (...) sem consciência do que significam nossos sentimentos, não há uma real consciência da vida”.

Desde a concepção, o ser humano inicia seu processo de identificação dos sentimentos: recebe informações hormonais a respeito das sensações maternas — uma dosagem de sentimentos que diz respeito à felicidade por sua chegada ou sentimentos de rejeição que, quando persistentes, acabam por imprimir sensações à sua futura existência e nas relações interpessoais que serão estabelecidas. Ao nascer, inicia-se o processo de aprendizagem que em idade madura trará a tônica da sabedoria de vida e este processo não é nada tranquilo: todo fato é carregado de conteúdo emocional que, em maior ou menor grau, produz reações corporais correspondentes a sua intensidade e são gravados na memória do ser — o fato, a emoção e as reações.

A distribuição de sangue diferente durante estados emocionais diferentes pode facilmente ser constatada. Pessoas que enrubescem estão com raiva. As que empalidecem têm medo. No caso da raiva, não só o rosto recebe mais sangue, como também a mucosa do estômago. No caso do medo, o fluxo de sangue para ambas as partes é diminuído. E como se sabe hoje, nesse caso as bactérias *helicobacter-piloros* do estômago acham um terreno especialmente favorável ao aparecimento de úlceras. (STEMME, 1999: 109)

A maneira como essas reações manifestam-se não dependem, entretanto, apenas de aspectos fisiológicos, mas principalmente da condição emocional em que a pessoa se

encontra como, por exemplo, sentindo-se aborrecida. E, ainda, os sentimentos acontecem da maneira como a pessoa acredita que eles devam acontecer ou pelo que conhece deles.

Por ironia, a maior dificuldade do ser humano é reconhecer seus sentimentos sem cair num processo de observação exagerada a respeito de si mesmo. Na antiguidade, segundo Stemme (1999), os filósofos do Iluminismo preocupavam-se com auto-observação do homem, porque esta podia, ao invés de conduzi-lo ao esclarecimento, torná-lo narcisista, incapaz de agir, correndo o perigo mencionado por Kant, que se refere a este procedimento como uma justaposição metódica das percepções de si sobre si, podendo levar à exaltação ou à loucura. Freud, apesar de ter reconhecido o poder do inconsciente, manteve o papel da autopercepção. Embora a percepção seja um aspecto importante para a administração das emoções na vida de uma pessoa, é importante ressaltar, como orientado por Goleman (1999), que o conhecimento acerca desse assunto deve pautar-se na “atenção” em relação às emoções, sendo que o bom -senso direciona a frequência praticável deste procedimento.

A compreensão a respeito desses sentimentos, a sua caracterização e importância são adquiridas por intermédio de nossas experiências. Todo comportamento emocional, que representa os sentimentos que se manifestam no ser, oferece informações valiosas para o comportamento amoroso.

Até aqui, indistintamente, referimo-nos aos sentimentos ou às emoções como manifestações emocionais. Entretanto, estes substantivos compreendem significados diferentes apesar de muito próximos. Não deveríamos confundir o termo **sentimento** com **emoção**, pois este é mais abrangente e envolve fortes reações corporais, podendo, por um longo período de tempo, apresentar poucas manifestações de sentimento.

Classificamos de sentimento as sensações emocionais que nos acometem e geram reações físicas intensas, ou não. A atração sentida por uma pessoa que acabamos de conhecer, a sensação de alguém nos fazendo cafuné, a impressão que nos causa olhar uma obra de arte ou as reações que temos ao saber de um acidente... são situações que nos acometem de uma forma inesperada, mas não são duradouras. E por serem momentâneas, normalmente, nos são intensas. Como a paixão, que arrebatava o apaixonado em sua fase

inicial, determinando todas as suas ações, mas sofre uma transformação com o passar dos dias: ou conduz ao amor ou acaba.

As emoções segundo Branden (1998: 73)

são reações psicológicas automáticas que envolvem aspectos mentais e psicológicos à nossa avaliação subconsciente, através da qual consideramos um relacionamento benéfico ou prejudicial para qualquer aspecto da realidade da nossa vida

Aristóteles, citado por Brown (1990: 11), diz que as emoções “são todos aqueles sentimentos que alteram os homens afetando seus julgamentos, e também são acompanhados por dor ou prazer”.

Goleman (1996), contribuindo com esta idéia, diz que a emoção se refere a sentimentos e aos pensamentos decorrentes de cada tipo de sentimento, envolvendo estados psicológicos e biológicos, bem como uma série de tendências para agir. Ainda menciona a afetuosidade e o prazer, inclusive o de satisfação sexual, como decorrentes da resposta fisiológica do sistema parassimpático: existe, no organismo uma série de reações que geram um estado de calma e satisfação tornando o sujeito psicologicamente cooperativo.

Talvez possamos esquematizar a relação entre sentimentos, emoção e amor da seguinte maneira:

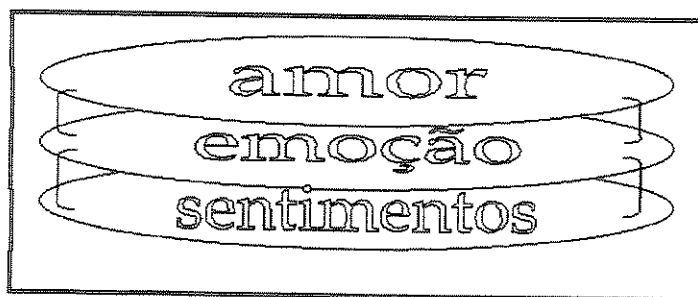


FIGURA 4-1

Onde sentimentos formam a base e a estrutura do ser humano em relação a sua própria vida, atitudes e relações interpessoais, e, a emoção, num segundo patamar, engloba valores aprendidos e a opção de vida, que reflete a intensidade e a representação dos sentimentos para a pessoa. Todos são aspectos interdependentes e, talvez, hierárquicos,

visto que por meio autoconhecimento, independente das metaexperiências⁴, conduzem-nos ao comportamento amoroso e às atitudes afetuosas.

O amor não é, mas engloba, uma série de sentimentos. Didaticamente falando, poderíamos mencionar uma estrutura que tem os sentimentos como base, representados por nossas sensações e impressões sobre a realidade (que podem ser manifestas ou não), ampliamos estas percepções iniciais para um conjunto que denominamos emoção e esta emoção traduz, de certo modo, todas as manifestações orgânicas e psicológicas que o amor traz ao ser.

4.1 A ANTIGUIDADE PRESENTE NOS RELACIONAMENTOS ATUAIS

Falar sobre amor, também reporta-nos à Grécia Antiga, onde tudo era designado por uma palavra; inclusive as várias concepções de amor.

Marlow (2000), contribuindo na caracterização e, principalmente para entendermos o desenvolvimento do amor, diz-nos que os gregos antigos atribuíam três nomes para o amor: **Eros**, **Filos** e **Ágape** e faz um paralelo das características de cada tipo com os relacionamentos atuais.

1. **Eros** é um amor baseado na dependência: “Eu preciso de você e eu o amo”.
2. **Filos** baseia-se na segurança: “É seguro e eu o amo”.
3. **Ágape** é a maior forma de amor, é o amor incondicional, dado espontaneamente, sem esperar nada em troca: “Eu o vejo e eu o amo”.

⁴ Metaexperiência diz respeito à incapacidade que o ser humano tem para fazer um reconhecimento correto a respeito de sua própria vida interior Este termo está mais amplamente discutido na página 73, deste trabalho.

Essas proposições fazem sentido na medida em que o amor é considerado um processo em constante desenvolvimento e, sendo um processo, apresenta diferentes formas de expressão, de acordo com o nível de entendimento e desenvolvimento que a pessoa se encontra.

Podemos exemplificar *Eros* por meio do amor maternal. Genericamente, uma mãe atende prontamente todas as necessidades de seu filho. Desde pequena, a criança sente que sua mãe se constitui num prolongamento de si própria, além do quê, quando bebê, depende inteiramente das atitudes maternas para sua sobrevivência e bem-estar; desta forma não fica difícil de compreender a frase “Eu preciso de você e eu o amo”.



FIGURA 4-2

Marlow (2000) afirma que, enquanto bebês, a relação com a mãe é simbiótica e, como tal, ela sente todo o nosso prazer e satisfação bem como nosso medo e desconforto. Diz ainda, que esta nossa primeira relação é de concordância com o outro, ou seja, não somos capazes de imaginar um “eu” que não seja o mesmo da mãe.

Desta forma podemos verificar a importância que o outro assume no papel da formação do “eu”, na construção da identidade do ser, como discutimos na página 29 deste trabalho, além disso, constitui-se numa valorosa referência para a emergência da afetividade de uma pessoa por meio da formação dos vínculos.

Entretanto, com o nosso desenvolvimento e à medida que nossas experiências vão enriquecendo nosso repertório comportamental, temos como resultado a separação. E como a própria autora diz: “Muito cedo, percebemos o inevitável: Eu sou eu, você é você, e nossas necessidades são diferentes” (MARLOW, 2000, 143).

Isto é compreensível e até saudável, esperando um desenvolvimento adequado de um futuro adulto. Entretanto, esta característica, muitas vezes acaba acompanhando muitas pessoas em seus relacionamentos na idade adulta e gera uma série de consequências desagradáveis para o relacionamento a dois.

E o maior problema, segundo a mesma autora, é que os limites direcionados pelo ego não são honestos. Eles não refletem o nosso verdadeiro “eu”. Para garantir o “sucesso” de um relacionamento, o ego utiliza-se de um discurso de imagens que possam garantir a aceitação por parte de outrem. Jogos são elaborados cuidadosamente para cumprir este objetivo, só que muitas vezes somos “flechados pelo cupido” neste nosso entremeio e todos os limites e mecanismos de defesa criados, caem por terra.

Quando estamos nos “firmando” como pessoas separadas — na adolescência tal comportamento fica bastante evidente: a mais charmosa, o mais valente, a mais intrometida; características que sobressaem com o intuito de afirmação no meio social — aí acontece o inesperado: *Eros* entra em ação e em um belo dia “amanhecemos” apaixonados. Isto se dá de repente, sem nenhum aviso prévio.

Esses relacionamentos são intensos, tanto emocional quanto fisicamente, envolvendo todos os campos de atuação da pessoa, que costuma apresentar mudanças visíveis em seu comportamento.

Marlow (2000, 144) avisa que: “O amor de *Eros* percorre os hormônios, as glândulas e os órgãos, afetando as emoções em forma excêntrica”. Ele envolve uma forte atração entre os corpos e desperta o desejo sexual; é intenso e incontável. Pode ser paixão, mas ainda não pode ser denominado amor.

A relação *Eros* costuma ser fantasiosa porque o apaixonado não enxerga uma pessoa real em sua frente; ele costuma projetar uma imagem sobre o ser amado, refletindo os seus anseios e expectativas. É a fase do “eu preciso”...

Entretanto, com o passar do tempo, o amante começa a dar-se conta de que o alvo de seu amor é outra pessoa, não é realmente quem ele gostaria que fosse, faltam

qualidades e percebe que a pessoa não é exatamente como era no início (a imagem idealizada e projetada).

As pessoas se apaixonam por causa das vulnerabilidades e inseguranças e não por causa da correspondência de forças. As barreiras do ego que mantínhamos de forma tão eficiente vêm abaixo e “nos apaixonamos”, apesar de não quisermos ou pretendermos isso! Somos absolutamente impotentes. Não podemos ajudá-lo. Somos vítimas de *Eros*... Por um instante temos a sensação de que há uma barreira do ego caída entre nós e o outro. Quando estamos apaixonados, nós baixamos a guarda (MARLOW, 2000, 145).

E com essa característica, o amor tipo *Eros* torna-se temporário e, por este motivo, surge a mesma sensação que tivemos quando crianças, ao sentirmos “o corpo da mamãe saindo do nosso”...

A paixão, vista sob este aspecto de intempestuosidade, acaba e com isso, muitas vezes, inicia-se uma peregrinação em busca de um novo amor para curarmos as feridas deixadas pelo anterior.

Segundo Fromm (1976), o homem caminha em sua existência tentando resolver duas questões: como pode superar a separação e como pode realizar a união. De acordo com este mesmo autor, a experiência da separação causa muita ansiedade e ser separado significa ser cortado sem qualquer possibilidade de usar as alternativas humanas para reagir e evitar as sensações de desamparo e incapacidade que a separação traz.

Mesmo nos relacionamentos estáveis podem surgir paixões que atribulam as emoções da pessoa envolvida, não significando, porém, a tomada de um novo rumo, mas uma empolgação pela novidade e por encontrar alguém que satisfaça as suas necessidades que podem ir desde a vontade de sentir-se “amado” com toda a voracidade de um relacionamento inicial ou buscar a compreensão do outro, que não encontra mais em seu parceiro. Não podemos esquecer que isto é uma expressão da necessidade do ser, que,

talvez, seja momentânea ou ser mesmo um momento de definição. Não nos cabe aqui, entretanto, julgar este fato como correto ou não.

Outra forma de amar constitui-se na segurança pretendida pelo amante em seu envolvimento afetivo. *Filos* tem esta característica: “É seguro e eu o amo”.

Depois dos arroubos emocionais provocados por *Eros*, o relacionamento modifica-se para alcançar um estágio de estabilidade.

Geralmente encontramos uma dependência voltada às necessidades básicas da pessoa, não administradas de outro modo senão pelo relacionamento íntimo com outrem. E podemos entender essa necessidade de segurança com o mais variado repertório de sentidos: carência afetiva, emocional ou financeira, insatisfação profissional, baixa estima, enfim, sentimentos, sensações ou situações que coloquem a pessoa em condição vulnerável e com um alto grau de fragilidade.

E, como o próprio Maslow definiu (ver página 16), a pessoa tem a necessidade básica de manter sua estabilidade, interna e externa, para tornar-se apto e atingir um novo estágio de desenvolvimento emocional.

Filos quer dizer: passamos pelo estágio da lua-de-mel e nos tornamos mais realistas no que diz respeito ao outro. Já nos “desapaixonamos” e começamos a nos reconhecer como indivíduos novamente. Começamos a reconhecer os valores do outro e nos comprometemos a partilhar a vida (MARLOW, 2000, 148).

O grande problema é que a busca de segurança e estabilidade pode induzir o casal à rotina e monotonia, numa convivência de conveniência. Isto é prejudicial na medida em que casais deixam um entrosamento saudável e passam a anular-se para evitar discussões ou discutirem constantemente pela insatisfação emocional e acabam mantendo o relacionamento por comodidade e/ou para evitar os problemas decorrentes de uma separação afetiva e efetiva.

Se nos reportarmos a Fromm (1986:65-66), podemos encontrar em suas palavras uma transição do amor *Filos* ao amor *Ágape*:

O amor infantil segue o princípio “Amo porque sou amado”. O amor amadurecido segue o princípio: “Sou amado porque amo”. O amor imaturo diz: “Amo-te porque necessito de ti”. Diz o amor maduro: “Necessito de ti porque te amo”.

Finalmente, *Ágape* é a maior, melhor, mais sublime e extraordinária forma de amor. É um amor que cresce incondicionalmente e que é dado espontaneamente: “Eu o vejo e eu o amo”.

O amor com características *Ágape* não acontece por acaso, nem por impulso, nem por conveniência, muito menos por resignação. Ele é uma opção consciente de um ser em relação a outro.

Esta forma de amor talvez se aproxime do sagrado, em que pessoas se doam não em benefício próprio, mas pelo bem do alvo de seu amor. É a satisfação pelo amor e não o sacrifício por amar. A título de exemplo, sem dúvidas, poderíamos citar o amor de uma mãe dedicada a seu filho.

O amor *Ágape* só faz parte da vida daquele que se conhece e ama a si mesmo, que faz doação sem esperar receber nada de volta.

Se ambos souberem relacionar-se de forma *Ágape*, serão dois em um. “No casal ideal, ambos vão descobrindo juntos novos níveis de consciência mais profundos à medida que o tempo passa e os esforços de auto aperfeiçoamento começam a dar frutos”. (AVELINE, 1996:) No relacionamento amoroso saudável parece ocorrer uma evolução do amor *Eros* à *Ágape*.

Além disso, a relação humana é misteriosa, complexa e, por ser humana, envolve uma série de fatores que se integram, contribuindo imensamente para confundir ou dar dubiedade a alguns sentidos possíveis dos atos e/ou palavras.

E para contribuir, o amor traz em si alguns rótulos que em determinados momentos fazem os amantes questionarem o porquê de seu amor não ser “compatível” ao explicado ou aparentemente vivido por outras pessoas.

Com isto, podemos perceber que não há uma fórmula para decifrar o amor. Podemos e almejamos traçar um perfil desse fenômeno para facilitar nossos estudos futuros. Neste sentido, também, podemos perceber claramente que não há um só conceito para denominar, definir, classificar ou categorizar o amor, mas um conjunto de definições e proposições.

4.2 O AMOR

Em sua busca incessante pelo conhecimento, o homem sempre se depara com questões no seu dia a dia que acabam ocupando seus momentos de estudo e de reflexão. Uma delas, diz respeito ao comportamento, alvo da Psicologia, e mais especificamente à afetividade, envolvendo temas que dizem respeito aos relacionamentos interpessoais e amorosos.

Todos reconhecem a força dos sentimentos, mas ainda, nas diversas áreas de atuação humana, não existe tranquilidade para a exposição de idéias e atitudes no que diz respeito ao papel preponderante da afetividade nas ações humanas. Boa parte das pessoas entendia, ou ainda entende, que quando é dada uma atenção maior aos aspectos relacionados às emoções, a afetividade, ou a fantasias românticas, sérios problemas são gerados: a pessoa é vista como sentimental e pouco capaz de tomar atitudes adequadas, comprometendo seu desempenho no trabalho, estudo ou, por ironia, na sua própria vida particular.

E se falarmos em amor, teremos a atenção direcionada estritamente aos relacionamentos afetivos, assunto totalmente particular e fora de propósito profissional e acadêmico.

Bem sabemos que a temática sobre o amor não deixou de ser estudada, mas, também, não foi priorizada como um dos aspectos importantes que faz parte do perfil psicológico de uma pessoa para que ela atinja padrões adequados de comportamento e sucesso em sua jornada pessoal.

Sabemos, também, que a tendência do ser humano é sempre procurar explicações para os eventos distantes de si... Inicialmente, buscou-se entender a influência dos astros sobre o comportamento em detrimento da compreensão acerca dos comportamentos emitidos de um ser e suas consequências no seu meio ambiente... E, ainda sabemos, que a atenção sobre o tema tornou-se real e cósmica, quando em 1995, Daniel Goleman, por meio de sua “Inteligência Emocional”, expôs suas idéias e divulgou aos quatro ventos a importância do equilíbrio emocional para a tomada de decisões, aperfeiçoamento pessoal e, também, desenvolvimento cognitivo.



Leo Buscaglia (1924 - 1998), uma das pessoas que estudou especificamente o tema Amor, em sua obra de mesmo nome — Amor — com *copyright* registrado em 1972, lamenta a falta de literatura acerca do que ele considera ser uma das molas propulsoras da humanidade. De lá para cá, temos, na literatura, obras que procuram entender as relações afetivas entre as pessoas e, de certa forma, orientá-las para tirar melhor proveito de suas relações.

Antes disto, é interessante mencionar o trabalho de Henri Wallon (1879-1962), médico psicólogo com formação dialético-materialista, que analisando o desenvolvimento cognitivo infantil, dedicou, a partir de 1934, uma parcela de suas investigações ao estudo da emoção. Ele anuncia, além de outros aspectos relacionados ao desenvolvimento, que a origem da afetividade provém da tônica postural e manifesta-se

no recém-nascido antes das ações de conhecer e estabelecer relações no mundo físico. Segundo o autor, podemos observar que:

Os primeiros reflexos são reflexos tônicos de defesa ou de atitude. Um contato, uma beliscadura na pele provoca uma retração ou uma distensão atetósica do membro. Um ruído provoca um estremecimento, semelhante a esses bruscos relaxamentos do tônus, que acarreta por vezes a sua súbita libertação pelo sono. As influências das excitações labirínticas sobre o comportamento do recém-nascido são evidentes. Elas podem ser suficientes para modificar sistematicamente a posição da sua cabeça e dos seus membros e explicam o prazer que ele sente em ser embalado. (WALLON, 1994:122 *apud* ALMEIDA, 1999:61)

Wallon ainda descreve que o ser apresenta três emoções básicas: a *alegria*, a *cólera* e o *medo*.

Na tentativa de alcançar uma definição, normalmente referimo-nos ao amor como um sentimento. Solomon (1992) afirma que ele não o é e por algumas razões básicas: sentimento é uma palavra que abrange um sem número de eventos — sentimento está para qualquer atitude mental, assim como coisa está para objeto — sentimento tem média/curta durabilidade e, por fim, pode constituir-se em uma “distração” do amor, ou seja, valorizando mais as fortes sensações e desviando a atenção das estratégias e obrigações do amor².

Quando tratamos amor por sentimento, ainda segundo Solomon (1992), um “não sei o que” que sentimos em relação ao outro e que confundimos com amor. O amor é um fenômeno aprendido, portanto constitui-se num processo e, assim sendo, não pode ser uma surpresa inesperada, que aconteça de um momento para o outro. Isto significa dizer que o ser humano nasce pronto para amar, dependendo de suas experiências particulares para desenvolver todas as suas capacidades e habilidades de amor, entretanto a ação de amar pode ser considerada uma manifestação inesperada se focarmos o outro, na relação.

² Cabe esclarecer que entenderemos que o amor necessita de cultivo para continuar existindo e a expressão “estratégias e obrigações” aqui é mencionada com a intenção de chamar a atenção para esta necessidade de cuidados que o amor impõe aos amantes.

Apesar de não ser algo tão intenso quanto ao fenômeno amor, os sentimentos existem para nos preparar; são os passos que damos em direção ao autoconhecimento, à formação e fortalecimento de vínculos, essenciais para as relações amorosas.

Podemos até dizer que o sentimento é limitado em seu tempo e espaço e a emoção, não. Portanto não podemos especificar o amor como apenas a expressão de um sentimento — parafraseando Solomon (1992), o amor é um produto da vontade, que envolve muitas emoções, deixando a característica de romance passageiro impensável.

Não sendo sentimento, façamos uso das palavras de Goleman (1996), que diz que o amor é representado por um *conjunto de sentimentos*.

O sentimento não pode ser considerado a medida do amor porque arroubos em início de relacionamento acontecem. A paixão é bem caracterizada aqui. O sentimento, nesse momento, é muito agradável, entretanto, o verdadeiro amor está livre dos efeitos encantadores das qualidades imediatas apresentadas pelo sujeito amado, que, diga-se de passagem, qualidades costumeiramente frágeis, que se esvaecem com o passar do tempo.

Por fim, como Conche (1997) bem coloca, o verdadeiro amor não é puramente sentimental, envolve todas as forças do homem, inclusive a razão e a vontade. E ainda diz que o verdadeiro amor é filosófico porque engloba a reflexão sobre a vida. Para ele, “o amor é alegria” (CONCHE, 1998:11).

Para Fromm (1976), amor tem um significado pautado pela ação do homem em relação à motivação que o impeliu a agir. Cita Spinoza e seus conceitos de afetos ativos e passivos: os primeiros dizem respeito à liberdade que o homem tem em agir, sendo senhor de seus afetos; os outros representam a imobilidade do ser em relação a sua própria ação, ou seja, ele é impelido a realizar, mas não tem consciência das reais motivações que o fizeram agir.

É a união sob a condição de preservar a integridade própria, a própria individualidade. O amor é uma força ativa no homem; uma força que irrompe pelas paredes que separam o homem de seus semelhantes, que

une aos outros; o amor leva-o a superar o sentimento de isolamento e de separação, permitindo-lhe, porém, ser ele mesmo, reter sua integridade. No amor, ocorre o paradoxo de que dois seres sejam um e, contudo, permaneçam dois. (FROMM, 1976:43).

