



**ENCONTRO e INDIFERENCIADO:
desafios e “pontes” para gerir a vida com autonomia.**

João Carlos Vieira Machado *

As escolhas feitas por uma pessoa ao assumir diferentes posturas em seu relacionamento com os demais, influem no grau de interação mantido com um grupo, em seu auto-desenvolvimento em direção a uma condição de autonomia e na forma como lida com desafios. Isto ocorre à medida que essa pessoa percebe o encontro consigo, o encontro com o outro e a sua integração com o todo. Sua disponibilidade, portanto, para desfrutar das possibilidades que lhe são oferecidas, vai influir de modo significativo em sua auto-realização.

Muitos são os modelos preconizados por diferentes autores buscando compreender a dinâmica do **encontro**. SCHUTZ (1978, p. 11), por exemplo, o considerou “um método de relacionamento baseado em abertura e honestidade, consciência de si mesmo, responsabilidade por si mesmo, percepção alerta do corpo, atenção aos sentimentos e ênfase no aqui e agora”. Para ele, o encontro, em geral, desenvolve-se em ambiente de grupo e existem três necessidades interpessoais que se manifestam em comportamentos e sentimentos para com outras pessoas nessas circunstâncias e estão arraigadas em nosso auto-conceito, quais sejam: **inclusão, controle e afeição**.

A **inclusão** refere-se a sentimentos quanto a ser importante, ter significado ou mérito. O **controle** relaciona-se a sentimentos de competência (inteligência, aparência, praticabilidade e habilidade para enfrentar o mundo). A **afeição** está relacionada com o fato de uma pessoa sentir-se amada, isto é, de sentir que, se for revelada a totalidade de sua essência pessoal, será vista como plena de amor.

Posteriormente, esse autor utilizou para aplicação em organizações, a palavra "**abertura**" em lugar de afeição, uma vez que, independente da existência ou não de afeto, as pessoas podem atuar eficazmente em suas relações na medida em que estiverem abertas à interação. Afirma que "a facilitação para um ambiente de alto desempenho está diretamente relacionada com a abertura e confiança entre as pessoas" (SCHUTZ, 1994) e que, ao tomar consciência de estar escolhendo um caminho, o indivíduo assume a responsabilidade por sua vida e a **vive** do modo que quiser (SCHUTZ, 1989, p. 10).

Para TORO (2002, p. 30), o termo **vivência** se refere a uma “experiência vivida com grande intensidade por um indivíduo no momento presente, que envolve a cenestésia, as funções viscerais e emocionais”.



Tais experiências poderão, portanto, resultar em vivência de abertura para alguém, à medida que houver:

1) **honestidade e responsabilidade**, o que implica em encontrar espaço para expressar livremente suas crenças, seus medos, seus sucessos, seus planos, sendo a confiança em si mesmo e nos demais elementos do grupo, um aspecto de importância fundamental. Neste sentido, à medida que expressa sua necessidade pessoal de inclusão, essa pessoa passa a fazer opção por um feedback genuíno, sem qualquer julgamento ou tentativa de manipulação, no qual possa informar, mais do que com palavras, também pelas expressões não verbais, o seu sentimento em relação ao comportamento das outras pessoas.

2) **consciência de si mesmo, atenção aos sentimentos e percepção alerta do corpo**, onde DAMÁSIO (2000, p.178), ao falar do meio interno como precursor do “self”, lembra que a vida necessita de uma fronteira, citando como exemplo, “a pele que reveste boa parte de nosso corpo, a córnea que reveste a parte do globo ocular que recebe a luz e as mucosas que revestem a boca. Se não existe uma fronteira, não existe um corpo e não havendo corpo, não há organismo”. Ainda para esse autor, a distinção entre “sentir uma emoção” e “saber que temos um sentimento” se torna clara se admitirmos um “continuum” que vai de um estado de emoção, que pode ser desencadeado e executado inconscientemente (ter uma emoção), daí resultar em um estado de sentimento que pode ainda ser representado inconscientemente (sentir essa emoção), para então chegar a um estado de sentimento tornado consciente, isto é, permitir ao organismo tomar conhecimento de que está tendo a emoção (ter conhecimento de que está sentindo essa emoção) - DAMÁSIO (2000, p.56).

Preconiza-se também desde DILTHEY, a proposta de que as partes integrantes e complexas da vida psíquica humana não são inferidas ou investigadas pelo pensamento, mas simplesmente vividas (MORA, 1984, p. 821). Assim, o termo **vivência**, se referia a algo revelado por um complexo anímico a partir do modo de existir a realidade para um certo sujeito.