Fromm (1987) observa que o amor pode ter significados relacionados ao *modo ter*, representando confinamento, possessividade e controle exercido sobre o objeto de amor e ao *modo ser*, considerando-o uma abstração e, assim sendo, devemos tratar do “ato de amar”, visto como uma atividade criadora que sugere cuidado, responsabilidade, respeito e conhecimento, explicados da seguinte maneira:

- ❖ Cuidado no amor é uma preocupação ativa pela vida e pelo crescimento daquele que se ama;
- ❖ Ser responsável significa responder, estar pronto, mas este responder é livre de dominação e possessividade porque é alicerçado pelo respeito;
- ❖ O respeito é entendido como a preocupação pelo desenvolvimento do outro como ele é, sem nenhum tipo de exploração;
- ❖ Conhecer, transcendendo a preocupação por mim mesmo e vendo o outro em seus próprios termos.

O amor com essas características passa a ser um evento “auto-renovador” e “autocrescente”. E com o empréstimo das palavras de Fromm (1976:24):

O amor é uma arte, assim como viver é uma arte; se quisermos aprender como se ama, devemos proceder do mesmo modo por que agiríamos se quiséssemos aprender qualquer outra arte, seja a música, a pintura, a carpintaria, ou a arte da medicina, ou da engenharia.

Matarazzo (2001) faz breve comentário a respeito do que os idealistas, realistas e descrentes pensam a respeito do amor.

Para os idealistas, amar é trazer a felicidade para perto, independente das conseqüências que seu comportamento possa provocar. Amor tem características de garantia e de algo fixo, ao invés de desafio e processo. Para os realistas, amor é ilusão,

significa sacrifício e, atualmente, tende ao descompromisso, à paixão e ao jogo. Não tem responsabilidades e adapta-se na vida assumindo todas as suas tentações, problemas e obrigações.

Os descrentes descrevem o amor como um “campo minado”, representando aqueles que vivem a crise do amor, onde as únicas conseqüências do envolvimento afetivo são a desilusão, a frustração e a revolta.

O número de homens e mulheres pertencentes ao grupo dos descrentes tem aumentado. Isso porque a velocidade da sociedade moderna faz com que existam cada vez menos pessoas dispostas a abrir mão de seus desejos de conquistas por causa do ideal do amor romântico. (MATARAZZO, 2001:24-25)

Todos querem amar, mas têm medo do envolvimento, da doação, de oferecer amor, e não receber nada em troca.

Segundo Matarazzo (2001), a tentativa de explicar o que é o amor que não seguisse a definição com a característica do “Amar é...”, surgiu (a autora não especifica períodos) com a teoria triangular do amor, representada por três componentes básicos: intimidade, paixão e compromisso. No modo de ver desta teoria não nos pautamos numa relação de adjetivos que possam ser considerados ingredientes do amor, mas buscamos elementos que possam contribuir para o desenvolvimento do comportamento amoroso.

Amor pertence à vida de pessoas reais, mas, às vezes, parece que só na televisão ou cinema é que tem campo propício para sua existência ou ainda, é confundido com uma paixão “volátil” e volúvel. Às vezes, é poesia. Posadas (2001:45-46) busca o amor pelas palavras de outros autores:

- Nasce de repente, impõe-se, e não podemos lutar contra ele.

A razão do amor é não ter razão. (Shakespeare)

Você ama porque ama. Não há motivo para amar. (Saint-Exupéry)

- É o entendimento completo entre duas almas, a comunicação perfeita e sem palavras, a fusão de dois seres em um só.

O amor, um espírito dentro de duas formas. (Shelley)

A fusão de dois seres separados em um só, que se dá gradualmente por toda uma vida, é a maior obra que o tempo pode realizar. (D.H. Lawrence)

- É nosso guia do labirinto da vida, e o amado é a luz que nos tira das trevas em que estávamos imersos:

“Tu diste luz al Sendero

En mi noche sin fortuna,

Iluminando mi cielo

Como un rayito claro de luna”

(Rayito de Luna, repertório do Trio Los Panchos)

- É, ao mesmo tempo tormento e alegria. Alegria porque tem para os amantes sabor de paraíso; tormento porque eles pressentem que é efêmero. Não há amor sem dor:

Uma alma que ama e sofre encontra-se num estado sublime. (Victor Hugo)

O amor é a raiz de todas as paixões; dele nascem a tristeza, o gozo, a alegria e o desespero. (Lope de Vega)

Amar é um fogo invisível, uma chaga agradável, um saboroso veneno, uma doce amargura, uma deleitável doença, um alegre tormento, uma doce e feroz ferida, uma morte branda. (Fernando de Rojas)

Carlson (CARLSON E SHIELD, 2000:22) diz que o amor é uma escolha. “O que realmente sustenta uma vida de amor é nosso desejo de permanecer num espaço amoroso e de reagir com amor nos momentos difíceis”. E completa que o amor que desejamos necessariamente deve começar em nós mesmos.

Pensando em receber amor como um reflexo de nossa própria postura em relação aos outros e a nossa própria vida, nos apoiamos na posição de Hay (CARLSON E SHIELD, 2000: 25) que diz que os pensamentos negativos afastam o amor de nossas vidas:

Às vezes, para interromper o fluxo de pensamentos negativos e ameaçadores, repito para mim mesma palavras simples como *amor, paz, alegria, felicidade*, e isso dá certo — inconscientemente, pensamentos amorosos tomam o lugar dos outros.

Samahria Kaufman (CARLSON E SHIELD, 2000) orienta para a identificação dos sentimentos que envolvem a pessoa em determinada situação e, também, a consciência do desconforto, quando houver.

E este procedimento só é atingido a partir do momento em que conseguirmos reconhecer quais são as características de nossas emoções e pensamentos. A atenção direcionada para o presente, para a atividade imediata, proporciona um treino de concentração que traz muitos benefícios àquele que o pratica. Siegel (CARLSON E SHIELD, 2000:32) diz que “para aprender a amar melhor é preciso treinar aplicadamente, como fazem os atletas e os atores”.

Amar não é um dom! Nascemos com o potencial para amar, mas assim como nascemos com habilidade para desenhar, só vamos desenvolvê-la se dedicarmos tempo, atenção e prática. Escolher um modelo é importante, pois ele nos oferece referência de valores e atitudes importantes para aquele que está em franco aprendizado amoroso. Siegel (2000) , por exemplo, fala de Jesus, Buda, Gandhi, madre Teresa... se estiver muito longe da nossa realidade, porque não pensar numa mãe amorosa ou num amigo que zela por seu companheiro? O principal é começar a refletir sobre a atividade amorosa e lançar-se em direção a ela.

A partir do momento em que as pessoas deixam o verdadeiro amor entrar em suas vidas uma brisa de calor, de bem-estar, de felicidade começa a soprar. Inclusive a literatura sugere que amor e alegria, independente dos problemas que possam surgir, caminham juntos (BUSCAGLIA, 1972, 1982, 1984, 2000; BRANDEN, 1998; SIEGEL, 2000, CONCHE, 1998; KAUFMAN, 2000).

Conseqüências agradáveis e prazerosas acometem este ser: a alegria conduz ao otimismo, a atitudes assertivas em relação à vida, à visão de novos horizontes.

Barry Kaufman (CARLSON E SHIELD, 2000:55) resume o amor em três aspectos que são essenciais entre aqueles que se amam: “aceitar sem julgar, querer o melhor para quem se ama e contribuir para o desenvolvimento de todo o potencial do ser amado”. Isto significa amar indiscriminadamente e, a partir do momento em que uma pessoa torna-se capaz de amar assim, não é o ser amado quem ganha, mas principalmente quem oferece o amor.

Este mesmo autor pontua alguns aspectos que auxiliam o desenvolvimento deste amor estilo *Ágape*:

- ❖ Aprender a viver o presente;
- ❖ Fazer do amor e da felicidade as prioridades de sua vida;
- ❖ Prestar atenção aos seus julgamentos;
- ❖ Ser grato;
- ❖ Manter a autenticidade.

Poderíamos dizer que Samahria Kaufman (CARLSON E SHIELD, 2000:47) atribui mais uma característica a esses procedimentos: esforçar-se para tornar o amor palpável, fazendo “coisas concretas que levem a outra pessoa a perceber e sentir nosso amor”.

Robert Sternberg, psicólogo norte-americano citado por Matarazzo (2001), propôs que o amor é uma história. Apaixonamo-nos por aqueles que têm uma história semelhante a nossa. Se isto não ocorrer, o relacionamento está fadado ao fracasso.

Concordamos que quanto maior a identidade entre os seres amantes maiores as possibilidades de uma relação tranqüila, mas até aqui, percebemos o quanto é delicado tentarmos definir um comportamento emocional. Kiev (1985:19), por exemplo, diz que o amor genuíno depende de “sentimentos compartilhados de preocupação e de afeição, que pessoas distintas têm uma pela outra”, que proporcionam um crescimento pessoal mútuo.

Chopra (CARLSON E SHIELD, 2000:103-104) diz que:

O amor é a única realidade verdadeira. (...) É a experiência da unidade de consciência — o observador e observado experimentam a unidade, o que contempla e a paisagem contemplada experimentam a unidade, o amante e o ser amado experimentam a unidade. O amor é a constatação vivencial de que todos somos um só ser. Aparecemos sob disfarces, mas a nossa essência é a mesma. É a consciência da nossa natureza que nos permite dar e receber amor livremente.

Este mesmo autor (CHOPRA, 1999) nos faz refletir sobre a base do amor que é a busca espiritual da natureza humana.

Assim, como só podemos fazer uma caracterização a respeito do que é o amor, tentar uma padronização do comportamento amoroso, seria um engodo. As citações feitas até aqui buscam sempre o complemento e não uma unidade indissociável. Aceitamos a característica do amor como história a partir do momento em que for *considerado processo* e supor uma *evolução individual do ser, em sua própria história*. Nestes termos, devemos aliar a teoria à prática.

Se verificarmos a idéia que as pessoas têm a respeito das emoções, teremos uma porcentagem de valoração significativa e, também, perceberemos o quanto é difícil para elas especificarem, exatamente, qual o significado de amor e de outros sentimentos de maneira geral, sem mencionar um fato vivido, uma dor, uma saudade, um momento prazeroso, uma decepção... A experiência vivida, como falaremos mais adiante, é essencial para uma pessoa tentar definir-se como um ser amante, em sua real acepção. Podemos

verificar claramente que o conceito que as pessoas formam a respeito do amor, foca aspectos particulares de sua existência.

E, realmente, falar sobre o amor não é algo fácil, principalmente porque ele não é um elemento isolado, livre de influências e interferências e, para aguçar nossa curiosidade científica, em sua essência, está envolvido o comportamento humano, tão complexo, intrigante e, em grande parte do tempo, imprevisível. Para discutir as questões relativas ao Amor, precisamos apoiar-nos na experiência pessoal, na história, na ciência, na Antropologia, na Psicologia e na própria literatura não acadêmica e, emprestando as palavras de Solomon (1992:24-25), podemos dizer que:

Teorizar sobre o amor significa dar uma atenção especial à experiência pessoal, entendendo o amor como produto de forças históricas, culturais e conceituais, sem com isso perder nosso sentido de intimidade. Não se trata de rejeitar as idealizações e os bobos detalhes cotidianos do amor, e sim de entendê-los, vendo-os num contexto mais amplo. O amor é, ao mesmo tempo, pessoal e abstrato, real e ideal, sendo por isso tão facilmente reduzido às logísticas dos “relacionamentos” e também levado a exageros de proporções cósmicas e cômicas.

Ainda do mesmo autor, “o amor é um estado de alma, um processo emocional, e entendê-lo é entender a forma muito especial na qual o amante vê o mundo” (SOLOMON, 1992:89). Ou seja, por mais que versemos sobre o amor, considerando os aspectos globais do desenvolvimento humano, como pensamento, maturação física, emocional ou relações intra e interpessoais, sempre faltará a experiência particular. Somente ela poderá dar o sentido, a força, o encanto (ou quem sabe, o desencanto) desta emoção que envolve o ser humano de tal maneira que, um sem número de pessoas, condiciona a sua felicidade ao encontro de um “amor ideal”.

4.3 A EXPERIÊNCIA PARA O AMOR

Talvez, a palavra amor seja uma das primeiras que iniciam nosso repertório vocabular. Nesta palavra percebemos “coisas” importantes e percebemos também a importância que as pessoas dão a ela. Assim, aprendemos a ouvi-la, respeitá-la e buscamos aproximá-la ao máximo de nós.

Fazendo parte do nosso dia-a-dia, percebemos alguns nuances que variam de sentimentos agradáveis até mesmo reações aversivas. Então, damos-nos conta que, como diz Buscaglia (1972:24): *“Uma palavra não é mais que uns poucos símbolos fonéticos sem significado, colocados lado a lado (...) Damos um significado cognitivo, um significado emocional e pronto: estamos presos a ela”*.

E sem a experiência não temos como decifrar o significado do amor, pois ela o direciona, uma vez que, desde a mais tenra idade, uma criança só saberá o seu real significado a partir do instante que começar a receber amor: não somente por meio de palavras, mas da ação.

A experiência é caracterizada pelo fato vivido, por aquilo que decididamente foi aprendido e as pessoas aprendem por si mesmas. Aprendemos, por intermédio da Psicologia da Aprendizagem, que a motivação é que impulsiona uma pessoa para aprender, agir em direção a um objetivo pré-estabelecido; utilizando este mesmo princípio, podemos verificar que a busca de novas situações é que conduz ao aperfeiçoamento das atitudes emocionais em relação à vida.

Mas se a experiência, conhecimento adquirido pelos dados oferecidos pela própria vida, ou seja, individual e particular, é considerada um elemento expressivo para dar significância ao amor, como delimitar o “real significado” desta palavra?

Idade/maturação, relações interpessoais, auto-imagem, auto-estima são alguns dos elementos complementares que as pessoas utilizam para falar do amor, mesmo assim,

percebe-se que uma das coisas mais difíceis para o ser humano, talvez, seja definir o Amor. É como tentar decifrar o indecifrável... Cada pessoa guarda em si o significado... Tal palavra representa em si a experiência direta, sem teorias, conselhos, palpites, intuições ou comparações. Uma pessoa pode ter amado muito, sofrido por este amor e não desejar, novamente, este sentimento; outra pode estar no auge de uma relação amorosa, perceber tudo colorido, sonoro, alegre... Ou, ainda, outra pessoa não ter experimentado “verdadeiramente” este sentimento (cabe salientar que às vezes tem-se a sensação de que nunca mais amaremos uma pessoa como ao amor passado... entretanto, se cada ser é único, cada forma de amor e sua intensidade, também são particulares!).

Brocher (1998) lembra o ditado popular “o amor passa pelo estômago” e explica que quando somos bebês existe uma constante repetição do ciclo “fome-choro-alimento-calma-sono-fome” que se traduziu na nossa primeira experiência de amor. Sim, porque desta relação com a pessoa que veio nos socorrer — mormente a mãe — estabelecemos um vínculo de amorosidade e confiança.

Se esta experiência foi fraca ou mesmo inexistente, ocorreu um lapso, que pode ter sido, por exemplo, de regularidade, e o adulto tornando-se vítima de tal situação, sempre que contrariado ou inseguro, retorna a essa “fase oral” com muita facilidade.

O mesmo autor ainda ressalta que se esta teoria parecer estranha é só refletirmos sobre o quanto nos incomoda e nos aborrece se alguém nos tira a bebida ou a comida e mesmo como esses itens — bebida e comida — quando consumidos compulsivamente, torna-se um apelo inconsciente em busca de atenção, compreensão e amor.

E não é difícil aceitarmos esta proposição de Brocher, pois nesta primeira fase de nossa existência, o amor pode ser traduzido pelo bem-estar. Sem fome o bebê fica mais tranquilo e pode “pensar” em outras questões a serem satisfeitas, embora precisamos deixar claro que cometeremos um equívoco se aliarmos a satisfação dessa necessidade como única forma de expressão da afetividade ou aspecto de sua constituição.



FIGURA 44

agarravam.

Como ilustração podemos mencionar o experimento de Harlow, na década de 50, para verificar a formação de vínculo nos macacos. Com duas mães “adotivas”, um certo número de macaquinhos foi observado. As duas mães supriam a necessidade de alimento por intermédio de uma mamadeira que fazia as vezes de peito materno, entretanto, as mães diferiam em aparência: uma mantinha à mostra sua estrutura de arame, enquanto a outra era recoberta de pano. Esta diferença era fundamental para aos filhotes: quando em situação de perigo ou precisando de aconchego, era na mãe de pano que eles se

Quando somos bebês vivemos totalmente desprovidos de segurança ou sabedoria, numa condição de dependência e vulnerabilidade. O bebê não conseguiria manter-se só e, certamente não sobreviveria sem o auxílio do adulto. A dependência orgânica é clara e óbvia, a afetiva, mantém-se nas entrelinhas; no momento em que se iniciam os vínculos³, inicia-se o processo de registro das impressões sobre os comportamentos emitidos e o aprendizado emocional.

Outro fator a ser considerado a partir das experiências diz respeito às escolhas feitas de acordo com as preferências particulares. Tal preferência diz respeito a impressões que se fixam no inconsciente do ser e o induz, mesmo que não saiba o porquê, a preferir pessoas morenas em relação às loiras, por exemplo. Brocher (1998) afirma que a “*preferência*” de uma pessoa em relação à outra, apesar de trazer uma interpretação dúbia podendo representar, inclusive, sentimentos negativos que são esquecidos e/ou sentimentos positivos, tomam a forma de saudade e de desejo — diz respeito a toda a ansiedade, frustração e sentimentos reprimidos em situações anteriores. Poderíamos concluir que é uma sensação de incompletude ou de uma situação mal resolvida que conduz as pessoas a buscarem soluções para situações do passado em seus relacionamentos futuros. E de fato, este quadro emocional pode trazer a ansiedade e a insatisfação como marcas desta busca

³ Importante mencionar que pesquisas recentes acusam a percepção do feto em relação aos sentimentos da mãe, sentindo claramente se é amado e desejado ou não pela descarga hormonal que recebe.

porque se torna impossível resolver um problema de relacionamento com alguém que não faz parte da história anterior.

Stemme (1999) chama a atenção para a memória que se responsabiliza pelas manifestações emocionais porque se encarrega de gravar o fato e a carga emocional que o acompanhou e para a situação sócio-psicológica em que vivemos, pois ela influencia e interfere no modo como sentimos. Geralmente, espera-se um determinado comportamento homogêneo das pessoas que pertencem a um mesmo grupo de amizade. O autor pontua que os fatos psicológicos são produzidos pelos fatos psicológicos manipulados de dependência funcional, ou seja, enquanto os fatos psicológicos podem ser vivenciados tal como se apresentam, os fatos psicológicos de dependência funcional dependem das relações funcionais onde foram gerados. Eles apresentam-se mascarados no sentido de que a pessoa busca auxílio da imaginação para a construção destas dependências ou, se admitir uma reação emocional, por exemplo, o aborrecimento, a pessoa tenta encontrar as causas em outros motivos que não os verdadeiros para amenizar uma situação. E este fato ocorre porque não há o reconhecimento de que as emoções dependem da situação como um todo e não apenas das relações que são estabelecidas.

...é difícil distinguir entre os fatos psicológicos e os fatos psicológicos de dependência funcional. Podemos ter consciência do motivo da ira. Mas o que supomos pode ser a causa errada. Frequentemente, não sabemos nada sobre os motivos da ação dinâmica. Como provam as experiências feitas sob hipnose, agimos por motivos e contextos que não somos capazes de reconhecer. Se dou a um estudante sob o efeito da hipnose a ordem de entregar, depois de acordar, um lenço a seu professor na sala do seminário, ele o fará. Mas se for perguntado por quê, ele alegará todos os motivos possíveis, com exceção do único verdadeiro, ou seja, que realizou uma tarefa pós-hipnótica. (STEMME, 1999:106-107)

Esta experiência de incapacidade para fazer um reconhecimento correto a respeito de nossa própria vida interior, para compreendê-la, diz respeito, segundo Stemme, às *metaexperiências*.

Seguindo este raciocínio, a característica do comportamento emocional passa a ser apenas um fragmento da memória que, por ter tido características significantes no momento em que a ação ocorreu, permanece inconscientemente na vida de uma pessoa. Além disto, toda experiência e informação adquirida pela atividade consciente tenta administrar as sensações para ter atitudes mais controladas. E neste ponto surge uma outra discussão: até onde o comportamento consciente pode abrandar a intensidade de uma emoção?

É relativo, pois se de um lado a exaltação ou descontrole pode desencadear uma série de manifestações corporais, dada a liberação hormonal e suas conseqüências, por outro, se uma pessoa for extremamente consciente a este aspecto, pode estar promovendo uma força geradora de suas próprias emoções. Ou nas palavras de André Gide (Stemme, 1999:110): “A análise psicológica perdeu qualquer interesse para mim no dia em que compreendi que o homem sente o que imagina sentir. E daí até a suposição de que imagina sentir o que se sente...” Neste ponto podemos até supor, como fez Charles Blondel, psicólogo, citado por Stemme (1999), que não importa se as emoções são imaginadas ou não; de qualquer forma elas são reais.

E não podemos sequer imaginar que uma emoção manifestada por uma pessoa não seja correspondente a reações corporais; verdadeiras ou não, imaginadas ou não, as emoções estremecem o psicológico e o orgânico do ser. Um ator para desempenhar bem o seu papel, necessariamente carrega toda a carga emocional da sua personagem e, em algumas vezes, sente-se abalado pelo sofrimento vivido na ficção. Fazendo referência as metaexperiências, podemos enganar-nos em alguns momentos da vida, mas viver enganando-nos durante *toda* a vida pode sugerir algum comportamento que precise de orientação.

Esses aspectos reforçam que o amor se traduz pelo fato vivido e, com essa característica, nenhuma experiência amorosa é idêntica à outra. Mesmo que uma pessoa, de uma maneira premeditada, aja milimetricamente para manter os mesmos padrões de comportamento do seu relacionamento anterior, o que já é muito difícil, seu novo parceiro é “novo”... Logo, novas relações serão estabelecidas. Segundo Brocher (1998:23), “O amor

contém certas possibilidades básicas de experiências humanas. A mais importante é o sentimento de sermos tão aceitos quanto acreditamos ser”.

Kiev (1985) traça uns dos caminhos percorridos pela experiência do amar. Relaciona a importância do compartilhar e a comunicação aberta dos sentimentos, sem o medo de parecer ridículo ou da rejeição. O autor ainda completa que nascemos e morremos sós e, entre estes dois eventos, existe “uma vasta, e com muita frequência não acionada, capacidade de contato interpessoal, de participação, de intimidade e de crença” (KIEV, 1985:19).

Resgatando as palavras de Leo Buscaglia (2000:154), temos que amar é:

Um processo contínuo que consiste em acrescentar mais ao amor ao que já existe dentro de nós. O amor está sempre em qualquer ser humano. O que pode acontecer é que em cada momento da vida o amor se encontre em um estágio diferente de desenvolvimento. Porque o amor está sempre em processo de construção.

E, com estas palavras, mais o posicionamento de Solomon (1992), que considera o amor um processo emocional, encontramos uma caracterização para a palavra amor, reconhecendo-a como um processo de desenvolvimento emocional que coloca o ser diante de inúmeras situações para aperfeiçoamento de seus pensamentos e atitudes. Tais situações, ao serem pautadas pelos relacionamentos, fazem com que o amante expresse seu amor, não só para o outro, mas principalmente de forma subjetiva, resultando que seu amor torna-se algo imprescindível para a sua própria existência e um processo que sendo iniciado só poderá beneficiá-lo. Amar muito a si mesmo para poder transbordar amor aos outros!

Finalizando, podemos afirmar que em se tratando de amor, de fato, não temos uma definição propriamente dita. Amor significa e envolve um processo durante todo o desenvolvimento humano. Assim, como uma pessoa tem fases para realizar determinadas ações — precisa de força, altura, habilidade etc. — para amar, precisamos ter desenvolvido uma série de habilidades que nos propicie aproveitar ao máximo os benefícios de ser amante, mas também conseguir administrar os “estragos” quando não somos

correspondidos. Acima de tudo, fica registrado que o amor constitui-se num processo consciente de desenvolvimento espiritual que pode ser um elemento que apresenta novos horizontes e desafios, imprescindíveis para o crescimento individual do Ser Humano.

4.4 ALGUMAS PROPOSIÇÕES SOBRE O AMOR

Solomon (1992) auxilia na compreensão do amor apontando algumas concepções, que segundo o autor, são errôneas. Ele afirma que:

1. Entender o amor não promove o entendimento da dinâmica de um relacionamento;
2. O amor não pode ser considerado bom em si e, de certa forma, condena aquela tão conhecida expressão: “tudo o que você precisa é de amor”;
3. O amor não está, necessariamente, ligado ao belo;
4. O amor (infelizmente) não é como as histórias de amor que conhecemos e, finalmente,
5. O amor não é somente para os jovens.

Certamente esses aspectos não podem ser considerados amor como o processo que estamos tentando delinear, entretanto constitui-se de elementos essenciais para a compreensão do procedimento amoroso dos seres.

4.4.1 *Relacionamentos*

Em relação à primeira proposição, realmente, **entender o amor não é o mesmo que entender a dinâmica de um relacionamento**. Se assim fosse, estaríamos salvos das mazelas que nos acometem e poderíamos tranqüilamente distribuir conselhos de como e quando um amante pode agir.

Solomon explica que o amor é um processo emocional, independente do estágio de desenvolvimento em que se encontra — na incerteza inicial ou no conforto que vem com a convivência. O relacionamento é um fato objetivo. E esclarece que o relacionamento é... um arranjo social que envolve a resolução dos problemas da vida diária e o desfrute das vantagens de uma vida (ou parte dela) juntos. (...) O amor tem sua dinâmica psicológica; as relações têm sua dinâmica interpessoal e social e, claro, as duas coisas afetam uma à outra a cada passo do caminho.(SOLOMON, 1992:84)

De fato, um relacionamento pode chegar ao fim por uma série de motivos — incompatibilidades mil, violência, traição, morte, mas principalmente neste último exemplo, o amor continua a existir independente da presença física do ser amado.

Portanto, devemos colocar os fatos em seus devidos lugares. Se uma pessoa se diz só e a procura de um amor, não estaria querendo dizer que procura um relacionamento?

Às vezes, o amor é muito complexo e, no momento, a pessoa pode sentir-se realizada e feliz se tiver alguém para compartilhar bons momentos, expandindo seus sentimentos.

Também vale observar que muitas pessoas passam suas vidas com diversos companheiros (às vezes com exclusividade, outras dividindo a atenção com dois ou até mais parceiros amorosos!) em busca de uma satisfação e crescimento pessoal que pode não estar vinculado ao amor. É questão de uma auto-análise, honesta e, se for o caso, admitir e ser feliz assim.

Aqui também cabe citar “o amor não correspondido”. Se admitirmos que no amor existe uma relação de troca, não podemos dizer que a sua falta implica no desamor. Se o amante não tem todo o processo amoroso reconhecido, ou seja, se ele não tiver a oportunidade de exercer todo o seu potencial de amorosidade em relação à outra pessoa, apesar de não ter seu processo amoroso totalmente desenvolvido, são desencadeados aspectos importantes para o seu crescimento como ser. Pode ser doloroso, mas ele tem

cumprido o seu papel. Buscaglia (1984:153-154) auxilia-nos a caminhar neste sentido, com as seguintes orientações: “não fique planejando. Prossiga vivendo e amando. Nada é para sempre (...) Há vezes em que você pode querer desistir de um relacionamento, porém nunca desista de se relacionar”.

E sem contar que “amar” é uma experiência muito mais enriquecedora do que a de “se deixar ser amado”. Amar constitui-se numa experiência que coloca as emoções de uma pessoa literalmente à flor da pele; ela consegue perceber os seus limites e quais os sentimentos que são deflagrados com a ação de amar. Ao ser amado, a pessoa é um ser passivo, não precisa pensar, agir ou sentir.

E também não podemos deixar de esclarecer que uma relação é uma manifestação prática, dependendo, portanto, das regras sociais envolvendo marcadamente compromissos e obrigações. O amor acontece independente dessas marcas sociais: não observa classe, cifras ou religião. O compromisso para o amor refere-se basicamente ao respeito e seu cultivo.

Certamente que o amor, também, envolve um tênue conflito entre as manifestações práticas e não práticas do relacionamento; tênue porque falando do amor ideal, almejado, não admitimos qualquer esboço de plano, estratégia ou controle⁴.

Ratificando: “o amor como emoção pode ser cultivado, contudo não pode, nem deve, ser gerenciado” (SOLOMON, 1992:88).

Especificando que o relacionamento tem sua origem na dinâmica interpessoal e o amor, na dinâmica psicológica, vale dizer que uma relação satisfatória, intensa ou importante, tem suas bases sustentadas pelo amor e este, normalmente, antecede uma relação.

⁴ Cabe especificar que essas estratégias estão mais ligadas a manipulação do que aquelas realizadas para iniciar um colóquio amoroso. Estas, sim, são desejáveis em fase inicial como um jogo de sedução.

4.4.2 *O Amor não é bom em si mesmo*

Seria ótimo também que no amor tudo fosse bom em si, como comumente é pregado. Apesar deste pensamento ter ajudado a conceituar o amor, através dos tempos, infelizmente é uma concepção errônea, tratando-se apenas de uma idealização que tem sua parcela de contribuição somente quando transforma as emoções do amor em algo tão apetitoso. Aliás, diga-se de passagem, que o sexo não se tornou apenas a satisfação de um apetite por conta de todo tabu existente em torno deste assunto, principalmente quando citados os mistérios e rituais que o envolvem; o amante fica mais interessante para ser amado, a vida mais colorida...

Entretanto, assim como a idealização é uma atitude normal entre aqueles que se amam, torna-se prejudicial na mesma medida uma vez que falseia, confunde e, pior, pode conduzir a uma paixão arrebatadora e misteriosa em detrimento do amor.

Além disso, como exemplo, podemos mencionar o ciúme em uma relação. Dependendo de suas características e intensidade, pode ser benéfico ou não. Nas palavras de Kiev (1985:62):

Não pode haver sentimento mais doloroso do que o do ciúme. Ele é experimentado com frequência nos estágios iniciais de muitos relacionamentos. Nesta altura, duas pessoas (comumente) não desenvolveram senso do eu suficientemente forte com relação ao seu relacionamento e, conseqüentemente, tendem a miríades de dúvidas e suspeitas, que enamorados mais amadurecidos são capazes de superar.

No sentido descrito acima, o ciúme passa a ser uma profecia auto-realizadora. Evitá-lo? Pode ser, mas o mais importante é reconhecer e aceitar o fato de que não se pode controlar tudo a todo tempo!

Solomon (1992:96) pontua que:

... gostaríamos de ter tudo isso, emoções e constância, excitação e conveniência absoluta e segurança, e de preferência tudo junto, num só

pacote, um pacote supostamente garantido pelo amor. Porém, na verdade o amor é só um ingrediente desse pacote.

Devemos estar cientes que o amor é um processo e, como tal, envolve todos os aspectos de nossas vidas, assim vale dizer que tanto o belo, o bom, o satisfatório, o agradável fazem parte deste processo quanto o feio, o ruim, o desagradável, o obsessivo...

4.4.3 O Amor não é traduzido apenas por meio do belo

E além de não ser um fenômeno sempre bom, **o amor, necessariamente, não está ligado apenas ao belo**. “O fato de duas pessoas se admirarem fisicamente não é suficiente para o amor, e é chocante ver que com frequência somos levados a acreditar nisso” (SOLOMON, 1992:106).

Parece desnecessário incluir esta discussão quando falamos em amor, entretanto, muito dos conceitos acerca do amor nos relacionamentos indicam que pessoas atraentes e belas é que têm maiores chances de manter um relacionamento amoroso. O verdadeiro amor não se detém nos atrativos ou na beleza do físico, mas procura encontrar uma consonância entre a beleza que eu vejo em mim e a que o outro emana; é uma beleza de alma, de espírito que complementa a busca interior de cada ser.

Com isto não queremos dizer que o amor despreza o que é belo, mas relevar outros potenciais da figura humana.

Além disso, de tempos em tempos surgem padrões de beleza e de comportamento que são seguidos cegamente por um grande número de pessoas. A moda é passageira. O conceito de belo acompanha essa carruagem, sem mencionar que a beleza é um conceito muito relativo e particular. De geração em geração, temos modificações nesses conceitos e novas características para um corpo ser belo e um comportamento ser aceitável. “*Atraente* vem significar, normalmente, um bom fardo de qualidades que sejam populares e muito procuradas no mercado da personalidade.” (FROMM, 1976:21)

Na verdade, a paixão pode encantar-se com a imagem física de alguém, mas o amor equilibra as sensações emocionais e promove um desejo de conhecer o outro profundamente para possibilitar a entrega de pensamentos e emoções.

4.4.4 O Amor não é apenas Sonho...

Outra concepção errônea é considerar que **o amor é ou deveria ser como nossas histórias de amor: “Era uma vez...”**.

Hollywood que o diga! As histórias apresentadas na TV e nos romances levam-nos a acreditar que existe uma série de problemas que aparentemente são inerentes aos casos de amor, entretanto, com o maior conhecimento das pessoas, tudo se resolve e o casal pode viver feliz para sempre. E o interessante é que nesse romance há um ponto final. Cada autor imagina a história como quiser e aí é que está... se uma pessoa real só tiver tido decepções, certamente, no próximo final de semana, o casal já terá se separado, antes do “final da novela”...

Facilmente podemos perceber, assistir ou mesmo vivenciar experiências assustadoras na realidade. Então, fica muito mais tranquilo acreditar no conto de fadas...

Normalmente, a mídia e a própria concepção das pessoas colocam que o amor sempre tem um caminho de desencontros, amarguras, decepções, lágrimas, entretanto, no final, tudo sempre acaba bem. Mas onde está o seu final? Ele é atingido em romances literários e em filmes românticos, mas no dia-a-dia são vivenciados inúmeros fatos que dão o tom da relação entre os amantes.

O amor não é a conquista inicial seguida de uma relação, e muito menos de um “felizes para sempre”. É, isto sim, a história contínua de autodefinição, na qual tramas, temas, personagens, começos, meios e fins estão mais para a autoria de eus indeterminados unidos no amor (SOLOMON, 1992:103).

Se o amor foi “a primeira vista” ou baseado no encontro de “almas gêmeas”⁵, pouco importa: somos pessoas reais com ações e reações que interferem em nossas relações intra e interpessoais.

Mesmo assim, como Solomon cita, existem aqueles, especialmente os filósofos, que insistem em afirmar que deveríamos “viver a vida como uma obra de arte”.

Mas a verdade é que nenhuma obra de arte pode ser tão complexa, a ponto de poder cobrir tão longo período de tempo ou lidar com uma série tão desconcertante de detalhes. No amor, contudo, mais do que qualquer outra coisa reconhecemos nosso desejo de viver a vida como uma história simples, de acordo com uma narrativa com começo, trama, desenvolvimento e clímax (SOLOMON, 1992: 105).

E fica bem entendido que o clímax não tem um ponto exato para acontecer ou ser encontrado... a única certeza é que um desfecho com o “final feliz” ocorre somente em obras literárias. Um falecimento ou rompimento, se é que podemos considerá-los como finais, não são exatamente o que almejamos em nossas vidas. E segundo o mesmo autor, na vida real, um final de romance por natureza acontece como uma consequência da diminuição, ou mesmo fim, do suspense e da excitação do romance, porque, com o passar do tempo, os parceiros tornam-se compatíveis e confiantes no amor de um e de outro, e, além disso, há muitas outras coisas para fazer, não sobrando tempo para namorar ou utilizar-se constantemente de técnicas de conquista para uma pessoa que já faz parte de seu dia-a-dia. Entretanto, bem sabemos que se o amor não for cultivado, invariavelmente, morre.

4.4.5 Amor na Melhor Idade

É lindo, aceitável e até emocionante vermos casais de vovôs e vovós juntinhos por um matrimônio sólido e feliz, com ambos realizados por terem a tarefa de educar seus filhos cumprida e a atual satisfação de cuidar dos netinhos... Todavia, sem demonstrações da existência de um grande amor, afinal de contas, o amor é para jovens!!!

⁵ Termos discutidos nas páginas 42 (capítulo 3) e 36 (capítulo 2), respectivamente.

Para muitos, admitir os idosos iniciando um romance é uma situação meio ridícula. E chegam até a considerar que se o idoso demonstra sua sexualidade com naturalidade é um “desvio”... velhas “assanhadas” e velhos “tarados”. Ser velho parece significar ser assexuado e sem capacidade e/ou habilidade para demonstrar seu afeto por um parceiro.

Ser velho significa perder “os ideais da juventude, dessintonizar a mentalidade do seu tempo, desinteressar-se pelo cotidiano nacional e internacional, ter humor irritadiço, desconfiar do futuro, desamar o trabalho”. (HADDAD, 1996:27).

E isso nada tem a ver com a idade cronológica... Homens ou mulheres, jovens, adultos ou idosos têm, sem exceção, direito a um relacionamento pautado por muito afeto, carinho e amor, com as características que buscamos aqui, neste trabalho.

E essas características, ou melhor, essa delimitação das emoções do amor aproxima-se de nós na medida em que entendermos o amor como um fenômeno que se dá pela aprendizagem. Neste sentido, até podemos usar as palavras de Eric Fromm (1976) que disse ser o amor, uma arte que exige conhecimento e esforço.

4.5 O APRENDIZADO DO AMOR

Do nascimento até a morte, o homem tem uma jornada de aprendizado. Das situações mais simples às mais complexas a atividade humana possibilita uma série de arranjos, inovações e/ou complementações que auxiliam no processo de aprendizagem. Neste momento do trabalho, não queremos versar sobre aspectos da aprendizagem, mas fazer uma reflexão sobre o aprendizado do comportamento amoroso.

Como já dissemos, amor é muito mais que palavras e valoriza a experiência (pág. 69) para ser assimilado por uma pessoa.

Entretanto, o nosso problema é anterior ao fato de manifestar o amor: preocupamo-nos em como concebê-lo em nossas vidas. Rollo May (1995:198) expressa esta nossa questão dizendo que, “o verdadeiro problema das pessoas de nossa época antecede o do próprio amor: é tornar-se capaz de amar”.

Depois de discutir a caracterização do amor, percebemos o quanto é natural a atitude de amar; nascemos potencialmente prontos para amar. Entretanto, as couraças que nos vão revestindo com o passar dos anos acabam por delimitar o ego, fazendo com que nossa capacidade de auto-reconhecimento e de reação afetiva aos contatos interpessoais sejam limitadas, captando principalmente aspectos sociais e assimilando mecanismos de defesa para “enfrentar” o cotidiano.

Algumas proposições fazem-se necessárias para a nossa reflexão neste momento do trabalho:

a) Nascemos potencialmente amor, mas não nos reconhecemos como tal.

Para perceber a si mesmo, obrigatoriamente, o homem precisa fazer um reconhecimento de seus limites e limitações. Conhecer a si mesmo implica em se despir de falsos conceitos, com honestidade e responsabilidade, ou seja, manter um equilíbrio emocional que o oriente nesta tarefa. Salovey (STEMME, 1996:23), padrinho de Goleman, distingue cinco áreas da Inteligência Emocional, que auxiliam durante o percurso de autoconhecimento e evolução amorosa:

- ❖ Conhecer as próprias emoções;
- ❖ Lidar com as emoções;
- ❖ Transformar as emoções em ações;
- ❖ A empatia;
- ❖ Lidar com relacionamentos.

O modelo é excepcionalmente simples, entretanto, por causa da ação do inconsciente, a sua prática é sabotada, principalmente quando nos dirigimos às emoções fortes ou somos envolvidos pelas metaexperiências. Além disso, nas palavras de Casarjian

(1997:97), “O amor não é mais nem menos do que a expressão simples, honesta e natural da nossa totalidade, da nossa completa auto-aceitação”.

b) *Aprender a amar é aprender a apreciar.*

Às vezes o simples, o modesto, as pequenas atitudes ou momentos oferecidos pela Natureza compreendem um encantamento e uma possibilidade de aprendizagem que dificilmente teríamos em outras ocasiões.

Aprender a amar é observar a atitude amorosa entre as pessoas que admiramos e queremos bem. Dificilmente vamos conseguir originar um comportamento em relação a outro ser, principalmente crianças, se não nos tomarmos um modelo.

Buscaglia (1972: 86) diz que o amor tem necessidade de ser expresso fisicamente. “Às vezes, alguém oferece um lenço, mas raramente um abraço”. Samahria Kaufman (CARLSON e SHIELD, 2000), como já mencionamos na página 67 deste trabalho, versa sobre a necessidade de tornar o amor palpável. Relata sua experiência amorosa com seu filho autista. Diz ter recorrido à terapia comportamental para auxiliar o desenvolvimento da criança, mas percebeu que sozinha, sem o auxílio da atitude amorosa e de seu marido, a terapia não poderia atender as verdadeiras necessidades de seu filho.

Com isso em mente, eu mesma comecei a trabalhar com ele doze horas por dia, sete por semana, durante três anos e meio. Junto com o diagnóstico de autismo, foi considerado que Raun tinha um QI abaixo de 30, além do mutismo e da ausência completa de respostas. Há poucos meses, aos vinte e dois anos, meu filho se formou em Ética Biomédica pela Brown University. (KAUFMAN in CARLSON e SHIELD, 2000:45)

Esta situação não seria possível se o amor não estivesse direcionando as atitudes desta mãe. Amorosamente fica mais fácil entender este construto desde a mais tenra idade. Além disso, o toque tem a característica de proporcionar conforto, prazer e segurança. A primeira experiência mais significativa e mais elementar que um ser humano tem, desde seu nascimento, diz respeito à experiência tátil. Receber o peito materno é uma

forma de sobreviver por intermédio do alimento, mas também significa estabelecer as primeiras manifestações emocionais em relação a si e ao outro.

c) *Observar, sentir fisicamente e ouvir depoimentos, registros ou experiências, sobre o amor.*

Eadie (CARLSON E SHIELD, 2000:169) lembra as palavras bíblicas: “Age com os outros como gostarias que agissem contigo”. Talvez, a aproximação deste conceito nos torne aptos a perceber a dimensão espiritual do ser: “Quando você perceber a si mesmo como espírito, não irá simplesmente sentir amor - você será amor” (CHOPRA, 1999:21).

Refletir atentamente sobre esta máxima ajuda-nos a perceber uma outra característica do amor: o verdadeiro amor não é puramente sentimental. Envolve todas as forças do homem, inclusive a razão e a emoção. As emoções, por incrível que pareça, são administradas pela cabeça. A partir do momento que temos consciência daquilo que nos dá prazer ou causa incômodo, acionamos um mecanismo que identifica a causa e quais os procedimentos que devemos tomar, independente das conseqüências satisfatórias, ou não. Podemos dizer, inclusive, que as emoções acontecem, também, na cabeça. E para completar, Chopra (1999) lembra que elas são mais teimosas que os pensamentos...

O verdadeiro amor é filosófico, porque dele fazem parte a meditação, a reflexão sobre a vida: é vivido, de fato, com a consciência da sua significação e da sua importância, como o que conta mais que todas as outras coisas que a vida pode proporcionar, e todas as atividades orientadas para o sucesso do mundo (CONCHE, 1997: 09).

Casarjian (1997) trabalha com o conceito de amor por meio do *autoperdão*, no sentido de autoconhecimento e esclarecimento de possíveis ilusões, medos e autojulgamentos. Defende a tese que para uma pessoa amar a outra precisa, necessariamente, ter ciência de que possui qualidades e defeitos que precisam ser reconhecidos, aceitos e respeitados. Este processo requer honestidade para consigo e culmina no contato com o seu ser real.

Muitas pessoas encaram a ação amorosa como o oferecer ao outro objetos e/ou manifestações comportamentais que representam aquilo que elas próprias querem fazer pelo outro, esquecem que o verdadeiro sentido do amor é perceber qual a necessidade do outro e oferecer aquilo que *ele precisa*. A proposta deste procedimento de autoperdão é conduzir a pessoa a doar o que está com dificuldade de doar “Oferecendo amor, nós naturalmente experimentamos a paz e o amor que estamos oferecendo” (CASARJIAN, 1997:96).

d) *A realidade do amor aumenta na mesma proporção que a compaixão e o entendimento de si mesmo e do outro aumenta.*

Aqui temos uma outra questão fundamental: a compreensão do amor pelo adolescente. Certamente que uma pesquisa direcionada a este público tornar-se-ia mais eficaz para esta caracterização, mas como um procedimento prévio, faz-se interessante traçar algumas características desta faixa etária tão especial e que, atualmente, é o principal foco das manifestações erotizantes e de violência.

Na adolescência os problemas existentes são potencializados e surgem outros tantos novos para serem administrados, em meio a uma turbulência característica da fase. Não existe a intimidade como se apresenta num relacionamento maduro, afinal, tudo é novo para quem se encontra neste estágio, e a “turma” assume um papel importante, retirando o jovem dos limites e cuidados dos familiares para outras representações.

Neste contexto iniciam-se as experiências afetivas entre meninos e meninas. Ainda não podemos falar em amor, com as características de entrega, uma vez que as questões relacionadas à sexualidade estão muito mais presentes do que qualquer outra manifestação afetiva.

Segundo Gikovate (1996), existe um período em que as preocupações em relação à satisfação sexual são intensas, geralmente, entre os doze e quinze anos. Existem relações rápidas e os anseios sensuais e sexuais são saciados, essencialmente, pelo contato físico, sem a caracterização de uma natureza romântica.

Há um grande entusiasmo pela vida sexual ativa e programas educacionais e de saúde, internet, mídia, enfim, propostas surgiram para esclarecer e orientar o jovem e sempre são aperfeiçoadas de período a período, numa tentativa de cada vez mais deixar o jovem consciente de suas responsabilidades consigo e com o outro.

Numa observação geral, sem computarmos os dados, podemos constatar que alguns dos jovens beneficiam-se, mas outros tantos, apresentam “desvios” que são bem significativos. Por exemplo, a porcentagem de meninas grávidas.

Superada esta fase, auxiliados pela própria experiência, pela literatura e mídia, manifestam o desejo de manterem um relacionamento romântico. Gikovate (1996) cita a imagem do adolescente trancado em seu quarto, imaginando o encantamento por uma outra pessoa que traria sentido para a sua própria vida e a companhia do ser amado repleta de harmonia e daquela sensação de estar inteiro.

Se reportarmos-nos à infância veremos que já existe uma necessidade nas crianças que representam suas necessidades românticas refletida na concepção dos papéis sociais: homens seres fortes e responsáveis e mulheres, por conta de sua delicadeza e habilidades, próprias do sexo, aguardando o seu príncipe encantado... Na adolescência esta imagem pode fortificar-se ou representar aspectos de rebeldia.

Embora não seja o foco desta pesquisa, preocupamo-nos com o fazer acadêmico na direção de amenizar os conflitos desse estágio normal de desenvolvimento.

As reflexões sobre o fenômeno amor perpassam pela aprendizagem e a aprendizagem, por sua vez, encontra-se, também, nos limites dos muros escolares. Antigamente, os primeiros passos da educação de uma criança eram conduzidos pelas mãos dos pais. Hoje, existem berçários ou avós que ocupam a antiga função materna e paterna, ora pela necessidade gerada pelo mercado de trabalho, ora pela pouca idade dos pais... não compete a discussão desta situação no presente trabalho, mas reporta-nos a necessidade de pensarmos a escola como uma instituição que colabora para a formação de um ser em sua totalidade.

Podemos pensar na nossa atitude como educadores e seres humanos ao ler este “programa educacional” descrito numa história que Buscaglia (1982:28) conta em sua obra:

Um coelho, pássaro, peixe, esquilo, pato e etc resolveram fundar uma escola. Todos se sentaram para escrever o currículo. O coelho insistiu para que a corrida figurasse no currículo. O pássaro insistiu para que o vôo constasse no currículo. O peixe insistiu pela natação no currículo. O esquilo insistiu para que a escalada perpendicular das árvores figurasse no currículo. Todos os outros animais queriam que suas especialidades também configurassem no currículo, de modo que incluíram tudo e depois cometeram o erro glorioso de insistirem para que todos os animais fizessem todos os cursos. O coelho foi magnífico na corrida; ninguém sabia correr como o coelho. Mas insistiram em dizer que era uma boa disciplina intelectual e emocional ensinar o coelho a voar. Assim, insistiram para que o coelho aprendesse a voar e puseram num galho e disseram: “Voa, coelho!” E o pobre coitado saltou, quebrou a perna, fraturou o crânio. Teve lesão no cérebro e depois não conseguia mais correr muito bem. Assim, em vez de um A na corrida, teve um C. E teve D em vôo, porque estava tentando. E a comissão do currículo ficou satisfeita. O mesmo se deu com o pássaro - voava como um louco por toda parte, dando voltas e reviravoltas, e ia ganhar um A. Mas insistiram para que esse pássaro fizesse buracos no chão como uma toupeira. Claro que ele quebrou o bico e as asas e tudo o mais e aí não sabia mais voar. Mas ficaram muito satisfeitos ao lhe darem um C no vôo, e assim por diante. E sabem quem foi o melhor aluno daquela turma, quando se formou? Uma enguia retardada, que sabia fazer quase tudo razoavelmente. A coruja abandonou os estudos e agora vota contra todos os impostos que tenham a ver com escolas.