Ainda segundo TORO (2002, p. 31), uma vivência apresenta características essenciais como:

- anterioridade à consciência – manifestação do ser que precede à consciência;
- espontaneidade – possui a qualidade do original; pode ser “evocada” mas não dirigida pela vontade;
- subjetividade - se manifesta a partir da identidade... são únicas, íntimas e, portanto, incomparáveis;
- intensidade variável – intensidade aumentada pela maior conexão consigo e pela diminuição da atividade consciente de controle e vigilância;
- temporalidade – é passageira... refere-se à contínua criação de vida;

I Seminario Internacional de Relaciones Humanas Intraorganizacionales (SIRHIO 2008)

Relaciones Humanas Intraorganizacionales – Organización de eventos Empresariales

www.intrared.com.uy



- emocionalidade – frequentemente... dá origem a emoções;
- dimensão cenestésica - sempre acompanhada de sensações cenestésicas e envolvendo todo o organismo;
- dimensão ontológica – conexão íntima absoluta, ligada ao ser e à percepção de estar vivo.
- dimensão psicossomática – transmutação do psíquico em orgâncio e vice-versa, favorecendo a saúde e a vitalidade.

SCHUTZ (1974, p. 17) já propunha “...um corpo que funcione suave e graciosamente...”, “...um pleno desenvolvimento do funcionamento pessoal...” e uma atuação “...de modo que a interação humana seja compensadora para todos nela envolvidos...”, como alguns caminhos a serem buscados visando um desenvolvimento prazeroso do potencial humano.

LOWEN (1984, p. 14), por sua vez, preconiza que “um comprometimento total com o que se está fazendo é uma das condições básicas para o prazer”. Para esse autor, a auto-realização parece seguir alguns passos como “identificação com o corpo”, o “reconhecimento do princípio do prazer como a base das nossas atitudes inconscientes”, a “aceitação dos próprios sentimentos”, a “compreensão da interdependência de todas as funções da personalidade” e a humildade para **viver** a vida plenamente. Novamente TORO (2002, p. 33), afirma que expressão da potencialidade genética dos indivíduos se dá a partir de linhas de vivência onde são facilitadas: a integração afetiva, a renovação orgânica e a reaprendizagem das funções originárias da vida. Em sua proposta operacional para o movimento humano, defende um *continuum* pulsante entre “identidade” e “regressão”. A primeira, caracterizando a “consciência de si e do mundo”; a segunda, como “retorno ao primordial por meio do transe”.

3) **ênfase no aqui e agora**, caracterizada por uma disponibilidade para se perceber a cada instante, quer seja como indivíduo, como membro integrante de uma equipe ou como parte de um todo mais abrangente. Aqui se manifesta o que TORO (2002, p. 72), percebe como complementaridade entre identidade e regressão, onde “o indivíduo tende a perceber a si mesmo como parte da totalidade do universo, em especial na parte de “saída” da regressão, enquanto, no estado de identidade, ele se sente um “centro de percepção do mundo”.

Cabe ressaltar que a distinção entre tais enfoques é apenas didática. Sua ocorrência é simultânea e interdependente. À medida que uma pessoa consegue “transitar” do racional (ter conhecimento de que está sentindo uma emoção) para a emotividade pura e simples (vivência como instante vivido em grande intensidade), revela suas possibilidades em relação a seus encontros e situações sem diferenciação, definindo suas escolhas para uma caminhada em prol de uma expansão de percepção e

I Seminario Internacional de Relaciones Humanas Intraorganizacionales (SIRHIO 2008)

Relaciones Humanas Intraorganizacionales – Organización de eventos Empresariales

www.intrared.com.uy



em busca de auto-desenvolvimento. A essência para este movimento, parece estar então na fluidez, na flexibilidade para um pulsar, por vezes quase instantâneo, entre os níveis de **auto-percepção**, de **encontro com o outro** e de **indiferenciado**.

Bibliografia:

- DAMÁSIO, Antônio. O mistério da consciência. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.
- LOWEN, Alexander. Prazer: uma abordagem criativa da vida. São Paulo, Summus Editorial, 1984.
- MORA, José Ferrater, Dicionário de filosofia. Tomo 1, Madrid. Alianza Editorial S.A., 1984.
- SCHUTZ, William C. O prazer – expansão da consciência humana. Rio de Janeiro: Imago Editora Ltda, 1974.
- SCHUTZ, William C. Psicoterapia pelo encontro - um guia para a conscientização humana. Rio de Janeiro: Editora Atlas S.A., 1978.
- SCHUTZ, William C. Profunda simplicidade – uma nova consciência do eu interior. São Paulo: Agora, 1989.
- SCHUTZ, William C. Entrevista sobre Seminário internacional "TEAM BUILDING". São Paulo, 23/09/94.
- TORO, R. Biodanza. São Paulo: Olavobrás, 2002.

*** Coordenador em Dinâmica dos Grupos, facilitador didata de Biodanza[®], professor universitário, administrador, engenheiro e doutor em Ergonomia.**
jmachadolda@yahoo.com.br