A tentativa de trazer valores para a vida dos jovens pelo esclarecimento sobre relacionamentos e atitudes afetivas diz respeito à necessidade premente de valorar aspectos que não sejam somente sensuais, sexuais ou descompromissados. A paixão como já discutimos no capítulo 3, página 42, pode ser muito saudável e promotora de relacionamentos transcendentais se as pessoas agirem com consciência e responsabilidade.

A construção de um conceito pessoal de amor só é possível a partir de experiências compartilhadas. Este tipo de experiência promove mudança, pois sugere um reposicionamento importante para a reflexão sobre o próprio pensar e agir. O outro se torna referencial. A escola pode tornar-se referencial.

É quase impossível pensar num currículo que promova o crescimento pessoal, na realidade em que vivemos hoje. Tal é o descaso com a educação, o elevado número de alunos matriculados por sala de aula e, atualmente, a violência rondando todos os envolvidos no processo. Entretanto, o *currículo oculto* pode iniciar este processo de humanização da escola.

Talvez, assim, possamos utilizar alguns passos sugeridos por Buscaglia (1984) para o desenvolvimento de relacionamentos saudáveis. Relacionamos as suas indicações, também, como promotoras de autoconhecimento e percepção do outro:

- ❖ Conhecer-se, com honestidade e compromisso;
- ❖ Libertar-se das irritações banais: às vezes perdemos muito tempo com detalhes que só consomem nossa energia;
- ❖ Manter a espontaneidade e ser amigo, compartilhar esperanças e sonhos e não querer dominar ou mudar as outras pessoas;
- ❖ Ser atencioso: palavras como “Obrigado”, “Por favor”, “Com licença” trazem outra característica para as relações interpessoais;
- ❖ Não responsabilizar os outros por sua infelicidade: é incrível como sempre aparecem “culpados” por opções feitas!
- ❖ Não esquecer das tradições e culturas, que na verdade, representam a base da formação de valores individuais;
- ❖ Ter coragem, principalmente, para promover mudanças!

Isto é possível de ser realizado por aquelas pessoas que buscam refletir sobre si mesmas e que se preocupam empaticamente com os outros; para que se possa sentir a mais elevada forma de amor e sentir-se amor, precisa-se entrar em contato consigo mesmo e experimentar uma verdadeira empatia em relação ao outro.

Talvez, uma pessoa aproximando-se de outra, livre de pré-concepções, sinta-se apta para sentir que “a vida é sempre uma escola positiva” (TREVISAN, 1997:101) e para qualquer atividade que se comprometa a realizar.

A partir do instante em que houver a convicção de que o ser humano é único, haverá mais procura por momentos que promovam a integração ao invés da competitividade. Como lembra Kiev (1985), o ser humano, também, nasce e morre sozinho. Talvez com esta consciência, as pessoas poderão buscar momentos durante a vida que despertem a ação de compartilhar ao invés de individualizar.

Tornar-se um ser integral e integrador compreende uma das inúmeras formas de aproximar-se e promover aproximações da mais elevada forma de amor.

4.6 A VISÃO TRANSPESSOAL DO AMOR

Falar sobre a visão transpessoal do amor reporta-nos à visão transpessoal de homem, ou seja, na forma holística de conceber o ser humano em sua existência e, no que diz respeito aos relacionamentos, a complementaridade, necessária e desejável, para que ocorra uma integração saudável, amorosa, totalizadora.

Neste trabalho, finalizamos o capítulo primeiro e elaboramos o segundo com a intenção de clarear o conceito de holismo, caracterizando o ser humano diante deste enfoque, numa tentativa de fortalecer a convicção de que a harmonização dos seres entre si e com o meio onde se situam constitui um elemento fundamental para o alcance do equilíbrio. Equilíbrio este, que passa a ser o elemento essencial para transpormos da condição cartesiana de existência para vivenciarmos outra mais integral e humanizadora.

Dos elementos discutidos entre as páginas 24 e 26, complementamos com Weil (2000:117) dizendo que “holístico é o trampolim de mergulho na imensidão do real”. Esta afirmação indica-nos algumas representações que nos podem ajudar a caracterizar o amor:

A imagem de um *trampolim* sugere um ser em iminente ação de lançar-se. Lançar-se ao conhecimento, aos prazeres, às dores, às possibilidades que a sua própria existência oferece para que novas experiências promovam novos paradigmas na sua construção de Ser Pessoa.

A ação de *mergulhar* exige conhecimento e experiência. Ninguém consegue mergulhar para ver as belezas do fundo do mar se não obtiver, antes, informações de como proceder. Ainda assim, quando for mergulhar pela primeira vez sentirá as manifestações emocionais comuns de quando se experimenta o novo. Para verdadeiramente entregar-se ao prazer e apreciar a nova realidade, precisará da prática.

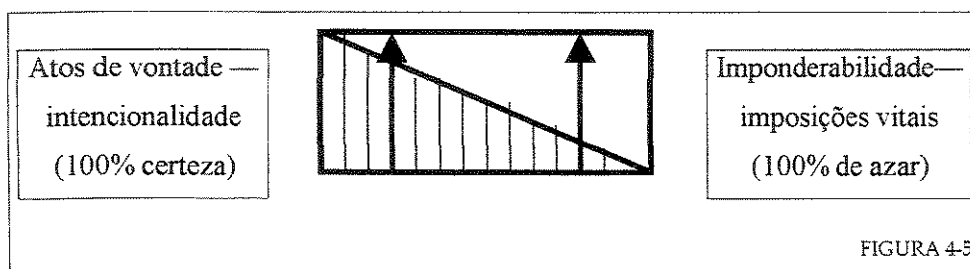
Finalmente, experimentar a *imensidão do real*, após a coragem de lançar-se, necessariamente, requer um constante movimento de elaboração e re-elaboração dos conceitos formulados perante as estimulações recebidas e ações manifestas ao longo das experiências vivenciadas.

A sensação experimentada por intermédio deste movimento de elaboração e re-elaboração, ou poderíamos dizer, do desequilíbrio e equilíbrio resultantes do processo, traria a condição necessária para a promoção do autoconhecimento e conseqüente equilíbrio.

O equilíbrio em nossas atividades diárias constitui-se num pólo norteador porque se entendermos que anseios, medos, expectativas, enfim, manifestações emocionais, são conjugadas com os verbos viver e amar, passamos a compreender nossa suscetibilidade perante as questões existenciais, que nos podem conduzir a um padrão comportamental que indique nossa concepção de amor.

Viktor Frankl (MORAIS, 2002) tratou cuidadosamente de dois princípios que dão sentido à vida: a *aceitação*, no sentido de resignação e a *responsabilidade humana de lutar*, que move o ser em busca de melhor existência. Neste sentido, Morais (2002) cita Alfred Längle, discípulo de Frankl, que discute esses dois princípios pela realidade vivida pelo homem: o livre arbítrio, a vontade e a liberdade de cada um e a imponderabilidade, ou

seja, as imposições que acometem o ser humano, independente dos esforços em sentido contrário.



Lãngle explica, didaticamente pelo diagrama acima proposto, que se ao observarmos a ação de uma pessoa a encontrarmos mais localizada à esquerda, a pessoa estará muito mais sujeita a ação do livre arbítrio; porém, se sua ação estiver mais à direita deste retângulo, as imponderabilidades ou imposições vitais estarão muito mais presentes em sua vida. Analisando atentamente as situações vivenciadas em nosso cotidiano, podemos perceber a dança que ocorre entre esses dois aspectos: às vezes somos chamados à luta e nos empenhamos ao máximo para enfrentar e vencer a batalha, outras, nossa vontade fica impotente, restando apenas que seja expressa, nas palavras do autor, uma *madura humildade*.

E neste processo de dependência, que poderíamos chamar de forças naturais de existência, se não exercitarmos a intencionalidade, dificilmente poderemos perceber em que parte do diagrama nos encontramos. Aceitar com madura humildade é diferente de aceitar com total resignação!

Fazer o uso da vontade pelo exercício da escolha é essencial para caminhar em direção a uma postura centrada e totalizadora de vida.

E neste sentido podemos resgatar Conche (1997) e dizer que o amor é *fruto da vontade*.

Não se gosta e muito menos se ama, se não tiver vontade! Solomon (1992) nos faz refletir sobre as emoções que a ação de amar traz. A intensidade delas é muito forte e não é passageira. Então, o tempo dedicado a este fenômeno passa a ser ilimitado, isto é, não

podemos prever um início exato, muito menos o seu fim, se é que podemos falar em “fim” para o amor... E esta ação depende da vontade, da disposição que temos em olhar para os possíveis alvos e *escolher*. *Escolher* viver no amor. No corpo deste trabalho, citamos Branden (1998) dizendo que o amor possibilita uma percepção da vida mais abrangente e, como consequência, promove uma relação diferenciada do ser com sua existência. A partir do momento em que se escolhe viver no amor, a pessoa passa por uma transformação de suas atitudes e comportamentos; o foco de suas atenções e preocupações podem desviar-se do “eu-sozinho”, para o “eu-partilhado”, porque quem ama, ama a alguém...

Chopra (1999), também mencionado nesta obra, ratifica esta posição quando trata da paixão. Depende da visão do ser e de sua opção, viver uma paixão imediatista ou uma que transcenda o tempo e o espaço. Sabemos entretanto que na nossa vida existem situações alheias a nossa vontade, principalmente quando falamos em amor.

Entendemos que o processo de escolha e o exercício do uso da vontade estão condicionados aos aspectos motivacionais do ser humano. A motivação passa a ser a mola propulsora das atitudes vivenciais da pessoa.

Mihaly Csikszentmihalyi, psicólogo húngaro-americano, citado por Bezerra (2003), para descrever a motivação, utiliza o termo *flow* (fluxo ou fluir), que pode ser um estado traduzido como um elemento que pode oferecer uma condição de harmonia e equilíbrio entre o indivíduo, a vida e todos os seus afazeres.

Por intermédio deste processo de fluir, a pessoa encontra-se mais apta para olhar para si mesma.

Este fluir pode ser expresso, segundo o mesmo autor, pela observação de oito princípios norteadores dessa experiência: a clareza de objetivos, os retornos imediatos relacionados aos objetivos, a combinação entre desafios da tarefa com os talentos da pessoa, o foco, ou seja, atenção direcionada para a ação, o estar aqui/agora, o sentir o controle da vida, a transcender a si mesmo e o transcender o tempo. Para Csikszentmihalyi este estado associa-se à felicidade; para nós, à condição da pessoa altamente motivada para a vida.

Seguindo esta mesma direção, Barret e Brian (BEZERRA, 2002) propõem sete estágios de desenvolvimento físico e espiritual em direção à auto-realização pela satisfação de alguns aspectos da vida, que são: sobrevivência, relacionamento, auto-estima, transformação, vocação, interdependência e sabedoria.

O primeiro nível diz respeito às necessidades físicas de bem-estar; os níveis seguintes, relacionamento e auto-estima, refere-se ao emocional. Na sequência, a transformação compreende questões mentais e os três últimos, vocação, interdependência e sabedoria, estão voltados estreitamente a auto-realização e a capacidade de gerir conscientemente a vida emocional.

Uma pessoa inicia seu processo para atingir esta condição de transcendência a partir do momento que consegue identificar aspectos que lhes são próprios, que a identifica como um ser único no mundo. Reconhecemos que não é uma tarefa fácil e que não segue uma linha reta, numa única direção.

Os riscos dessa experiência recaem na possibilidade de não satisfação das necessidades que, segundo Assaglioli (2003), não gera um sentimento de tédio, de vazio, de insignificância, mas um quadro de busca de “alguma outra coisa” ou algo mais não identificado pela pessoa; um chamado vazio interior, que o mesmo autor cita Viktor Frankl para definir um vazio existencial.

Esta situação é comum acontecer aos amantes quando estes sofrem decepções ou mágoas. Pode-se dizer, inclusive, que acompanha o ser em seu processo de evolução afetiva. O bom da situação é que não é patológico, uma vez que todos os seres, em maior ou menor grau passam por situação assim. O ruim é que se esta busca por alguma coisa tornar-se freqüente, por muito tempo, existe grande possibilidade de emergir um quadro de frustração no ser, podendo assumir várias atitudes, tais como, comportamentos inconstantes, agressividade, nervosismo, insônia, distúrbios orgânicos somatizados, falta de interesse generalizado, passividade, baixa auto-estima, pessimismo, insegurança, enfim, problemas de ordem física e emocional, que podem caracterizar o ser amante como descrente, prejudicando-o e, também, a pessoas que estão em contato com ele.

A caracterização do amor perpassa por todos fatores que indicam as situações impressas na existência de uma pessoa, que podem ser aqueles considerados históricos e outros que dizem respeito aos processos experimentados pelo próprio ser e que evidenciam as possibilidades de compreensão do fenômeno.

Resgatando algumas das considerações sobre as possíveis caracterizações de amor, mencionadas ao longo deste capítulo, temos:

- 1) A caracterização do amor possui suas origens na Grécia Antiga, com as formas Eros, Filos e Ágape, representando, respectivamente, o amor apaixonado, o amor responsável e o amor incondicional (MARLOW, 2000). O ser humano pode experimentar todas ou permanecer numa mesma forma ao longo de sua existência.
- 2) Matarazzo (2000) evoca os idealistas, que vêem o amor em seus aspectos mais positivos e prazerosos, os realistas, que dizem ser uma ilusão e os descrentes, que só esperam o fracasso. Aqui temos representações de atitudes diante da vida.
- 3) Conche (1997) diz que o amor envolve todas as forças do homem, inclusive a razão e a vontade; Fromm (1976) confirma esta tese, afirmando que é uma força ativa, a motivação que impele o homem a agir.
- 4) Carlson (CARLSON e SHIELD, 2000) afirma que o amor é uma escolha.
- 5) Chopra (1999) diz que o amor é a única realidade verdadeira.

Esses conceitos quando aproximados aos depoimentos dos sujeitos de nossa pesquisa, demonstram que o amor, como explicitam Buscaglia (1972) e Solomon (1992), pode ser *aprendido*, portanto diz respeito a um *processo*.

Sendo processo, relaciona-se ao desenvolvimento do ser. Então, pode-se dizer que não se refere somente a aspectos biológicos, mas principalmente, de acordo com a visão transpessoal, à compreensão do desenvolvimento bio-psico-social, cósmico e espiritual. Portanto, podemos afirmar, com convicção, que somente por intermédio dos relacionamentos podemos compreender, falar e agir amorosamente.

Por meio dessas reflexões, podemos apontar alguns outros elementos, que se tornam essenciais para a compreensão do amor:

- ❖ *Autoconhecimento*: visando a formação de uma auto-imagem condizente com as reais possibilidades do ser e favorecendo a formação de uma auto-estima favorável ao desenvolvimento do amor;
- ❖ *Graus de percepção/intuição* promotores de uma aproximação com o espiritual, conquistados por intermédio de uma perspectiva motivacional positiva.
- ❖ *Visão de vida e de sentimentos condicionada a transcendência humana*: apesar das limitações da mente e do corpo, o espírito tem liberdade em relação ao tempo e espaço;
- ❖ *Graus de intensidade/dificuldade para o relacionamento*: reconhecer que o *ser é amor*, entretanto, na evolução espiritual, cada um encontra-se num estágio específico, fato que reflete nos relacionamentos românticos;
- ❖ *Buscar significados para o amor pela conciliação dos itens acima relacionados*.

Dos autores estudados, principalmente Buscaglia e Chopra, registraram em suas obras que somos essencialmente amor, um amor espiritual, divino, que utiliza as manifestações físicas para promover sensações de bem-estar, de prazer e alegria intensa. Podemos, ainda, perceber o quanto de experiências anteriores podem estar determinando os nossos conceitos, em que se destaca nossa percepção individual em termos de intensidade das emoções experimentadas e da crença, que acompanha as definições de amor que escutamos durante nossas vidas.

O processo do amor pode favorecer a evolução particular no ser humano, entretanto é lento e gradual. Compreende uma série de aprendizados, ações e interpretações para a sua dotação de sentido que, invariavelmente, outros seres humanos constroem junto

conosco. Nossa maior tarefa é a de selecionar cuidadosamente os objetivos, de forma que eles sejam coerentes com as características do ser que pretende atingir, principalmente, para evitar a frustração conseqüente da não realização dos motivos.

E uma dessas frustrações pode nascer no fato de compreender a vida humana por uma finitude de tempo e espaço. Existe uma preocupação em manter-se no aqui e no agora. E todos os esforços são realizados para satisfazer esta limitação.

A relação tempo-espaço sempre promove o desejo íntimo que todo ser humano tem de transcender *seu* tempo e *seu* espaço, só que nem sempre este desejo é satisfeito. Boff (2000:60) caracteriza esta sensação com as seguintes palavras:

Somos todos seres desejantes. Talvez o desejo seja a nossa experiência mais imediata e, ao mesmo tempo, mais profunda. (...) Não queremos só viver muito, queremos viver sempre. Desejamos a imortalidade. E nos frustramos, porque o princípio da realidade nos mostra que somos mortais. Vamos morrendo devagarzinho, em prestações, cada dia, até que acabamos de morrer. Mas o nosso desejo é sempre virgem, sempre quer viver mais, quer prolongar o tempo, quer transcender a morte.

A compreensão do ser como transcendente, livre das amarras impostas por este tempo e espaço, promove uma valorização de passado e de futuro, de acordo com a sua significância, como parte integrante para a formação do que somos, determinando o grau de motivação de uma pessoa.

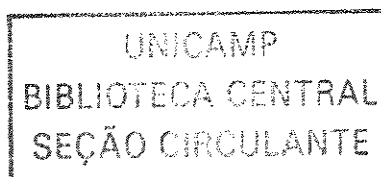
Nesta situação, resta-nos, segundo o mesmo autor, praticar a *pseudotranscendência*: reconhecer as limitações do ser enquanto inseridos numa vida finita, mas respeitarmos os anseios que temos e, com esta atitude, promover uma reconstrução para agregar a raiz humana com o cosmo. Utilizando um exemplo do próprio Boff, ser como uma árvore; ao mesmo tempo em que se afunda no solo, tem sua copa voltada para o Universo; tem uma sustentação que a possibilita enfrentar as tempestades e interage com as energias cósmicas por intermédio de sua relação com o sol, com a lua e as estrelas. Afinal,

somos árvores no Universo: “No ser humano combina-se faticidade e transcendência” (MORAIS, 2002:46).

Viver o amor pela concepção transpessoal induz a pessoa a viver um processo de identificação de si como parte integrante de um universo repleto de possibilidades, induz a compreensão de que não é o outro que promove a sua felicidade, mas a felicidade e alegria brota de si para contagiar as outras pessoas que estão a sua volta, compreende que o outro complementa e não adiciona.

Compreende que não estamos amarrados ao aqui e agora, mas temos possibilidades que ultrapassam o imediatismo. A mente torna-se mais lúcida para perceber as manifestações impressas no conjunto e não numa ação ou palavra solitárias.

Inexiste rotina porque cada novo momento constitui-se num milagre de beleza, livre de ações automáticas e premeditadas. Como discutido no capítulo 2, o homem atingindo a sua *unidade fundamental* como ser, certamente reconhecerá a *unidade de amor fundamental*.



PARTE III

O AMOR EXPERIMENTADO...

*A mente tem o passo ligeiro,
mas o coração vai mais longe.*

- Ditado Chinês -

CAPÍTULO V

Esta etapa do trabalho dedica-se a ilustrar os conceitos de amor tratados até o momento.

Partimos do pressuposto de que a descrição de amor depende da experiência vivida, portanto somente a partir do depoimento das pessoas a respeito de sua experiência de amar é que poderemos compreender como elas estão concebendo o fenômeno amor.

Por tratar-se de um procedimento que exige alguns cuidados, faremos uso da pesquisa não-experimental e da análise de conteúdo descritas a seguir.

5.1 DESCRIÇÃO DOS PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Para o desenvolvimento deste trabalho, optamos por utilizar a **pesquisa não-experimental** ou *ex post fact*. Este tipo de pesquisa caracteriza-se pela impossibilidade de manipulação de variáveis ou designação aleatória de sujeitos. Kerlinger (1979:131) corrobora a esta afirmação, dizendo que “esta é a característica fundamental da pesquisa não-experimental: variáveis independentes chegam ao pesquisador como estavam, já feitas. Já exerceram seus efeitos, se os havia”, ou seja, não há uma intervenção efetiva do pesquisador no sentido de estabelecer relações e formular hipóteses, manipulando as variáveis de acordo com a sua vontade e comparando resultados entre grupos experimentais e de controle. Também, os grupos são selecionados de acordo com a investigação a ser realizada.

As variáveis, neste tipo de pesquisa não-experimental, por natureza, não são manipuláveis, dizem respeito a constructos ou, nas palavras do autor citado, *características de gente* e, portanto, chamadas de *variáveis de status*. Estudos que têm como tema central a classe social, a ansiedade, o autoritarismo, o preconceito... ou, como no nosso caso, o

amor, são exemplos de variáveis não manipuláveis. É importante registrar que, como o próprio nome diz — *ex post fact* — o controle de variáveis é impossibilitado porque a investigação é feita após a ocorrência do fenômeno.

Além da característica não-experimental, a pesquisa em questão tem caráter qualitativo porque pretendemos analisar a profundidade dos conceitos que emergiram sobre o fenômeno amor, agrupando-os em categorias, segundo critérios de convergência semântica.

Para atender este aspecto de nossa pesquisa, os dados coletados foram analisados sob a luz da **Análise de Conteúdo**. Esta técnica originou-se nos Estados Unidos, no início do século passado, com a intenção de utilizar um instrumento que pudesse sistematizar e analisar as comunicações. Registra-se que, por volta de 1915, H. Lasswell fez análises de imprensa e de propaganda.

Durante a Segunda Guerra Mundial, os departamentos de Ciência Política foram a referência para o desenvolvimento da análise de conteúdo, sendo muito utilizada para detectar a propaganda antiamericana. Mas aos poucos este instrumento foi transferido para outras áreas em que se primava o rigor metodológico. Isto fica claro se observarmos as palavras de Berelson (BERELSON e LAZARFELD *apud* BARDIN, 1977:19): “A análise de conteúdo é uma técnica de investigação que tem por finalidade a descrição objetiva, sistemática e quantitativa do conteúdo manifesto da comunicação”.

Na sequência, entre 1950-1960, o conceito proposto por Berelson foi alvo de críticas e gerou desinteresse propiciando, portanto, o surgimento de novos procedimentos associados às abordagens qualitativas. A análise quantitativa passa a considerar a frequência de certas informações; a qualitativa analisa de acordo com a presença ou ausência de dados como elemento significativo. Neste meio tempo, a análise de conteúdo adquire um novo fôlego por meio de fatos como a exigência pela objetividade e cientificidade, a aceitação do uso da compreensão clínica e, principalmente, a aceitação de que a análise de conteúdo não é uma análise somente descritiva, mas inferencial também.

A partir dos anos 60, a análise de conteúdo foi afetada por três eventos: o computador, a consideração de informações provenientes de pistas não-orais e a crença de que a precisão é um ideal da análise. Novamente o instrumento enfrenta dificuldades, por ter uma característica essencialmente dialógica da produção dos enunciados verbais.

Devemos compreender a Análise de Conteúdo como um conjunto de técnicas utilizadas para a análise das comunicações, com procedimentos objetivos, sistemáticos e quantitativos visando a descrição de um determinado conteúdo sob uma perspectiva definida, e posterior inferências sobre as mensagens analisadas.

5.2 PROCEDIMENTOS PARA A COLETA DE DADOS

5.2.1 *Sujeitos da Pesquisa*

Para esta pesquisa, foram envolvidas 27 pessoas. A amostra se compôs de alunos do curso superior, que formavam uma classe de licenciatura¹, com cursos e semestres diferentes, de uma universidade pública do Estado de São Paulo (Universidade Estadual de Campinas). Os cursos e semestres não foram especificados porque as classes de licenciatura da Unicamp têm esta característica na sua composição.

O critério para a escolha dos sujeitos foi delineado a partir do pressuposto de que o aluno universitário já tenha passado pelas maiores crises referentes à adolescência e, portanto, mais próximo da chamada maturidade, do que fases anteriores e, também, por ainda manter a empolgação própria da juventude, sendo uma população com menor tendência para pensar em comodismo numa relação afetiva estável e/ou possuir melhores condições de situar-se em relação aos seus sentimentos, tentando discurrir sobre seus efeitos em sua vida.

Embora variáveis como: idade, sexo e condição sócio-econômica sejam significativas para a expressão do pensamento de um grupo, nesta pesquisa optamos por

¹ Os cursos desta classe eram: Dança, Artes Cênicas, Biologia, Educação Física.

determinar a congruência de idéias perante o fenômeno, independente de estabelecer critérios excludentes ao considerarmos a heterogeneidade que encontramos nas salas de aulas das universidades.

O aspecto para a escolha dos sujeitos foi a identificação da sua situação diante do fenômeno amor, isto é, selecionamos a pessoa de acordo com o seu momento amoroso. A primeira questão feita ao participante solicitava que ele se identificasse na classificação “já ameí”, “estou amando” ou “não ameí ainda” (vide anexo). Esta classificação refere-se à identificação da pessoa em relação ao momento afetivo que estava vivenciando, quando expressou a sua compreensão do fenômeno amor.

Este fator é importante porque as pessoas que estão vivendo o amor por intermédio de um relacionamento, segundo a importância relativa da experiência traçada nesta obra, podem expressar todas as suas emoções sem a interferência de tempo ou de outras manifestações emocionais que possam estar competindo em termos de intensidade. Diferente daqueles que aguardam o amor, pois possivelmente têm um amor idealizado e expresso por suas cognições e pelas experiências de outrem e, também, daqueles que se classificam como pessoas que já amaram, uma vez que as variáveis possíveis nesta situação poderiam interferir no conceito expresso para este fenômeno.

5.2.2 Instrumentos

Para desenvolver nossa pesquisa, utilizamos uma questão orientadora, ou seja, uma questão com característica abrangente que pudesse promover um momento de reflexão da pessoa a respeito de sua condição de sua maneira de atribuir significado ao fenômeno amor.

Esta questão orientadora — “O que o amor tem significado na sua vida?” (vide anexo) — foi utilizada para atender ao propósito de despertar uma reflexão no depoente a respeito de sua condição diante do fenômeno amor, quais os seus significados e, como

realmente aconteceu com alguns sujeitos, possibilitar a expressão da experiência para fortalecer as suas idéias.

Também é importante ressaltar que a utilização de uma pergunta norteadora, ao invés de uma entrevista ou questionário estruturado, reside no fato de proporcionar um depoimento pessoal aberto, evitando que o pesquisador possa induzir algumas idéias a respeito da questão proposta. Nesta situação mais aberta, o depoente faz emergir a significação idiossincrática que atribui ao fenômeno pesquisado.

5.2.3 Local

Optamos por abordar os sujeitos em situação de sala de aula, entregando a questão escrita, seguida de uma explicação do porquê e intenção do trabalho.

Intensificamos oralmente as palavras da questão orientadora, solicitando que as pessoas registrassem como compreendem o amor, tentando expressar, pela escrita, o significado deste fenômeno. Não especificamos nenhuma direção, como por exemplo, o amor universal, amor entre familiares ou entre amigos, para não interferir no pensamento das pessoas em relação a sua concepção.

Solicitamos, ainda, que os sujeitos nos entregassem as respostas logo após os esclarecimentos porque acreditamos que haveria uma perda de depoimentos se fosse permitida a realização desta atividade em momento posterior.

5.3 PROCEDIMENTOS PARA ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS DADOS COLETADOS

Para a posterior análise e interpretação dos dados, utilizamos os passos da Análise de Conteúdo proposta pela pesquisadora francesa Laurence Bardin (1977), que se organiza em três fases distintas:

1. Pré-análise.
2. Exploração e tratamento dos dados.
3. Análise e interpretação dos resultados.

1. A **pré-análise**, diz respeito à organização, onde os depoimentos a serem analisados serão lidos com a máxima atenção. Tenta-se obter o sentido do todo, formulando-se indicadores que fundamentarão os passos analíticos seguintes.

2. A **exploração e o tratamento dos dados** constitui-se na continuidade da pré-análise, consistindo na administração organizada das decisões a serem tomadas a partir da leitura inicial dos depoimentos. Depois de vencida a etapa da pré-análise, busca-se uma confluência nas proposições dos sujeitos em relação ao fenômeno pesquisado. Refere-se à codificação que permite a transformação sistemática dos dados brutos em **unidades de registro**, a fim de se alcançar uma representação do conteúdo das mensagens. Estas unidades são:

- a) **Unidades de Registro:** que correspondem aos segmentos do conteúdo geral do depoimento. As unidades, que dizem respeito aos registros dos depoimentos dos sujeitos, podem ser agrupadas em categorias de acordo com sua convergência de sentido.
- b) **Unidades de Contexto:** têm a função de contextualizar o sentido das frases ou sentenças contidas nos depoimentos e são unidades maiores que as de Registro.

Assim sendo, no presente estudo, temos cada depoimento particular do sujeito caracterizado como as **Unidades de Contexto**; e as sentenças ou conjunto de sentenças significativas deste contexto como as **Unidades de Registro** que são consideradas como elementos importantes para a categorização.

A categorização é “uma operação de classificação de elementos constitutivos de um conjunto, por diferenciação e, seguidamente, por re-agrupamento segundo o gênero (analogia), com critérios previamente definidos”. (BARDIN, 1977:117). Ela reúne um

grupo de elementos — unidades de registro — pela convergência, que pode ter como critério:

- a) A análise semântica (elementos com o mesmo significado);
- b) Sintático (verbos, adjetivos etc.);
- c) Lexicais (classificação de palavras por sua similaridade de sentido);
- d) Taxionômicos (que, por exemplo, classificam vários problemas da linguagem).

A categorização é um processo de estruturação que pressupõe duas etapas:

- a) O inventário, para o isolamento dos dados, e
- b) A classificação, para promover uma certa organização aos depoimentos coletados.

Estes procedimentos de análise possibilitam o levantamento de uma gama de significados que representam as idéias, os valores, as concepções etc., expressos no discurso dos depoentes, em relação ao fenômeno que se procura identificar nas representações mentais dessas pessoas. Representam, portanto, um desvelamento do fenômeno, de acordo com os significados pertinentes a experiência vivida e relatada pela pessoa. Sem mencionar que se constitui num importante mecanismo de investigação que possibilita a compreensão do fenômeno, pelo fornecimento de elementos passíveis de inferências e interpretações.

3. Análise e Interpretação dos Resultados: o anterior levantamento das Unidades de Registro e posterior re-agrupamento em categorias, possibilitará um amplo espectro dos significados expressos pelos sujeitos em seus discursos, clareando os vários sentidos que são dados à experiência de amar de acordo com as significações individuais atribuídas à mesma. Este *desvelamento* do fenômeno é que permitirá a sua compreensão, resultando disto a possibilidade de fazer as inferências e as interpretações cabíveis e permitidas pela sistemática investigação levada a efeito.

Para possibilitar a análise, interpretação, inferências e extrapolações a respeito do fenômeno do amor, conforme os vários sentidos expressos nos discursos dos sujeitos, organizou-se as categorias relacionadas abaixo, as quais incluíram as Unidades de Registro, ou seja os trechos significativos do discurso de cada sujeito identificados como S01, S02, S03, S04 etc (sujeitos 01, 02 ,03 , 04 etc.).

Cada categoria foi descrita a partir da análise de cada possível definição expressa no texto do sujeito, demonstrando quais possibilidades de significado uma mesma pessoa pode atribuir ao fenômeno amor. Na tabela abaixo, como podemos observar, cada pessoa pode enquadrar-se em diferentes categorias, apresentando a amplitude de características que o fenômeno pode assumir em suas vidas.

<i>CATEGORIAS</i>	<i>SUJEITOS</i>
A) Amor Relacionado à ação de viver	S01, S10, S11, S13, S15, S18, S23
B) Amor como promotor de aprendizado	S08, S10, S18, S19, S21, S27
C) Amor ligado às emoções de prazer e alegria	S01, S02, S04, S06, S10, S11, S12, S14, S17, S20, S26.
D) Amor representado pela união	S02, S06, S12, S16, S17, S27
E) Amor e sentimento de posse	S07, S12
F) Amor representado pela maturidade	S03, S19, S22, S27
G) Amor representado por contradição	S01, S04, S05, S09, S10, S14, S15, S18, S23, S24, S26
H) Amor como relacionamento.	S02, S03, S06, S07, S08, S12, S14, S16, S17, S18, S20, S21, S22, S23, S24, S25, S26, S27
Quadro 6-1 - Relação das Categorias e Sujeitos em cada uma delas	

*Nenhum homem é uma ilha em si mesmo. Cada um é
uma porção do continente, uma parte do oceano.*

John Donne

ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS RESULTADOS

Não temos registro, filmagens ou gravações, para percebermos o tom de voz ou a expressão das pessoas participantes, mas é interessante mencionar quais as reações apresentadas no instante em que foi solicitado que escrevessem sobre o amor. Aparentemente as pessoas agem e falam sobre o amor, mas não refletem sobre seus atos, sobre suas palavras ou sobre suas próprias vidas. Subentende-se que esta reflexão só acontece quando estão sofrendo por amor, são sensibilizadas por alguma cena romântica ou quando alguém pede...

Das pessoas que participaram da pesquisa, algumas se mostraram pensativas, preocupadas e até indecisas, manifestando a dificuldade que encontravam para escrever ou falar sobre o amor, principalmente numa sala de aula. Outras, perguntaram se podiam fazer um rascunho ou escrever a lápis. Outras, ainda, começaram a escrever imediatamente. Pareciam ter certeza do conceito a ser registrado no papel. Das respostas analisadas, podemos perceber um pouco desta “facilidade” ou “dificuldade” manifesta no momento de registro dos depoimentos.

Conforme o exposto na descrição metodológica do capítulo anterior, tem-se agora a análise e interpretação dos depoimentos obtidos com os sujeitos da pesquisa sobre suas representações sobre o fenômeno do amor. *A intenção deste estudo é desvelar aqueles sentidos atribuídos ao fenômeno, mas que estavam ocultos na psique das pessoas consultadas e que só podem emergir para o pesquisador por intermédio dos discursos registrados nos depoimentos dos sujeitos.*

Assim sendo, seguem abaixo, as unidades de registro convergentes nas seguintes categorias:

- a) Amor relacionado à ação de viver;
- b) Amor como promotor de aprendizado;
- c) Amor ligado às emoções de prazer e alegria;
- d) Amor representado pela união;
- e) Amor e sentimento de posse;
- f) Amor representado pela maturidade;
- g) Amor representado pela contradição;
- h) Amor como relacionamento.

Amor relacionado à ação de viver

Este sentido dado ao amor e contido nos depoimentos dos sujeitos indica a parcela de importância que o amor tem como uma força motriz na existência de uma pessoa. O fenômeno amor adquire uma característica de elemento motivador para as ações rotineiras, aparentemente, significando um estímulo primordial e mesmo organizador da vida das pessoas. Na análise de Fromm (1976), a significância do amor é traduzida “pela ação do homem em relação à motivação que o impeliu a agir” (v. pág. 62): as pessoas compreendem que pelo amor, conquistam a energia necessária para agirem adequadamente em suas vidas:

“... eu acho que amor é sinônimo de vida bem vivida; se você gosta de viver é porque já deve ter amado ou está amando”. (S1)²

“Vontade de viver intensamente”.(S10)

² Os depoimentos dos entrevistados foram transcritos *ipsis litteris*.

Nos depoimentos abaixo, percebemos que de acordo com Trevisan (1997), as pessoas descrevem o amor como representação da essência vital do ser humano:

“Uma inspiração para as coisas que faço”. (S11)

“O amor simplesmente dá significado à minha vida”. (S18)

Kiev (v. pág. 75), também, explicita que o homem nasce e morre só, entretanto, tem uma existência que pode ser agradavelmente experimentada por meio dos contatos interpessoais satisfatórios acontecidos entre estes dois importantes eventos, ou seja, amar representa todas ou pelo menos a maior parte das experiências possíveis de serem vivenciadas num determinado período de tempo, por uma pessoa. Portanto, pelo contato com os outros, do contato amoroso com os outros, as pessoas encontram um significado maior para atribuir às suas vidas:

“Sei que amo, e sinto isso porque vivo, porque vejo cores e ouço músicas e leio poesias e vivo poesias”. (S13)

“... O amor, tanto paternal, maternal, do namorado etc..., é o combustível para uma vida saudável e feliz”.(S15)

“... acredito que o amor signifique a esperança, o desejo de viver...”. (S23)

a) Amor como promotor de aprendizado:

Segundo estas pessoas, o amor possibilita um aprendizado especial a respeito da própria vida e sua relação com os outros. Promove um autoconhecimento que conduz a

comportamentos de auto-estima e auto-aceitação que é extensivo ao outro gerando a possibilidade de observar e de agir cuidadosamente nos contatos interpessoais:

“Através do amor tenho aprendido coisas que me servem a todo o momento na minha vida”. (S8)

“Aprendizado”. (S10)

A descrição de aprendizado oferecida pelos sujeitos reflete a sua ação diante das suas experiências e não propriamente uma reflexão sobre o fenômeno amor. Entretanto, podemos supor que seja um amor do tipo Filos, que apresenta uma segurança maior do ser perante as suas emoções. Verificamos que nascemos com o potencial para amar, porém, só com a prática e por meio do convívio com outras pessoas podemos caminhar em direção ao verdadeiro significado do amor.

“É a oportunidade que temos em nos ver no outro, aprender e praticar nossas ‘verdades’ com o outro, em nos conhecer”. (S21)

“Significa também reconhecer seus limites, saber o que você deve ou não fazer de modo a não ofender a pessoa amada”.(S27)

Solomon (1992) afirma que o amor é um fenômeno aprendido; as pessoas não fazem referência direta ao amor como processo, mas reconhecem que o amor propicia o aprendizado no processo da vida. No sentido apresentado pelos depoimentos que se seguem, podemos até arriscar que pessoas que encontram o valor do amor para

desenvolverem seu potencial humano, encontram-se caminhando em direção a forma mais elevada de amor, em direção ao amor Ágape:

“... estaremos melhorando não só o nosso relacionamento, mas também o relacionamento com as pessoas que estão em volta de nós... a única coisa que levamos desse mundo é o amor e o que aprendemos dele”. (S 18)

“Para mim, o amor tem significado crescimento emocional e maturidade em todas as áreas da minha vida. (...) aprendendo a viver melhor, seja nos problemas e tristezas ou nas alegrias, aprendendo a enfrentar os males e não escondê-los”. (S19)

b) Amor ligado às emoções de prazer e alegria

O amor explícito por Solomon (1992) não pode ser traduzido apenas por aquilo que é bom e belo, mas as pessoas o caracterizam através de sentimentos que por si anunciam a beleza, a felicidade e o bem-estar. Estes sujeitos traduzem o amor como sentimento de alegria que estão presenciando em seus **relacionamentos**. Podemos subentender que a experiência amorosa está sendo satisfatória, no momento em que o depoimento foi registrado. Sem dúvida alguma, são manifestações importantes para expressarem o benefício que o amar proporciona. Conche (1998) é mais apropriado para a compreensão dos discursos abaixo, pois diz que o amor é alegria (v.pág. 62):

“O amor tem significado paz, conquistas, felicidade, alegria de viver...” (S1)

“Estou amando e espero continuar a sentir-me sempre assim: feliz!!!” (S2)

“O amor é uma espécie de ‘vírus’ que nos torna mais sonhador, romântico, feliz e, quando correspondido, mais amado”. (S6)

“Alegria”. (S10)

“Uma inspiração para as coisas que eu faço, me sinto melhor, feliz. (...) Me sinto bem a toda hora, feliz”. (S11)

“O amor tem significado momentos muito bons, de perfeita integração com minha pessoa amada”. (S12)

“É como uma fonte de energia e por isso um encontro com o prazer”. (S14)

“... mas estou feliz por saber que sou capaz disto!” (S26)

As pessoas seguintes expressam a alegria do amar, principalmente pelo fato de se sentirem amadas e, com isto, conquistarem a sensação de segurança. Aparentemente, aqui surge a relação simbiótica apresentada pelo amor com características de Filos. A necessidade de proteção e segurança almejada por todos os seres, passa a existir através da relação afetiva com outrem. Matarazzo (2001) classifica este tipo de relação como o amor a partir do pensamento dos idealistas (v. pág. 63):

“Alegria porque é prazeroso estar na companhia da pessoa amada; compartilhar suas alegrias e seus problemas; ter alguém que se preocupe com você;...” (S4)

“O amor de outra pessoa te protege, acolhe quando está precisando e te torna mais feliz”. (S 17)

“Amar é ter amizade, felicidade, tesão, compreensão, relevar, beijar, abraçar, rir, sorrir fazer amor e mais que tudo é se amar e ser feliz”. (S20)

d) Amor representado pela união

As pessoas, no conjunto de seu depoimento, expressam a satisfação que seu **relacionamento** traz, estendendo ao outro todos os sentimentos experimentados particularmente. O outro passa a ser um referencial para os próprios sentimentos.

O amor adquire a característica de elemento integrador entre os seres, fazendo uma simbiose com outros dois fenômenos: o respeito e a complementaridade entre os seres. No discurso dos sujeitos, há um comprometimento necessário entre estes aspectos para que o amor possa ser desenvolvido. É interessante notar que está subjacente a fala dessas pessoas que, antes do **relacionamento**, não havia um ser completo. Pode-se até supor que existe o objetivo de encontrar a *alma gêmea* para efetivamente realizar-se no amor.

“Companheirismo, divisão, respeito...” (S2)

“O amor tem significado momentos muito bons, de perfeita integração com minha pessoa amada”. (S12)

“Sei que ele me completa e que eu também completo ele, mas sei que há um respeito mútuo, sendo que um não invade o espaço do outro, o que eu acho super saudável num relacionamento”. (S16)

“Quando se ama uma pessoa pode-se dividir com ela tudo. Todos seus problemas, sentimentos etc, quando é conversado com a pessoa amada, toma dimensão menor”. (S17)

“O amor significa compartilho de tudo seja coisas boas e também ruins, para juntos conseguirmos superá-las, no caso das ruins, ou fortalejá-las no caso dos bons acontecimentos”. (S27)

O discurso abaixo tem o caráter de uma escolha como propôs Carlson (2000); esta característica é expressa pela vontade de superar as dificuldades cotidianas através da união:

“Podemos até sonhar com um futuro promissor, cheio de realizações pessoais, e sempre crescendo juntos, falando ‘nós’ no lugar de ‘eu’”. (S6)

e) Amor e sentimento de posse

A representação do amor com características de “ter” fica bem evidente nestas afirmativas. Podemos retomar o posicionamento de Fromm (1987), quando percebemos a necessidade, consciente ou não, de exercer um controle sobre o objeto de amor. Aqui, também, cabe a análise de Branden (1998), sobre o egoísmo que, segundo este autor, apesar de não ser um sentimento digno do ser humano em suas relações cotidianas, quando se trata de relações amorosas, o amar egoisticamente não significa ficar alheio aos interesses e valores do ser amado, pelo contrário, o interesse próprio expande-se para envolver o outro.

“... a ausência dele me faz sentir um vazio imenso e a simples possibilidade de perdê-lo me apavora”. (S7)

“Estou pensando até na possibilidade de ter essa pessoa como companheira por muitos anos da minha vida”. (S12)

f) Amor representado pela maturidade

As pessoas atribuem ao amor uma característica que as possibilitam agir sensatamente em relação a si próprias e aos outros. Na nossa sociedade, o amadurecimento de uma pessoa ou, poderíamos dizer, a passagem para a idade adulta exige uma série de comportamentos, entre eles, a responsabilidade diante das atitudes cotidianas. A segurança também é uma característica de seres maduros e bem estruturados na vida. Parece que amor é algo que se atinge adequadamente a partir do momento em que as pessoas já passaram por uma série de experiências e adquiriram responsabilidade perante vários aspectos de sua vida, principalmente oferecendo bases sólidas, ou seja, a segurança para amar e prover o objeto do afeto. A percepção de si mesmo, em termos de maturidade, é favorecida pela ação de amar:

“... essas discussões quando queremos resolvê-las nos amadurece e nos apresenta de um ângulo mais sincero”. (S3)

“... o amor tem significado crescimento emocional e maturidade em todas as áreas da minha vida”. (S19)

“Teve o amor descoberta... teve o amor paixão...quando já se acomodava, eis que ressurgiu, todo novo, o amor já adulto, o amor menos maluco, mais pesado, mais tudo né?” (S22)

“No caso da minha vida o amor que estou vivendo tem me ajudado principalmente o meu conhecimento interior e no meu amadurecimento”. (S27)

g) Amor representado pela contradição

Às vezes o amor é explicado por uma avalanche de sentimentos: ora com características convergentes, ora divergentes. Dependendo da experiência afetiva vivida no

momento, a pessoa se expressa com segurança, apresentando o amor como um momento de êxtase ou, se inseguro diante dos seus próprios sentimentos e/ou aos sentimentos da pessoa a quem dirige seus afetos, apresenta dúvida, medo, angústia. É importante ressaltarmos que esta característica está presente na vida das pessoas como o processo pelo qual estão buscando o equilíbrio de suas emoções. Apesar de não expresso nas palavras do sujeito, constitui-se de elementos fundamentais ao processo de aprendizado.

“O amor tem proporcionado muitos risos, algumas lágrimas, prazer, solidão”.(S1)

“O amor tem um significado ambíguo, pois é sinônimo de alegria e tristeza”.(S4)

“O amor é algo incompreensível, que vive a nos causar problemas, que nos proporciona bons e maus momentos...”. (S5)

“O amor têm um significado de sacrifício e prazer ao mesmo tempo”. (S9)

“Paz, mas ao mesmo tempo perturbação”. (S10)

“Amar é dividir, se doar, rir, chorar, sentir saudades...”. (S15)

“Porém o amor não é feito somente de bons momentos e alegrias...”. (S23)

“Cadê o ‘F.’ que eu conheci, solto e alegre? Por que nós estamos passando por isto?” (S24)

O amor descrito pelos sujeitos a seguir, além de assumir a característica de contradição, aproxima-se ao conceito de paixão na visão psicológica, por suas características de instabilidade emocional, fazendo que ocorra uma maior vulnerabilidade perante as sensações imediatas. E, essa contradição, representa um elemento importante

para a dinâmica do amor, pois contribui para a vivência de emoções importantes para a caracterização do amor. Fromm (1976) caracteriza esta situação dizendo que o homem, independente de idade e cultura sempre está à busca de solução para a superação da separação, em como realizar a união e de como transcender a própria vida individual e encontrar sintonia em sua existência:

“De vez em quando é angustiante, pois estamos distantes um do outro e nem sempre é possível realizar as vontades”.(S14)

“Aquele dor no peito que parece um punhal sendo enfiado sem anestésico que sinto com a grande distância que nos separa é, ao mesmo tempo, bom e ruim...”. (S26)

No próximo depoimento, podemos ratificar a análise de Carlson (v. pág. 61), quando ela expressa que a força do amor pode auxiliar na superação de dificuldades vividas pelas pessoas:

“Enquanto todos esses sentimentos estiverem presentes em nossa relação (amor, amizade, tristeza, alegria, paixão, ciúme, etc) nosso amor estará, com certeza, aumentando a cada dia...” (S18)

h) Amor como relacionamento

Apesar de Solomon (1992) afirmar que o amor não pode ser entendido através da dinâmica de um relacionamento, as pessoas, como podemos confirmar pelos seus depoimentos, sentem-se mais tranquilas para tentar explicitar o que entendem sobre o amor por intermédio de suas experiências de relacionamento. Interessante observar, inclusive, o

quanto a experiência afetiva é importante para uma pessoa caracterizar suas reações, sentimentos e emoções em relação ao fenômeno de amar.

Falando sobre relacionamento, explicitamente, temos os seguintes significados para o fenômeno amor:

“A presença deste amor, que já dura dois anos, me fez ter mais confiança e a acreditar mais em mim”. (S7)

“É construída uma estrutura que permite aos dois expressar suas vontades e angústias e esse amor abrange um estado maior de companhia, amigo, pai, mãe, uma pessoa que cuida de outra”. (S8)

“O amor tem significado momentos muito bons, de perfeita integração com minha pessoa amada”. (...) “Estou pensando até na possibilidade de ter essa pessoa como companheira por muitos anos da minha vida”. (S12)

“É bom pensar nas coisas a serem realizadas junto, é bom abraçar e dar muitas risadas”. (S14)

“Não sei se estaria aqui hoje se não fosse pelo meu namorado...”. (S16)

“... esqueço de meus problemas e aproveito meu namoro da melhor forma possível”. (S17)

“Sem o amor do meu companheiro e sem o amor que eu sinto por ele nada faz sentido”. (S 18)

“Antes dela nunca havia tido um relacionamento de verdade com outras pessoas, já havia me apaixonado (fervor) por várias pessoas, mas amar não”. (S20)

“E é desse novo amor que surge novo filho, e nova vida, são outros tempos, porém o amor é o mesmo.” (S22)

“Talvez hoje não seja o melhor dia para comentar sobre este tema, não estou passando por uma boa fase em minha relação amorosa”. (S23)

“Há dois anos encontrei uma pessoa muito especial. (...) Queremos viver juntos para sempre, ter filhos, família e felicidade”. (S24)

“Depois, durante a adolescência, surgiu um segundo tipo de amor, homem X mulher (...) Hoje, esta pessoa faz parte de mim, e eu também ocupo lugar muito importante em sua vida”. (S25)

“Ao mesmo tempo é bom porque ao final do dia você tem em quem pensar...”
(S26)

Abaixo podemos verificar que aquelas pessoas que não mencionaram a relação como ponto de partida para a sua definição, deixou subentendido que sua concepção perpassa pela interação afetiva com o sexo oposto. A expressão denota que através do relacionamento pode-se chegar a compreensão do que seja, realmente, o amor:

“Se você diz amar alguém, subentende-se que você também a respeita, que confia, que é amigo, que divide!” (S2)

“... mas surge geralmente de uma aventura ou uma brincadeira a dois, ou seja, duas pessoas sem muito o que fazer, na hora certa no lugar certo.” (S3)

“A sensação do 1o. contato (beijo, abraço), das primeiras carícias e do relacionamento como um todo, é fantástico, inesquecível. (...) Podemos até sonhar com um futuro promissor, cheio de realizações pessoais, e sempre crescendo juntos, falando ‘nós’ no lugar de ‘eu’.” (S6)

“É a oportunidade de temos em nos ver no outro, aprender e praticar nossas ‘verdades’ com o outro, em nos conhecer”. (S21)

“O amor significa, compartilho de tudo seja de coisas boas e também ruins, para juntos conseguirmos superá-las, no caso das ruins, ou fortalejá-las no caso dos bons acontecimentos.” (S27)

6.1 Representações sobre o fenômeno amor

As considerações feitas pelos sujeitos da pesquisa valorizam o fenômeno amor através de seu modo ativo de expressão. Em todos os momentos, fica expressa a necessidade de manter todos os sentimentos, dos mais singelos aos mais intensos, inclusive aqueles que demonstram o desejo e a atração sexual, voltados a um ser em especial.

Quando nos referimos aos *relacionamentos*, estamos pautando uma concepção que diz respeito ao *ato de amar* direcionado ao outro. As pessoas envolvem-se umas com as outras, com o interesse em manifestar seus desejos e expectativas, principalmente como forma de satisfazerem desde suas necessidades de afeto mais elementares até as de características de comunhão com o outro. Fica explícita a idéia de que a *compreensão do amor* nos remete ao *ato de amar* e para esta ação, necessariamente, deve haver um sujeito para direcionar o amor, independente da forma, intensidade ou das respostas que são almejadas diante do comportamento emitido.

Por intermédio dos relacionamentos, as pessoas evoluem na forma de pensar sobre si próprias. A possibilidade de compartilhar, de aceitar as tensões geradas a partir das necessidades de liberdade e de segurança, que por definição se contrapõem, promovem no ser humano o despertar para uma *sensibilidade* que, acreditamos, seja uma característica potencial desde o nascimento. Com as experiências afetivas, a partir dos seus resultados, as pessoas tornam-se menos vulneráveis as vontades de seu ego, solidarizando-se mais e, também, tornando-se mais flexíveis ao longo de sua existência.

Percebemos que a representação de vida das pessoas é refletida na sua organização de idéias a respeito de um fenômeno que faz parte de suas vidas — independente se a presença do amor acontece pela sua própria vivência, da observação ou das reflexões a respeito do amor, apenas baseadas na literatura ou na vida de pessoas próximas. Inclusive, podemos arriscar que algumas das concepções presentes em alguns depoimentos, no sentido de não haver palavras exatas que poderiam definir o amor, podem ser atribuídas a dois fatores: pelo contato do conceito de amor e ao aprendizado adquirido através do ato de amar.

Buscaglia (1972) afirma que conhecer o amor através da literatura é bom, mas que os conceitos só poderão auxiliar uma pessoa se apresentarem situações para serem vividas. Refletindo sobre isto, podemos verificar que, geralmente, os conceitos de amor representam as mais elevadas e nobres emoções do ser humano. Na atualidade, as pessoas tornaram-se competitivas e ansiosas, vivendo psicologicamente fora de si mesmas (SALDANHA, 1999), além disso, os níveis de stress estão ultrapassando os limites até então experimentados (GROF, 2003), assim, como coordenar os conceitos de paz, harmonia, esperança, bondade com a sua vida? Parece impossível e, nos momentos que começam a refletir sobre suas potencialidades, por vezes fazem-no de forma equivocada, distanciando-se ou mesmo defendendo-se daquilo que é prazeroso.

De qualquer forma, faz-se importante desvincular a grande quantidade de adjetivos atribuída ao fenômeno discutido, principalmente aqueles com conotação negativa. Matarazzo (2001) chama a negatividade expressa para o amor, como uma descrença. Ela destaca que há uma porcentagem de pessoas que tenta descaracterizar o amor, dando ênfase exagerada aos aspectos negativos ao estado de enamoramento, como: ciúme, ódio, medo, dor desespero etc. A autora cita que este estado corresponde, principalmente a situações anteriores que foram traumáticas. “Consideram o amor romântico uma ilusão, porque talvez tenham idealizado no ser amado virtudes que, de fato, ele não possuía” (MATARAZZO, 2001: 24).

Branden (1998) inclusive pode contribuir para a caracterização dessa descrença ao descrever o “amor imaturo”, ou seja, este tipo de amor salienta as fraquezas

complementares numa relação, indicando necessidades, vontades e outras características que podem ser consideradas falhas no desenvolvimento saudável. Existe uma passividade ou agressividade manifesta no comportamento das pessoas que sentem este tipo de amor, indicando a espera de alguém que possa retirá-las de tal condição. Essa imaturidade pode até advir do fato de relacionar o conceito apenas através de considerações construídas apenas pela razão.

Lembremo-nos das metaexperiências, que por vezes, deixam as concepções do ser, vistas de modo nebuloso.

Ao longo do trabalho e analisando os depoimentos coletados, percebemos o quanto as possibilidades para amar são evidentes na vida de uma pessoa. O cuidado na escolha das palavras e a beleza existente para designar o ato de amar fazem-nos chegar a esta conclusão. As relações que propiciam o amor concebido através do modo ativo, propiciam, também, o autoconhecimento e uma preocupação saudável no contato interpessoal, que passa a ser fundamentado no respeito, na integração e no cuidado para com o outro.

Branden (1998) diz que o amor, em seu processo, conduz à percepção da vida, que por sua vez, representa a forma como vemos a nossa existência e nossa relação com ela. Pelo discurso dos sujeitos, podemos perceber que a relação que eles mantêm com a vida é bastante positiva e, conseqüentemente, extensiva às pessoas com as quais se relacionam amorosamente. Sugere, também, que se algo acontecer de forma oposta ao almejado, pode-se tirar proveito e aprender com a situação. A forma como encaramos a vida reflete sentimentos de auto-estima, de pertinência, de força e de equilíbrio ou, pelo contrário, representa a fraqueza do ser perante sua existência.

Não nos cabe julgar se as expressões emitidas são corretas ou não, afinal o amor está sendo caracterizado como processo vinculado à experiência de vida particular, mas podemos analisar que as pessoas que compreendem o fenômeno como relacionamento expressam uma vivência mais extensa ou mais realística do que seja uma manifestação amorosa. Este grupo parece estar no auge desta manifestação, vivenciado o que há de melhor neste tipo de relação interpessoal, ou ainda, como expressa Buscaglia (1972), a

definição de amor com estas características condiz com aquilo que se almeja em termos de relacionamento. E, dependendo das características pessoais e espirituais, podemos atingir um outro estágio de amorosidade que corresponde ao amor ágape, divino, transcendente.

O caminho em direção ao amor incondicional, extático, transcendente depende primordialmente das experiências: às vezes experiências resultantes da solidão, outras do enfrentamento de uma situação amorosa adversa, mas independente do momento vivido, o caminho é construído através de um riquíssimo número de informações que traz significados valiosos durante toda a vida de um ser.

Apesar de termos algumas descrições a respeito do amor transcendente, como por exemplo, “Complementação, contemplação, autoconhecimento” (S21), não podemos afirmar categoricamente que a pessoa tem plena consciência desta manifestação de amor em sua vida.

A visão de amor que conduz a uma conceituação mais ampliada requer o reconhecimento da transitoriedade humana, das relações dicotômicas entre transcendência e finitude; algo que para a grande maioria das pessoas pode tornar-se incompreensível. Amar independente das amarras sociais que estamos habituados; depende da visão holística da condição humana. Amar em termos de relacionamento, sugere o envolvimento de duas pessoas, entretanto o ato de amar ultrapassa todos e quaisquer aspectos que envolvam limitações, condições e ações automatizadas. E, a partir do momento em que o *ato de amar* for transferido para o *relacionamento*, teremos a constatação de que há um autoconhecimento subjacente na relação, que a mantém e a equilibra.

Os passos seguidos pelos depoentes apresentam-nos um conjunto de categorias que indica o desejo de envolver-se emocionalmente com o outro a fim de experimentar uma forma de amor que seja acolhedora, satisfatória e que propicie o amadurecimento individual. O amor, apesar de ser oscilante entre as sensações de prazer e de dor, passa a ser, para as pessoas, um elemento essencial para o alcance da felicidade e do equilíbrio e, quem sabe, com o passar do tempo e com o aprendizado adquirido através da experimentação do amor, transformar-se num elemento inerente a todas as suas ações, transcendendo as amarras existentes no cotidiano.

*Escolhe, pois a vida para que vivas,
tu e tua semente*

Deuteronômio 30,19

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O amor não pode ser só alegria; também choramos por amor. Choramos por alguma decepção ou pelo sofrimento de quem amamos. A doença, o desemprego, a discriminação, entre outras, às vezes, são mais bem suportadas quando acontece conosco do que quando nosso amor está sendo o alvo dessas situações.

O amor não pode ser só direcionado ao belo, principalmente, porque “beleza” é um construto relativo... Mas os sentimentos que emergem das relações afetivas, estes sim, são belos! Quando se *aprende* a amar, não ocorrem idealizações, reconhecem-se os defeitos da pessoa amada, entretanto, opta-se por dar mais atenção às qualidades.

O amor é um fenômeno que envolve o comportamento de seres complexos, portanto, também, é complexo. Finalizar este trabalho com uma definição exata, sem considerar todos os aspectos que o envolvem, seria oferecer uma visão unilateral e injusta, diante da sua grandeza e importância na vida das pessoas.

Compreendemos que o amor, como constructo, associa-se às atividades cotidianas do ser humano para fornecer sustentação à grande parte de seus empreendimentos; o amor constitui-se num elemento integrador das ações do ser consigo próprio e com os outros seres. É um fenômeno holístico que para desenvolver-se, exige *atenção, conhecimento, reflexão, ação* e principalmente, *vontade*. Todos esses elementos estão inter-relacionados e certamente são despertados no ser, de acordo com as relações e experiências que tem ao longo do desenvolvimento, desde sua mais tenra idade.

Nascemos com o potencial para o amor, mas somente reconhecemos este potencial através de nossas relações interpessoais. Por isso a importância do “outro” e a concepção de amor pautada no relacionamento.

O “outro” tem um papel fundamental como referência na construção do “eu”. As pessoas não nascem isoladas. Os bebês e as crianças pequenas não se mantêm, sem o

auxílio de um adulto. O adolescente forma a sua identidade no grupo. O adulto não vive bem se não puder manter contato com seu semelhante.

Por intermédio do outro encontramos o ponto de equilíbrio entre as nossas possibilidades de ação: respeitamos nossos desejos, mas procuramos não interferir no espaço do outro; as pessoas orientam-nos tanto na construção da nossa identidade de ser Pessoa quanto na nossa identificação amorosa.

A vontade, o desejo de envolver-se emocionalmente com o outro, possibilita uma série de experiências que trará o tom de cada uma das características emocionais que o fenômeno assume em sua forma particular. A força da vontade humana é essencial para iniciarem-se as possibilidades de aprendizado do amor através das relações, principalmente por não se constituir numa tarefa fácil, por sofrer as determinações das imponderabilidades e as influências das metaexperiências e, conseqüentemente, surgirem representações inadequadas durante os momentos em que são estabelecidos os contatos. A convivência requer uma série de habilidades para não ser estressante e culminar em experiências desastrosas e, mesmo assim, tateando, empenhamo-nos em nos relacionar, na mesma medida que compreendemos o amor em nossas vidas: ora com alegria, ora com receios; por vezes transbordando compreensão e respeito, por outras impulsividade, com atos e palavras impensadas. Buscaglia (1984:18) lembra-nos que amar os outros depende do aprendizado de habilidades, nas palavras do autor, *tão delicadas e estudadas* como fazem os profissionais responsáveis, antes do início de suas atividades. Complementa dizendo:

Ainda assim, nós, seres frágeis e despreparados, vamos em frente, fazendo amizades, casamentos e constituindo família com poucos ou nenhum recurso à mão para suprimos as nossas necessidades. (BUSCAGLIA, 1984:18)

Depois de caracterizarmos o amor de forma transpessoal, vimos a importância de considerarmos o holismo no conceito de homem ao identificar o fenômeno, pois se focarmos apenas o relacionamento corremos o risco de encontrar uma definição de ser, uma auto-imagem construída em virtude do outro e não com uma identidade própria. Nestes termos, a complementaridade passa a ser compreendida como aquilo que o outro oferece

para *preencher o que falta*. A pessoa provavelmente, nesta situação, sairá em busca do que “falta”, do “complemento”. A posição transpessoal zela pela totalidade: um ser vivendo integralmente encontra um outro ser na mesma condição para juntos experimentarem a manifestação amorosa em sua plenitude.

No movimento de idas e vindas amorosas temos sinalizado um aspecto muito importante: aprender a amar o outro conduz-nos a resolvermos questões pessoais, relacionadas ao nosso autoconhecimento e amorosidade.

Marlow (2002:130) diz que “*amar a nós mesmos e amar tudo o que somos*” constitui condição necessária para estendermos nossa afeição para as outras pessoas. Este é um fato importante, uma vez que junto com o amor, fazemos referência ao respeito, à compreensão, ao perdão, ao humor, enfim, a sentimentos e atitudes que temos com qualquer amigo, mas, na maioria das vezes, somos mais rígidos ao analisarmos a nossa própria condição.

No corpo do trabalho, mencionamos Chopra (1999) indicando que a reflexão sobre a base do amor, diz respeito à busca espiritual da natureza humana. Ratificamos esta afirmação e indicamos a espiritualidade através da conceituação de Muraro (BOFF e MURARO, 2002:284), que a considera:

Aquele momento da consciência em que esta se sente ligada e religada a um todo maior, em que percebe um sentido derradeiro do universo e vive a existência no mundo com os outros como valor, como construção coletiva do justo e do honesto, como co-responsabilidade pelo futuro pessoal e de toda comunidade de vida, como amor que se lança para além dos limites deste mundo.

Esta definição apresenta-nos a base de atitudes de reflexão, de concentração e até de mentalização. Falamos a respeito da forma ágape de amar: *aprender a viver o presente, fazer do amor e da felicidade as prioridades de sua vida, prestar atenção aos seus julgamentos, ser grato, manter a autenticidade*; ela se aproxima muito da maneira transpessoal de considerar o amor e, certamente, estes seriam, também, os procedimentos mais adequados para o ser utilizar em si próprio, para, na sequência, transferir ao outro. A razão é simples: no momento em que a pessoa se reconhecer como um ser importante e

digno de amor, passará a olhar o outro com os mesmos olhos amorosos. Buscaglia (1972) ajuda-nos neste sentido, afirmando que não se pode dar aquilo que não se tem!

Perdemos no tempo as artes de ouvir, de olhar atentamente, de admirar, de reconhecer as qualidades que fazem parte da nossa vida. Um abraço, muitas vezes é mais expressivo do que a forma mais elaborada de discurso, entretanto, não são todas as pessoas receptivas ao contato físico. Ser generoso consigo mesmo e com os outros, tentar, conscientemente, conceber suas ações originadas no amor e não perder a Esperança podem contribuir ao processo de auto-reconhecimento e ampliação do potencial para o Amor. Precisamos escolher e encontrar estratégias para agir em direção aos nossos objetivos.

Somos seres desejosos de sempre alcançar metas e condições de vida melhores. No tocante a relações e autoconhecimento, ficamos surpresos diante de situações que nos colocam frente a frente com a nossa capacidade de doação e despreparados, quando solicitada a nossa habilidade em expandir todo o potencial de amorosidade que possuímos.

Carlson (2000), já mencionado, remete-nos ao conceito de amor enquanto escolha. Nascemos. Somos presenteados com a Vida. Então, nada mais coerente do que escolhermos viver. Se a opção for por viver plenamente, optamos pelo *Amor*, pelo *Relacionamento*, pela *Transformação*, pela própria *Vida*. O sentir transpessoal auxilia, livrando-nos dos condicionamentos e estruturas sociais pré-estabelecidas.

Das (2002) discute a necessidade de sentirmos a presença do amor em nossos relacionamentos, de uma ligação entre as pessoas:

As mais antigas escrituras da Índia dizem que somos parte de uma rede universal de luz. Cada um de nós é uma jóia brilhante, reluzente, que reflete e encerra a luz do todo. Todos em um. Um em todos. Nunca estamos separados do todo. Este reconhecimento intrínseco do nosso lugar na perspectiva mais ampla é a parte do nosso DNA espiritual, o nosso software original — ou nosso heartware”. (DAS, 2002: 15)

E ainda complementa: “A meta interior da vida espiritual é alcançar a pureza inata e a perfeição primordial existente em cada um de nós”.(DAS, 2002: 19)

Entre outros procedimentos de concentração e meditação sugeridos pelo autor, cremos ser pertinente registrar aquele que oferece uma prática de atenção mais ampla sobre nossas emoções:

1. Prestar atenção ao que estiver sentindo;
2. Em vez de rejeitar o sentimento, envolva-o conscientemente, com atenção;
3. Usar a percepção com discernimento para refletir sobre a sensação identificada;
4. Comportar-se de uma maneira intencional e sensata.

Acreditamos que o desenvolvimento do amor depende do poder de concentração que uma pessoa tem. Se forem vários os aspectos que interferem no seu cotidiano, as emoções, assim como quaisquer outros assuntos do seu dia-a-dia estarão prejudicados pela falta de atenção necessária. Agir de maneira consciente e intencional conduz-nos a uma emocionalidade mais estável e, sem dúvida, é um bom início para estabelecermos relações com os outros.

Fromm (1976:49) explicita que o “amor é a preocupação ativa pela vida e crescimento daquilo que amamos”. Sem querer nada em troca, sem explorar, sem interferir. Este aspecto só é atingido quando a pessoa consegue transcender a preocupação por si mesmo — adquirida através do amadurecimento — e ver o outro em seus próprios termos.

Precisamos conhecer-nos para não sofrermos as variações decorrentes do perfil do outro, nem das ações do cotidiano. Nas palavras de Conche (1998:9), “não é dependente das variações do objeto amado, pois o que visa está além dessas variações”. Na visão holística, segundo Weil (2000), a sabedoria primordial é inseparável do amor, não existem fronteiras entre sujeito-objeto-relação.

Amor não é sonho. É realidade. Realidade é vida. Vida que independe de tempo e espaço. Amar para Fromm (1976), assim como viver, é uma arte. A vida para Trevisan

(1997) é sempre uma escola positiva. Viver e amar *constituem* um ponto de referência para o aperfeiçoamento espiritual, quesito para o nosso desenvolvimento e para a evolução da humanidade, para que se faça jus a sua condição de ser Humana.

*Ó Deus, dê-nos
a serenidade de aceitar o que não pode ser mudado,
A coragem de mudar o que deveria ser mudado,
E a sabedoria de distinguir um do outro.*

Reinhold Niebuhr

PENSANDO NO FUTURO

João amava Teresa que amava Raimundo
que amava Maria que amava Joaquim que amava Lili
que não amava ninguém.
João foi para o Estados Unidos, Teresa para o convento,
Raimundo morreu de desastre, Maria ficou para tia,
Joaquim suicidou-se e Lili casou com J. Pinto Fernandes
que não tinha entrado na história. (Carlos Drummond de Andrade)

O amor desde sempre foi cantado em verso e em prosa. Pessoas sensíveis à vida e à arte conseguem por meio das palavras e imagens expressarem o que, provavelmente, passa na “cabeça” e no “coração” de seres comuns, que se emocionam e que se sensibilizam com os fatos que os envolvem enquanto amam, ou aprendem a amar.

Durante o aprendizado do amor, vivemos uma sequência de “quadrilhas”, buscamos infinitamente alguém com quem possamos conversar, rir, chorar, dançar... Esquecemos que é necessário um amadurecimento que só chega através das sucessivas experiências que temos. Esquecemos que:

O amor é muito paciente e bondoso, nunca é invejoso ou ciumento, nunca é presunçoso nem orgulhoso, nunca é arrogante, nem egoísta, nem tampouco rude. O amor não exige que se faça o que ele quer. Não é irritadiço, nem melindroso. Não guarda rancor e dificilmente notará o mal que os outros lhe fazem. Se você amar alguém, será leal para com ele, custe o que custar. (CORINTIOS 13;4-7)

Esquecemos que para compreender o amor, precisamos relacionar-nos. Sem medos, sem angústias, sem esperas; esquecemos que o amor supera tudo isso. A entrega é essencial para que haja a possibilidade de uma relação. Entrega sem medo do momento seguinte, porque o medo é paralisante, o amor é motivador.

Vinícius de Moraes registrou em seu poema:

Não receies, amor, que nos divida
um dia a treva de outro mundo, pois
somos um só, que não se faz em dois
nem pode a morte o que não pode a vida.

Prendemo-nos ao fato de encontrar alguém “certo” e esquecemo-nos de toda beleza que o amor nos proporciona quando nos propomos a amar. Não a beleza da relação, fato objetivo e determinado, mas a beleza do amor que ultrapassa limites. O amor que preenche todos os sentidos, e que é vivido intensamente:

Quero vivê-lo em cada vão momento
E em seu louvor hei de espalhar meu canto
E rir meu riso e derramar meu pranto
Ao seu pesar ou seu contentamento. (*Vinícius de Moraes*)

Drummond já dizia que amar só se aprende amando, e salientava:

Eu te amo porque te amo
Não precisas ser amante,
e nem sempre saber sê-lo. (*Carlos Drummond de Andrade*)

Para aprender é necessário experimentar para sentir, refletir e falar de amor.

Como seres vivos, crescemos. Acima de tudo, desenvolvemo-nos. Habilidades e competências surgem a cada nova experiência e prática. A própria vida apresenta os elementos necessários para que ocorra este desenvolvimento. Entretanto, a referência do desenvolvimento das habilidades emocionais, não é a mesma do físico e do cognitivo. As pessoas assimilam as experiências, as orientações e as ações das pessoas que estão a sua volta, de uma maneira muito particular.

Para compreender o que é o amor, precisamos falar mais sobre o Amor: Trazê-lo à tona, como objeto de análise, estudo e pesquisa. O amor está presente em grande parte, se não, em todos os momentos da nossa vida. Mesmo assim, só lembramos dele, quando

nos apaixonamos ou temos dores de amores... tal qual uma dor de cabeça que nos faz lembrar dela...

Pensemos numa criança. Ela saberá mais ou menos de amor, conseguirá praticar mais ou menos o amor, de acordo com o seu referencial, ou seja, em virtude do que recebeu e pôde observar nas pessoas com as quais se relacionou. A criança cresce. Adolesce. E neste período peculiar da existência humana, ocorre um processo de reafirmação de tudo que fora vivido até então, inclusive do amor.

Hoje os adolescentes “ficam”, para experimentar a relação, ensaiando passos em direção ao comportamento amoroso adulto. “Ficam” expressando o “gostar” que tratamos aqui. O gostar é relativo. Um pode gostar mais do que o outro, além disso pode-se gostar de muitas meninas ou meninos durante uma festa... Talvez o “ficar”, numa versão inicial, tinha o intuito de conhecer o outro, sem um compromisso de voltar a sair ou relacionar-se novamente com a mesma pessoa. Agora, está tornando-se uma atitude mais quantitativa do que qualitativa... Preocupa-se em conquistas, competições, erotização, tornando os espaços entre as pessoas, vazio. E é no meio deste processo que se estabelece o amor, tal qual o concebemos neste trabalho, pois a caracterização do amor perpassa, necessariamente, pelo relacionamento.

Morais (2002) quando fala sobre a Educação, buscando os caminhos da imanência e transcendência, relata o estudo de Henri Laborit que concluiu que o aparato cerebral humano é resultado de uma evolução muito especial. Diz que hoje temos o cérebro formado pelo *cérebro reptiliano*, o hipotálamo, que cuida de aspectos rudimentares da vida, ou seja, a fome, a sede, o frio, as necessidades sexuais e a delimitação de território vital; o *cérebro mamíferiano*, o sistema límbico, que, como se fosse um envoltório do cérebro reptiliano, cuida dos rituais necessários para dar conta dos aspectos da vida e, por fim, o *cérebro criativo* ou *imaginativo*, o neocórtex, capaz de combinar o novo com dados cerebrais já existentes, fazendo uso do ato de criar.

O autor declara que talvez estejamos, distraidamente, cultivando uma educação mais para lagartos do que para humanos... A competição existente no cotidiano, demonstra isto. Ele ainda diz que, às vezes, progredir é voltar para trás:

Seremos novamente bíblicos quando o sexo voltar a ser um bonito, agradável e nobre componente do casamento, mas não o seu centro motivacional; seremos novamente bíblicos quando os noivos, celebrando a vida, se derem em casamento de forma dedicada, amorosa e pronta a sacrifícios. Nisto estaremos progredindo e sendo mais felizes, bem como estaremos curando e fortalecendo o tecido social. (MORAIS, 2002:54)

O amor sugere responsabilidade, compreensão, respeito, doação, escolha, vontade, enfim, características que, no adolescente, estão se estabelecendo, para mais ou para menos.... Resgatando princípios e valores, importantes para a harmonização das relações interpessoais, estaremos solidificando conceitos importantes quando falamos de amor durante a adolescência, pois nesta fase, o amor é bem marcado pelo relacionamento entre casais. Tratar o amor, focando o amor e não a sexualidade ou melhor, dispondo a sexualidade como consequência do amor, poderá trazer respostas satisfatórias na construção de um amor pleno e transcendente.

Nosso alvo não foi a educação, nem a adolescência, mas é difícil para o educador, discorrer sobre o amor e não explicitar o desejo de educar através do amor e para o amor. A postura dos responsáveis pelos mais jovens precisa apresentar estabilidade, regras e ações que coincidam com as palavras de orientação. A falha de um ou de outro acaba traduzindo-se por dúvidas em relação ao comportamento interpessoal. Por isso antes de dedicarmos a educação do amor e pelo amor, devemos iniciar uma empreitada em direção ao autoconhecimento. Reconhecer os defeitos dos outros é relativamente fácil... Difícil é olhar para si e enxergar os defeitos, reconhecê-los e, humildemente e sem autopunições, buscar atitudes que possam melhorar a sua condição psicológica geral.

Certamente, este é apenas um passo no longo caminho que temos a percorrer.

Enfim, o amor foi e continua sendo expresso através das mais belas palavras e obras. Para encerrar esta etapa de nosso trabalho, utilizamos o poema de Vitor Hugo¹:

Desejo primeiro, que você ame, e que amando, também seja amado.

¹ Desejos

E que se não for, seja breve em esquecer e esquecendo não guarde mágoa.
Desejo, pois, que não seja assim, mas se for, saiba ser sem desesperar.

(Amadurecer no amor!)

Desejo também que tenha amigos, que mesmo maus e inconseqüentes,
sejam corajosos e fiéis, e que em pelo menos num deles você possa confiar sem
duvidar.

(Relacionar-se com quem nos identificamos, mas também...)

E porque a vida é assim, desejo ainda que você tenha inimigos;
nem muitos, nem poucos, mas na medida exata para que, algumas vezes,
você se interpele a respeito de suas próprias certezas.
E que entre eles, haja pelo menos um que seja justo,
para que você não se sinta demasiado seguro.

(... aprender na adversidade!)

Desejo depois que você seja útil, mas não insubstituível.
E que nos maus momentos, quando não restar mais nada,
essa utilidade seja suficiente para manter você de pé.

(Mantendo o equilíbrio.)

Desejo ainda que você seja tolerante; não com os que erram pouco, porque isso é
fácil, mas com os que erram muito e irremediavelmente, e que fazendo bom uso
dessa tolerância, você sirva de exemplo aos outros.

(Exercitando a compreensão.)

Desejo que você sendo jovem não amadureça depressa demais,
e que sendo maduro, não insista em rejuvenescer e que sendo velho não se
dedique ao desespero.

Porque cada idade tem o seu prazer e a sua dor e
é preciso deixar que eles escorram por entre nós.

(Experimentando,)

Desejo por sinal que você seja triste; não o ano todo, mas apenas um dia.
Mas que nesse dia descubra que o riso diário é bom; o riso habitual é insosso
e o riso constante é insano.
Desejo que você descubra, com o máximo de urgência,
acima e a despeito de tudo, que existem oprimidos, injustiçados e infelizes,
e que estão à sua volta.

(Refletindo.)

Desejo ainda que você afague um gato, alimente um cuco e ouça o João-de-
barro erguer triunfante o seu canto matinal; porque assim, você se sentirá bem
por nada.

(Integrado-se ao todo!)

Desejo também que você plante uma semente, por mais minúscula que seja,
e acompanhe o seu crescimento, para que você saiba de quantas muitas
vidas é feita uma árvore.

(Seja paciente!)

Desejo, outrossim, que você tenha dinheiro, porque é preciso ser prático.
E que pelo menos uma vez por ano coloque um pouco dele na sua frente
e diga "isso é meu"
só para que fique bem claro quem é o dono de quem.

(Mais paciente ainda!)

Desejo também que nenhum dos seus afetos morra, por ele e por você,

mas que se morrer, você possa chorar sem se lamentar e sofrer sem se culpar.

(Seja Humano!)

Desejo por fim que você sendo um homem, tenha uma boa mulher,
e que sendo uma mulher, tenha um bom homem e que se amem hoje, amanhã e
no dia seguinte,
e quando estiverem exaustos e sorridentes,
ainda haja amor para recomeçar.

(Seja Amor! Transcenda! Fale de Amor!)

E se tudo isso acontecer,
não tenho nada mais a te desejar.

*Sou todos os autores que li, todas as
pessoas que conheci, todas as aventuras que
vivi...*

Jorge Luís Borges

BIBLIOGRAFIA

- ALBERONI, Francisco (1979, 1981). **Enamoramento e Amor**. Trad. por Gonzalez Galvão. RJ: Rocco, 1999.
- ALMEIDA, Ana Rita Silva (1999). **A Emoção na Sala de Aula**. Campinas, SP: Papirus, 1999.
- ARAÚJO, Maria Carolina Cosenza. **O autoconceito nos contextos: familiar, escolar e social**. Dissertação de mestrado. Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação. Campinas, SP: [s.n.], 2002.
- AVELINE, Carlos Cardoso. "A Eterna Alquimia do Amor" in **Planeta**, edição 281. Ano 24, Fevereiro, 1996, n° 2. p. 23-26.
- BENNETT-GOLEMAN, Tara (2001). **Alquimia Emocional: a mente pode curar o coração**. Trad. por Claudia Gerpe Duarte. RJ: Objetiva, 2001.
- BIDDULPH, Steve e BIDDULPH, Shaaron (1999). **Por que Escolhi Você?** Trad. por Simone Reisner. SP: Fundamento Educacional, 2003.
- BOFF, Leonardo (2000). **Tempo de Transcendência: o ser humano como um projeto do infinito**. RJ: Sextante, 2000.
- BRANDEN, Nathaniel. (1980) **A Psicologia do Amor: o que é o amor, por que elenase, cresce e às vezes morre**. Trad. por Mônica Braga. RJ: Record: Rosa dos Tempos, 1998.
- BROCHER, Tobias (1997). **Da Dificuldade de Amar**. Trad. por Zilda Hutchinson Schild Silva. SP: Pensamento, 1998.
- BROWN, Robert (1987). **Analizando o Amor**. Campinas, SP: Papirus, 1990.

- BUSCAGLIA, Leo. (1984). **Amando uns aos outros**. Trad. por Silvia Rocha. RJ: Editora Record, 1984.
- BUSCAGLIA, Leo. (1972). **Amor**. (7ª. ed.) RJ: Editora Record, 1972.
- BUSCAGLIA, Leo. (1978). **Assumindo a sua Personalidade**. Trad. por Maria Célia Medeiros Castro. (6ª.ed.) RJ: Editora Record, 1978.
- BUSCAGLIA, Leo. (1982). **Vivendo, Amando e Aprendendo**. 9ª.ed. RJ: Editora Record, 1982.
- BUSCAGLIA, Leo. (1986). **O Paraíso Fica Perto**. (6ª.ed.) RJ: Editora Record, s/d.
- CAPRA, Fritjof (1975, 1983). **O Tao da Física: um paralelo entre a Física Moderna e o Misticismo Oriental**. (21ª ed.) Trad. por José Fernandes Dias. SP: Pensamento-Cultrix, 2002.
- CARLSON, Richard e SHIELD, Benjamin (2000). **Os Caminhos do Coração: ensaios originais sobre o amor**. Trad. por Neuza M. Simões Capelo. RJ: Sextante, 2000.
- CASARJIAN, Robin (1994). **O Livro do perdão: o caminho para o coração tranquilo**. (6ª. ed.) Trad por Pedro Luiz Vasquez Ribeiro. RJ: Rocco, 1997.
- CAVALCANTI, Ricardo (1995). **A História Natural do Amor**. SP: Editora Gente, 1995.
- CHAPMAN, Gary (1992). **As cinco linguagens do Amor: como expressar um compromisso de amor com seu cônjuge**. (9ª.ed.) Trad. por Iara Vasconcelos. SP: Mundo Cristão, 2002.
- CHOPRA, Deepak (1997). **O Caminho para o Amor**. RJ: Rocco, 1999.
- CONCHE, Marcel (1997). **A Análise do Amor**. SP: Martins Fontes, 1998.
- DALAI-LAMA (2001). **Conselhos do Coração/Sua Santidade , o Dalai-Lama**. Trad. por Célia Regina dos Anjos. RJ: Berthand Brasil, 2003.

- DAS, Surya (2000). **O Despertar do Coração Budista: integrando amor, significado e conexão a cada parte de sua vida**/Lama Surya Das. Trad. por Cláudia Gerpe Duarte. RJ: Rocco, 2002
- DAVIS, Phyllis K.(1991). **O Poder do Toque**. Trad. por Ieda Moriya. SP: Ed. Best Seller; Círculo do Livro, 1991.
- DROUOT, Patrick (1988). **Nós Somos Todos Imortais**. Trad. José Augusto de Carvalho. (5ª.ed.) RJ: Record; Nova Era, 1997.
- FADIMAN, James e FRAGER, Robert (1979). **Teorias da Personalidade**. SP: Harper & Row do Brasil, 1979.
- FAGUNDES, Maria do Carmo Ferrari. **Paixão**. SP: Editora Gente, 2000.
- FONTANA, David (1981). **Psicologia para Professores**. Trad. por Cecília Camargo Bartalotti. SP: Edições Loyola, 1998.
- FRANÇA, Carlos A.Vidal. "O homossexualismo sob o enfoque da Psicologia Transpessoal" in **Doxa: Revista Paulista de Psicologia e Educação**. Araraquara, vol. 3, no. 1 e 2, p. 85-93, 1997.
- FROMM, Erich (1976). **A Arte de Amar**. Trad. por Milton Amado. MG: Editora Itatiaia Limitada, 1976.
- FROMM, Erich (1976). **Ter ou Ser**. (4ª. ed.) RJ: Guanabara Koogan, 1987.
- GAIARSA, José Ângelo (1994). **Amores Perfeitos**. (14ª.ed.) SP: Editora Gente, 1994.
- GIKOVATE, Flávio (1989). **Homem: O Sexo Frágil?** (7ª. ed.) SP: MG Editores Associados, 1989.
- GIKOVATE, Flávio (1996). **Uma Nova Visão do Amor**. (3ª. ed.) SP: MG Editores Associados, 1996.

- GIKOVATE, Flávio (2001). **A Libertação Sexual: rompendo o elo entre o sexo, o poder e a agressividade**. SP: Summus, 2001.
- GOLEMAN, Daniel (1995). **Inteligência Emocional**. (2ª. ed.) RJ: Objetiva, 1996.
- GOTTMAN, John (1994). **Casamentos: por que alguns dão certo e outros não**. (2ª. ed.) Trad. por Terezinha Batista dos Santos. RJ: Objetiva, 1998.
- GOUGAUD, Henri (2001). **O livro dos Amores: contos da vontade dela e do desejo dele**. Trad. por Márcia Valéria Martinez de Aguiar. SP: Martins Fontes, 2001.
- GRISCOM, Chris (1989). **Êxtase: a chave da dimensão espiritual**. Trad. Anna Maria Dalle Luche. (4ª.ed.) SP: Siciliano, 1991.
- JUNG, Carl Gustav (1960). **Tipos Psicológicos**. Trad. por Álvaro Cabral. (4ª. ed.) RJ: Editora Guanabara Koogan S.A.,1987.
- KERLINGER, Fred N. (1979). **Metodologia da Pesquisa em Ciências Sociais: um tratamento conceitual**. (5ª. ed.) Trad. Por Helena Mendes Rotundo. SP: EPU, [s/d].
- KIERKEGAARD, Sören. **Diário de um Sedutor**. Trad. por Jean Melville. SP: Ed. Martin Claret, 2002.
- KIEV, Ari (1979). **O Poder de Amar**. SP: Summus, 1985.
- LOBATO, Josefina Pimenta (1997). **Amor, Desejo e Escolha**. RJ: Record;Rosa dos Tempos, 1997.
- LOWEN, Alexander (1986). **Prazer: uma abordagem criativa da vida**. (3ª.ed.) Trad. por Ibanez de Carvalho Filho. SP: Círculo do Livro, 1986.
- MARLOW, Mary Elizabeth (1996). **A Mulher Emergente: como despertar o poder ilimitado da natureza feminina**. SP: Cultrix, 2000.
- MATARAZZO, Maria Helena (2001). **Namorantes**. SP: Editora Mandarim, 2001.

- MATTHEWS, Andrew (1999). **Siga seu Coração: encontre um objetivo para sua vida e para seu trabalho.** (5ª. ed.) SP: Editora Best Seller, 1999.
- MAY, Rollo (1953). **O Homem à Procura de Si Mesmo.** (21ª. ed.) Trad. por Áurea Brito Weissenberg. Petrópolis: Vozes, 1995.
- MURARO, Rose Mari e BOFF, Leonardo (2002). **Feminino e Masculino: uma nova consciência para o encontro das diferenças** (3ª. ed) RJ: Sextante, 2002.
- MORAIS, Régis de.(2002) **Espiritualidade e Educação.** Campinas: Centro Espírita "Allan Kardec — Depto. Editorial, 2002
- NEEDLEMAN, Jacob (1998). **Sobre o Amor.** Trad. L. Alves e A. Rebello. RJ: Ediouro, 1998.
- NEUMANN, Erich (1971). **Amor e Psiquê.** (2ª. ed.) SP: Cultrix, 1993.
- OSHO. **O Livro da Transformação: histórias e parábolas das grandes tradições espirituais para iluminar sua vida.** Trad. por Carlos Irineu da Costa. SP: Sextante, 2003.
- PAPALIA, Diane E. e OLDS, Sally Wendkos (1998). **Desenvolvimento Humano.** (7ª.ed) Trad. por Daniel Bueno. Porto Alegre: Artes Médicas, 2000.
- PEASE, Allan e Bárbara (2000). **Por que os Homens Fazem Sexo e as Mulheres Fazem Amor?** (4ª. ed.) RJ: Sextante, 2000.
- RAPPAPORT, Clara Regina et al. (1981-1982) **Psicologia do Desenvolvimento: a idade escolar e a adolescência.** (12ª. ed.) SP: EPU, 2002.
- REIS, Alberto Olavo A., MAGALHÃES, Lúcia Maria Azevedo e GONÇALVES, Waldir Lourenço (1984). **Teorias da Personalidade em Freud, Reich e Jung.** SP: EPU, 1984.

- REYO, Zulma (1992). **Karma e Sexualidade: a experiência alquímica humana**. SP: Editora Ground, 1992.
- RIBEIRO, Ana Rita e MAGALHÃES, Romero (Org). **Guia de Abordagens Corporais**. SP: Summus, 1997.
- SALDANHA, Vera (1999). **A Psicoterapia Transpessoal**. RJ: Record; Rosa dos Tempos, 1999.
- SCHULTZ, Duane P. e SCHULTZ, Sydney Ellen (1992). **História da Psicologia Moderna**. (7ª. ed.) SP: Editora Cultrix, 1995.
- SILVA, Rosana Rodrigues G. **Leitura: as faces de um processo**. Dissertação de Mestrado. Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação. Campinas, SP: [s.n.], 1997.
- SKINNER, F.] B. (1974). **Sobre o Behaviorismo**. (4ª. ed.) SP: Cultrix, 1991.
- SMITH, Henry Clay (1974). **Desenvolvimento da Personalidade**. Trad. por André Luiz Gaiarsa. SP: McGraw-Hill do Brasil, 1977.
- SOLOMON, Robert C.. **O Amor: reinventando o romance em nossos dias**. (1ª.ed.) SP: Editora Saraiva, 1992.
- STEMME, Fritz (1996). **O Poder das Emoções: a descoberta da inteligência emocional**. SP: Cultrix, 1999.
- TABONE, Márcia (1992). **A Psicologia Transpessoal: introdução à nova visão da Consciência em Psicologia e Educação**. (3ª. ed.) SP: Editora Cultrix, 1992.
- VISCOTT, David (1976). **A Linguagem dos Sentimentos**. (5ª. ed.) SP: Summus, 1982.
- WALSH, Roger e VAUGHAN, Frances. "On Transpersonal Definitions". In **The Journal of Transpersonal Psychology**. Vol. 25, n° 2, 1993, p.199-207.

- WALSH, Roger. "The Transpersonal Movement: a history and state of the art. In **The Journal of Transpersonal Psychology**. Vol. 25, n° 2, 1993, p.123-139.
- WAPNICK, Kenneth et al. **Experiência Cósmica e Psicose: pequeno tratado de psicologia Transpessoal**. Vol. IV. (2ª.ed.) Petrópolis: Vozes, 1991.
- WEIL, Pierre (1965). **Amar e Ser Amado**. RJ: Ed Civilização Brasileira, [s/d].
- WEIL, Pierre (1971). **Relações Humanas na Família e no Trabalho**. (48ª. ed.) Petrópolis:Vozes, 1998.
- WEIL, Pierre (1979). **A Criança, o Lar e a Escola**. 16ª.ed. Petrópolis: Vozes, 1994.
- WEIL, Pierre (1989). **A Consciência Cósmica**. (7ª. ed.) Petrópolis:Vozes, 1999.
- WEIL, Pierre (1999). **A Mudança de Sentido e o Sentido da Mudança**. RJ: Record; Rosa dos Tempos, 2000.
- WELWOOD, John (1997). **Alquimia do Amor: descobrindo o relacionamento íntimo como caminho da alma**. Trad. por Ricardo A. Rosenbusch. RJ: Ediouro, 1997.
- ZELDIN, Theodore (1994). **Uma História Íntima da Humanidade**. (3ª. ed.) RJ: Record, 1997.

OBS.: A data da publicação original está entre parênteses, logo após o nome do autor; a segunda data refere-se a data da edição.

Links

<http://www.aljardim.com.br/Evolucao.htm> acesso 08/07/03

<http://www.pierreweil.pro.br/Livros/Portugues/> acesso 08/07/03

<http://geocities.yahoo.com.br/carlos.guimaraes/Capra.html> acesso 10/06/02

<http://paginasprofessor.no.sapo.pt/tecnicas1.htm> acesso 10/06/02

http://www.carlossf.hpg.ig.com.br/ori_oci.htm acesso 03/03/03

<http://www.geocities.com/seijirovix/TextosMotivacao/motivacao3.html> acesso: 03/03/03

http://www.plenitude.com.br/jornal/acervo_plenitude/col_psic_transpessoal/0007.htm
acesso: 03/03/03

<http://www.primeirodan.hpg.ig.com.br/yinyang> acesso 11/06/03

<http://www.ship.edu/~cgboeree/maslow.html> acesso 11/06/03

<http://www.pierreweil.pro.br/Fotos.htm> acesso 13/07/03

<http://www.casadobruzo.com.br/poesia/o/sfeliz.htm> acesso 27/08/2003

http://www.centraldaspoesias.hpg.com.br/soneto_da_felicidade.htm, acesso 27/08/2003

<http://www.floresamarelas.hpg.ig.com.br/drummond.htm> acesso 27/08/2003

Anexos

Anexo I

Axiomática Transdisciplinar

AXIOMÁTICA TRANSDISCIPLINAR²

Paradigma Newtoniano-Cartesiano	Paradigma Holístico
Dualidade sujeito-objeto	Interação ou mesmo identidade, entre sujeito e objeto.
Crença numa objetividade científica	Toda objetividade é subjetiva
A mente como gerada pelo cérebro	A mente independente e separada do cérebro; relação comparável a um programa de TV.
A mente isolada do resto do universo, e da sua informática. Consciência individual separada	A mente integrada numa mente universal ou cósmica. Consciência interdependente das outras consciências integrada na consciência cósmica.
Impossibilidade de comunicação entre mentes individuais, fora da linguagem, verbal gestual.	Possibilidade, em outros estados de consciência, de comunicação direta com outras mentes individuais e acesso a um campo informacional universal.
O real só pode ser percebido e pesquisado em estado de consciência de vigília, através dos cinco sentidos e do raciocínio lógico.	A vivência do real é a função do estado de consciência em que se encontra a pessoa. Existem outros estados de consciência, e outros sentidos extra-sensoriais.
A psicologia só pode contatar o real no estado de consciência de vigília, dentro das três dimensões do tempo.	A psicologia, através das metodologias da parapsicologia e da psicologia transpessoal, tem acesso a um real mais amplo, fora das três dimensões do tempo.
As três dimensões do tempo têm realidade absoluta.	As três dimensões do tempo são criações da mente e são características do estado de vigília.
Só existe o inconsciente individual e pessoal.	Além do inconsciente individual existe um inconsciente coletivo e uma superconsciência transpessoal

² Pierre Weil. A Mudança de Sentido e o Sentido da Mudança. . RJ: Record; Rosa dos Tempos, 2000. p. 52-54.

Paradigma Newtoniano-Cartesiano	Paradigma Holístico
A vida mental pára depois da morte e inexistente antes do nascimento	A vida mental continua depois da morte e preexiste na vida intra-uterina e nas vidas passadas.
A morte como fim da consciência	A morte como mudança de estado de consciência.
Ego visto como entidade real e palpável.	Ego como criação da mente e fantasia ilusória.
Limitação aos aspectos pessoais e sociais.	Integração pessoal, social e transpessoal
Crença limitada a valores materiais de segurança, prazer e poder.	Consciência de escala de valores, tal como descrita por Maslow.
Estudo do espírito relegado à metafísica ou às religiões.	Estudo do espírito suscetível, de abordagem e enfoque científico.
Matéria, vida e informação são independentes	Matéria, vida e informação são interligados (sic) e manifestações da mesma energia.
Disto resulta a fragmentação entre ciências físicas, biológicas e informacionais de um lado, e anatomia, fisiologia e psicologia de outro.	Disto resulta interface entre ciências físicas, biológicas e informacionais de um lado, e anatomia, fisiologia e psicologia, de outro
Princípio da causalidade	Princípio da causalidade e da acausalidade e sincronicidade (Jung –Paoli)
Princípio da não-contradição — da lógica formal	Princípio de contradição e não-contradição em que a não-identidade (por exemplo, a partícula-onda) implica na identidade.
A evolução do ser humano pára na adolescência e não há evolução além do intelecto.	A evolução pode continuar no adulto, havendo outros estágios além do intelecto. (Por exemplo, fatores PSI e subfatores PES e PK de Rhine.)

Anexo II

Questão Orientadora

() Já amei

() Estou amando

() Não amei ainda

O QUE O AMOR TEM SIGNIFICADO NA SUA VIDA?

Anexo III

Depoimento dos alunos dos cursos de licenciatura, da
Universidade Estadual de Campinas

S 01²

O amor tem significado paz, conquistas, felicidade, alegria de viver...

O amor tem proporcionado muitos risos, algumas lágrimas, prazer, solidão...

Resumindo, eu acho que amor é sinônimo de vida bem vivida; se você gosta de viver é porque já deve ter amado ou está amando.

S 02

Companheirismo, divisão, respeito... para mim todas essas palavras são sinônimos de uma palavra de semelhante intensidade, amor. É lógico que existe também outras palavras que se relacionam a palavra amor, porém para mim são essas três as de maior efeito.

Se você dia amar alguém, subentende-se que você também a respeita, que confia, que é amigo, que divide! Caso você não sinta dessa forma, desculpe-me, pois no meu entender esse seu sentimento não é amor.

Eu posso até estar errada, porém é dessa forma que eu sinto o amor e é assim que ele haje sobre o meu relacionamento. para mim amor é estar de bem com tudo e com todos, é poder chorar e rir livremente sem ter medo de qualquer tipo de represaria.

Na minha vida o amor é como um “porto seguro” onde eu possa ire esquecer tudo o que está acontecendo no resto do mundo. É como um lugar onde eu me sinto a vontade.

Portanto, estou amando e espero continuar a sentir-me sempre assim: feliz!!!

² As transcrições foram feitas *ipsis litteris*, conforme o registro dos participantes.

Amor é uma palavra difícil de descrever, mas surge geralmente de uma aventura ou uma brincadeira a dois, ou seja, duas pessoas sem muito o que fazer, na hora certa no lugar certo.

Se foi bom tudo tende a se repetir. Mesmo involuntariamente um procura o outro, e se foi bom para ambos fatalmente se encontrarão... e de novo... e outra vez... pronto virou paixão. A paixão vem junto com um sentimento de posse, um forte desejo de estar junto, às vezes muito junto mesmo; de controlar, comandar o outro...resultado: brigas, discussões, desencontros.

Eu acho isso normal e necessário, pois essas discussões quando queremos resolve-las nos amadurece e nos apresenta de um ângulo mais sincero, ou seja, chegamos ao estágio “Amor”, onde chamo de amor um sentimento de carinho e desejo, onde se aprende a respeitar e se deseja satisfazer a pessoa amada, com sorte (ou jeito) se consegue isso de maneira recíproca, então a gente se sente querido e livre ao mesmo tempo que retido e desejado e isso faz desejar e reter, dando liberdade e compreensão, procurando cada vez mais completar o outro.

Eu só não conheço o fim dos estágios de mutação do amor, espero que pare neste estágio, ou que esta falta de fim continue “salgando” (dando gosto) ao relacionamento.

O amor tem um significado ambíguo, pois é sinônimo de alegria e tristeza. Alegria porque é prazeroso estar na companhia da pessoa amada; compartilhar suas alegrias e seus problemas; ter alguém que se preocupe com você;...

Já a parte triste é quando nos submetemos a pessoa que amamos, ou seja, quando deixamos a nossa vida para “viver” a dessa pessoa.

O amor também, significa um sentimento de gostar mais intenso, sendo que há uma variação de pessoa para pessoa.

S05

O amor é um sentimento bastante múltiplo e diverso, sendo diferente ao mesmo tempo simples e complexo, dependendo muitas vezes quem está envolvido com ele.

O amor de pai e mãe, muitas vezes considerado natural, se transforma em ciúmes ou incompreensão ou certos momentos, o amor do sexo oposto ora parece deslumbrante, ora assustador.

O amor é algo incompreensível, que vive a nos causar problemas, que nos proporciona bons e maus momentos e que através de erros e acertos vai nos mostrando diariamente sua beleza e sua magia (mesmo que as vezes isso pareça estar escondido!)

S 06

Para mostrar o significado do amor na minha vida, quero lembrar do trecho de música do Renato Russo (Legião Urbana):

“...Ainda que eu falasse a língua dos homens

e falasse a língua dos anjos

sem AMOR eu nada seria...”

Essa música composta pelo Renato Russo retrata todo sentimento que se pode ter quando estamos amando alguém.

O amor é uma espécie de um “vírus” que nos torna mais sonhador, romântico, feliz e, quando correspondido, mais amado. Devemos, sim, aproveitar todo momento em que esse sentimento está presente, ou seja, que seja eterno enquanto dure.

A sensação do 1º contato (beijo, abraço), das primeiras carícias e do relacionamento como um todo, é fantástico, inesquecível. E hoje estou passando pelo melhor momento da minha vida nesse campo. Estou amando e sou amado. Já estamos juntos mais de 2 anos e a cada encontro, parece que é o primeiro. A cada dia nosso amor aumenta e estamos muito felizes com o nosso relacionamento. Podemos até sonhar com um futuro promissor, cheio de realizações pessoais e sempre crescendo juntos, falando “nós” no lugar de “eu”.

Saber amar não é fácil. O gostoso mesmo é aprender a amar. E hoje, depois de 26 anos, posso dizer sem medo: eu amo!

S07

Na minha vida, o amor chegou em uma época em que muitas mudanças estavam ocorrendo e conhecer esta pessoa me fez sair de um estado de confusão, medo e ansiedade pelo que estava para acontecer na minha vida (Nesta época tinha acabado o colégio e tinha mil dúvidas sobre qual seria meu futuro) A presença deste amor, que já dura dois anos, me fez ter mais confiança e acreditar mais em mim. O meu futuro, meus planos, hoje, está totalmente atrelado aos planos dele. Já não pensamos em futuros separados e sim em um futuro em comum. Enfim, a ausência dele me faz sentir um vazio imenso e a simples possibilidade de perde-lo me apavora.

Antes de conhece-lo, eu era uma típica adolescente, apenas à procura de novas conquistas (que não foram muitas) e de alguma curtição. Nenhum dos meus relacionamentos forma sérios (se é que podem ser chamados de relacionamentos apenas alguns beijinhos e carícias). Apenas um destes pseudo-relacionamentos durou mais tempo e me trouxe algum sofrimento pelo fato de que na época eu não tinha consciência do quanto eu sou importante e o quanto certas pessoas não merecem o nosso carinho e muito menos nossa dedicação. Hoje tenho realmente consciência do quanto é maravilhoso amar alguém e principalmente ser amada por esta pessoa!

S08

Através do amor tenho aprendido coisas que me servem a todo momento na minha vida.

O mais incrível é que além da pessoa me conquista ela consegue me fazer compreendê-lo e como devo amá-lo. Só que às vezes isso me traz várias questões à cabeça, como por exemplo: será que eu estou esquecendo minhas prioridades e vontades e me encaixando num padrão e dando como satisfeita?

Na verdade, amor mesmo não sei se o conheço ainda pois estou eternamente aprendendo a me relacionar com pessoas. Não em quantidade, mas em intensidade. É construída uma estrutura que permite aos dois expressar suas vontades e angústias e esse amor abrange um estado maior de companhia, amigo, pai, mãe, uma pessoa que cuida de outra. E que consegue conhecer a outra a cada dia de uma maneira, com um olhar novo.

Mas existem pessoas muito importantes pra mim que não é o amor comum homem e mulher (não existe o relacionamento propriamente dito) mas que sabemos que buscamos sempre nos amar de alguma forma.

Talvez para sublimar outros aspectos do amor, mas vale lembrar que se isso acontece é porque a necessidade de amar é bem maior.

O amor têm um significado de sacrifício e prazer ao mesmo tempo.

Considero o amor como uma árvore que precisa ser bem cuidada. Se você plantar uma floresta não vai cuidar bem de nenhuma árvore. Por isso, concentramo-nos em uma. O homem se adapta facilmente a diferentes relacionamentos, em diferentes etapas da vida. Para o amor ser sólido precisamos ter claro qual a etapa que passamos e compartilhar com o outro.

O mais difícil no amor é compartilhar e ser você mesmo (um indivíduo único), é equilibrar as duas partes.

Considero o amor não o “frisson” que sentimos quando nos apaixonamos, mas um equilíbrio e uma segurança em tudo o que fazemos. Principalmente relacionado à pessoa que amamos.

- paz, mas ao mesmo tempo perturbação
- alegria
- vontade de viver intensamente
- aprendizado
- independência (em relação aos pais)
- responsabilidade
- paixão

S11

Uma inspiração para as coisas que eu faço, me sinto melhor, feliz.

Significa um desafio constante, de saber respeitar, aceitar quando estou errada, achar meus erros e defeitos, e saber conviver com isso, sem abalar nada.

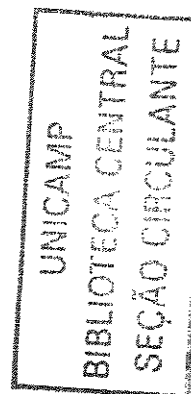
Me sinto bem e toda hora, feliz.

S12

O amor tem significado momentos muito bons, de perfeita integração com minha pessoa amada. Tem significado muito perfeito, descoberta de coisas novas, mudanças dos meus valores. Passei a dar importância a muita coisa que antes não me importavam, não tinham valores para mim. Estou feliz, estou me descobrindo, ele tem me ensinado a perdoar a mim mesma, a me aceitar e a confiar mais na vida.

Estou pensando até na possibilidade de ter essa pessoa como COMPANHEIRA por muitos anos da minha vida.

S13



O amor tem muito significado na minha vida.

Acredito em algumas coisas como Charles Chaplin disse: "A verdadeira cor está em um gesto de amor". Acredito que o amor é um sentimento tão grande capaz de colocar cor em nossas vidas. E não só cor como música, comida, filmes... Pra mim o amor tem um significado maior que o verbo amar. Como Dummond disse em sua poesia (ou escreveu):

“Vamos conjugar o verbo amar! Não, vamos conjugar o verbo pluriamar! Sem preamar”. Não posso dizer o que o amor *significa paupavelmente na minha vida. Sei que amo, e sinto* isso porque vivo, porque vejo cores e ouço músicas e leio poesias e vivo poesias. Amo, e isso me basta, e vai me bastar enquanto eu estiver viva para amar.

Obs: Acho que tão importante quanto amar é ser amada, ou melhor, amar e ser amada pelo resto da vida.

S14

É como uma fonte de energia e por isso um encontro com o prazer. É bom pensar nas coisas a serem realizadas. É bom saber coisas da pessoa amada que só você sabe e saber que há coisas que só ela sabe de você.

De vez em quando é angustiante pois estamos meio distantes um do outro e nem sempre é possível realizar as vontades. Mas também é bom fugir do resto e correr para poder encontrar.

S15

O amor, tanto paternal, maternal, do namorado, etc... é o combustível para uma vida saudável e feliz. É um sentimento nobre e deveria fazer parte de todo o ser humano em todos os momentos.

Amar é dividir, se doar, rir, chorar, sentir saudades...

S16

Como estou longe da minha família, sem o carinho e o contato com ela, o amor está tendo um grande significado para mim.

Não sei se estaria aqui hoje se não fosse pelo mau namorado, pois ao seu lado, não me sinto só, tenho com quem rir, chorar, brincar, tenho apoio quando preciso, tenho com quem discutir novas idéias e opiniões.

Sei que ele me completa e que eu também completo ele, mas sei que há um respeito mútuo, sendo que um não invade o espaço do outro, o que eu acho super saudável num relacionamento.

S17

Amor para mim é muito importante. Quando se ama uma pessoa pode-se dividir com ela tudo. Todos os seus problemas, ressentimentos etc, quando é conversado com a pessoa amada, toma uma dimensão maior.

Por exemplo, agora estou passando por um momento em que tenho que fazer muitas coisas, trabalho, faculdade, cursos, provas, e que estão me deixando muito atarefada e estressada. Mas, quando encontro meu namorado, tentando realizar aquilo que o professor nos aconselhou, de viver cada momento com muita intensidade, e tentando se concentrar somente naquilo e esquecer do resto, (isto foi muito importante para mim e tenho tentado muito fazer isto), esqueço de meus problemas e aproveito meu namoro da melhor forma possível. Naquele momento esqueço os outros problemas, que desta forma se tornam menores.

O amor de outra pessoa te protege, acolhe quando está precisando e te torna mais feliz.

Não é apenas ter um namorado para se divertir, sair, fazer sexo. É alguém que considera muito, tem orgulho das coisas que faz, que deseja que seja muito feliz ao seu lado e profissionalmente.

S18

O amor simplesmente dá significado a minha vida. Sem o amor do meu companheiro e sem o amor que eu sinto por ele nada faz sentido. Juntos nós ficamos alegres, ficamos tristes, brincamos, brigamos mas tudo porque amar é um eterno crescer, um eterno aprender com o outro. Enquanto todos esses sentimentos estiverem presentes em nossa relação (amor, amizade, tristeza, alegria, paixão, ciúme, etc) nosso amor estará, com certeza, aumentando a cada dia e nós, enquanto seres humanos, estaremos melhorando não só o nosso relacionamento mas também o relacionamento com as pessoas que estão em volta de nós.

Conviver com outra pessoa, tentar entende-la e amar a ela cada vez mais é muito difícil, mas tenho certeza de que vale a pena pois a única coisa que levamos desse mundo é o amor e o que aprendemos dele. E acho que a única coisa que deixamos para o mundo e que marca a nossa presença nele também é o amor que demos às pessoas em geral.

S19

Para mim, o amor tem significado crescimento emocional e maturidade em todas as áreas da minha vida. Tenho aprendido inúmeras coisas, dentre elas, a respeitar a pessoa amada em tudo o que ela vive, os seus problemas e desejos; a viver de maneira diferente, valorizando mais as relações humanas e o ser humano como algo de valor e único; tenho aprendido a falar na hora certa, a exortar no momento certo, a exigir no momento certo e a

ceder quando é necessário, tenho conseguido discernir melhor o que é bom e o que é mau pra mim. Enfim, tenho superdimensionado este amor em tudo na minha vida, aprendendo a viver melhor, seja nos problemas e tristezas ou nas alegrias, aprendendo a enfrentar os males e não a esconde-los. É realmente difícil expressar, em palavras, tudo o que o amor significa pra mim, pois vai além do imaginável e do compreensivo, é algo muito rico em detalhes e imensidão, é algo divino...

S20

Faço uma divisão de minha vida em 2 partes, na primeira antes de conhecer minha atual esposa e a segunda após ela.

Antes dela nunca havia tido em relacionamento de verdade com outras pessoas, já havia me apaixonado (fervor) por várias outras pessoas, mas amar não.

A conheci numa monitoria que dei p/ a turma de biologia, assim que cruzamos nossos olhares, foi como se tivesse um turbilhão de energia passando, já li que místicos chamam isso de amor, de cara metade etc. eu até então achava isso bobagem, mas quando se sente é outra dimensão.

Eu me tornei outra pessoa, comecei a demonstrar meu amor por outras pessoas como meu pai, minha mãe, meu irmão e minha irmã e pelos meus hiper amados sobrinhos.

Tornei-me mais seguro, mais orgulhoso no bom sentido (acho o orgulho idiota o pior dos sentimentos) e pra resumir hoje me considero feliz, acho que poucas pessoas possam ser categóricas neste ponto.

Amar é ter amizade, felicidade, tesão, compreensão, relevar, beijar, abraçar, rir, sorrir fazer amor e mais que tudo é se amar e ser feliz.

De complementação, de contemplação.

É a oportunidade de termos em nos ver no outro, aprender e praticar nossas “vontades” com o outro, em nos conhecer. (como isso é importante! “Você faz assim” “mas não era isso que eu pensava!”)

Sobretudo é uma oportunidade que nos podemos nos oferecer, nos presentear, nos permitir.

Em qquer acepção que o outro tenha, sinto que me amo através da minha ⁸, do meu pai, dos meus irmãos e irmã, do meu namorado, e através daquilo que faço. Pois tbém me conheço, me completa, eu pratico o que acredito na Dança, como tbém tenho desencontros e desarranjos que fazem parte.

Finalmente, não vejo o amor como uma flor cor de rosa, vejo como um aprendizado que eu me proponho a partir do momento que estou viva.

O amor para mim já teve vários significados. Teve o amor descoberta (novidade) que não acho que seja realmente um amor, mas sim uma seqüência + biológica do que sentimental. É aquele amor de revista, de dizer “te amo”, sem saber o verdadeiro significado do sentimento.

Depois já na universidade, teve o amor paixão, amor tesão e amor mesmo, com todas as letras, amor de brigas e desejos, até o amor para com a filha, que eu a chamava de porta amor, pois era tanto amor que tinha que colocar a sobra em alguém, e aí veio a filha para receber amor.

⁸ o sujeito não terminou a construção da sua idéia.

Porém, como diz Plínio Marcos, sempre tem um porém, esse amor foi se desgastando, restando somente o amor pela filha.

Quando já se acomodava, eis que resurge, todo novo, o amor já adulto, o amor menos maluco, mais pesado, mais tudo né?

E é desse novo amor que surge novo filho, e nova vida, são outros tempos, porém, o amor é o mesmo.

S23

Talvez hoje não seja o melhor dia para comentar sobre este tema, não estou passando por uma boa fase em minha relação amorosa. Porém o amor não é feito somente de bons momentos e alegrias, e dependendo do como estiver com certeza repercutirá na vida profissional, nos estudos, nas relações interpessoais, enfim, em tudo.

Mesmo assim, acredito que o amor signifique a esperança, o desejo de viver, de querer estar junto com a pessoa amada. *Quere dar o melhor de si, mesmo que não haja reconhecimento.* Ter liberdade de expressão estando preparada a receber uma resposta à altura; compartilhar sonhos esforçando-se para concretiza-lo.

Entretanto, nunca esquecendo que os dois formam um casal e não o inverso, pois quando você vive sua vida, tão somente, em função do outro corre-se o risco de uma despersonalização e, desta forma, um sentimento tão puro e esplendoroso quanto é o amor cai na rotina e o “casal” só permanece junto para não perder o costume, permanecem em união por puro comodismo.

Sempre, no meu passado, senti falta de amor e carinho. Me relacionava com pessoas que não tinham os mesmos objetivos que eu e muitas vezes tive decepções. E quando encontrava alguém que gostava de mim de verdade, faltava interesse da minha parte. Tudo bem, acho que precisei passar por isso, ou era muito nova para querer tanta seriedade. Mas isso não importa agora. Há 2 anos encontrei uma pessoa muito especial. A princípio não gostava tanto dele como hoje. Aliás, hoje amo-o muito. Aos poucos fui gostando dele, do jeito e das coisas que ele fazia. Ele me faz muito bem. Tem os mesmos objetivos que eu (queremos viver juntos pra sempre, ter filhos, família e felicidade). Nós sentimos que o nosso amor é eterno (não sei se estou enganada, mas isso é muito pessimista e o sentimento de eterno é o que está no meu coração agora). Mas ultimamente estamos brigando muito. Temos um problema: ele é extremamente inseguro e eu não sou muito “transparente”, não tenho uma personalidade. Então, isso nos prejudica muito e parece que tudo está chegando ao fim. Estou tão triste, fico questionando tudo... onde está o amor? Cadê aquele F. que conheci, solto e alegre? por que nós estamos passando por isso? Onde está a nossa intimidade?

Não sabemos o que fazer. Pensamos em nos separar, para que pudéssemos refletir melhor, mas nós não queremos ficar longe. O que está acontecendo? Será que é uma crise que vai passar? Estou torcendo para que essa fase ruim passe logo e voltemos a ser aquele casal de amantes felizes. Isto porque nós estamos dispostos a mudar e resolver nossos problemas de insegurança e de falta de transparência. Minha vida sem ele não existe. Todo o meu futuro (quando penso nele) tem ele. E eu gosto de sentir essa eternidade no meu coração.

S25

O amor sempre teve muita importância na minha vida. Inicialmente, antes da adolescência, era o amor que sentia e recebia de meus pais e irmãos, que era fundamental para mim, e sem o qual eu talvez não estivesse aqui.

Depois, durante a adolescência, surgiu um segundo tipo de amor, homem X mulher, o qual não excluía, de maneira alguma, o primeiro amor, existindo ambos dentro de mim.

Esse segundo amor começou aos 16 anos e dura até hoje (23), e teve fundamental importância na minha vida. Sempre me fez muito feliz, contribuindo muito para meu progresso emocional e profissional.

Algumas vezes, passamos por períodos turbulentos, os quais foram contornados devido ao sentimento recíproco existente no relacionamento.

Hoje, esta pessoa faz parte de mim, e eu também ocupo lugar muito importante em sua vida.

Considero o amor, de modo geral, para com namorado, pais, irmãos e amigos, como tendo grande significado em minha vida.

S26

Há muitos anos (eu tinha uns 13 anos de idade), me apaixonei por uma pessoa. Eu a conheci através de um vizinho meu, porque esta pessoa foi passar uns dias na casa deste meu vizinho. Foi paixão à primeira vista. Foi inesquecível: não aconteceu nada, nem um beijo nem um abraço, mas aquela imagem se conservou até hoje. Anos mais tarde eu reencontrei esta pessoa e um sentimento muito forte, uma atração muito forte tomou conta de mim; eu bebi um pouco demais, criei coragem e tudo aconteceu. Foi muito bom, mas um

sentimento de frustração e de falta de espontaneidade me acompanham sempre que eu me apaixono; talvez seja o meu Saturno em Leão.

Hoje, estou apaixonado por uma pessoa do mesmo signo que aquela de anos atrás (Leão) e me sinto totalmente com medo, quedado e paralisado; é como se esta pessoa me embriagasse e eu não tivesse forças nem para andar. Ao mesmo tempo é bom porque ao final do dia você tem em quem pensar; quando chove eu choro, pensando nesta pessoa, porque para mim a chuva é uma prece e eu rogo ao destino, aos deuses, à tudo, que dêem forças p/ lidar com este meu Saturno em Leão, que me acompanha e me acompanhará em toda a vida; ele pode me dar a chave do tesouro, da felicidade, mas eu preciso aprender a lidar com esta frustração e falta de espontaneidade frente a pessoa amada. Amor? Não sei se é amor, talvez possa vir a ser.

Aquela dor no peito que parece um punhal sendo enfiado sem anestésico que sinto com a grande distância que nos separa é, ao mesmo tempo bom e ruim, porque eu perdi um pouco da minha independência emocional, que antes eu valorizava muito e que hoje, talvez eu não dê tanta importância. Talvez você não entenda muito bem (ou nada) do que seja um Saturno em Leão, mas estou amando e estou feliz por saber que sou capaz disto!

S27

O amor significa compartilhar de tudo seja de coisas boas e também ruins, para juntos conseguirmos supera-las, no caso das ruins, ou fortalecer-las no caso dos bons acontecimentos. Significa também reconhecer seus limites, saber o que você deve ou não fazer de modo a não ofender a pessoa amada.

No caso da minha vida o amor que estou vivendo tem me ajudado principalmente no meu conhecimento interior e no meu amadurecimento.