

## QUEDA E ASCENSÃO PSICOLÓGICA - Livro - Amor Imbatível Amor

Na base de inúmeras perturbações emocionais são encontradas a culpa e a vergonha. A culpa procede de uma peculiar sensação de estar-se realizando algo que está errado e de como esse comportamento afeta as demais pessoas. Esse sentimento proporciona uma correlação entre a capacidade de agir correta ou erradamente. O ato de haver-se equivocado, sem uma estrutura equilibrada do ego em relação ao corpo, produz uma distonia que gera sentimentos profundos de amargura e desajuste emocional. Ao livre-arbítrio cabe o mister de examinar e discernir o que se deve e se pode fazer, daquilo que se pode mas não se deve, ou se deve, porém não se pode realizar. Ao errar, atormenta-se todo aquele que não possui resistências psicológicas para considerar a própria fragilidade, dispondo-se a novo cometimento reparador.

Quando o ego é saudável, enfrenta a situação do erro com naturalidade, porque compreende que os conceitos certo e errado são abstratos, cabendo-lhe discernir o que é de melhores resultados para si e para os outros, portanto, permitindo-se o direito de errar e impondo-se o dever de corrigir.

Qualquer relacionamento humano é estabelecido dentro das diretrizes do prazer e das compensações emocionais que proporciona. Quando a culpa se apresenta, essa estrutura se fraciona, alterando a conduta do indivíduo. No sentimento de culpa apresenta-se um elemento conflitivo que é o ressentimento daquele que erra em relação ao outro a quem feriu, facultando, não raro, uma situação recíproca.

Nos relacionamentos afetivos próximos, o sentimento de culpa é devastador, porque gera ambivalência de conduta: um pai ou mãe que se comporta sob sentimento de culpa em relação a um filho, mantém ressentimento desse filho que, por sua vez, responde com o mesmo sentimento em relação ao genitor, e culpa-se por essa atitude, que lhe parece incorreta.

Esse tormento alastra-se no campo emocional, tornando a situação cada vez mais embaraçosa, porque a culpa faz-se maior.

Invariavelmente, no ódio, no ressentimento, no ciúme, o paciente se sente aprisionado no agente da sua reação, por sentimento de culpa, que procura dissimular através de acusações contínuas em relação ao outro.

Quando se está sujeito a um julgamento moral, o conceito emocional que envolve a culpa apresenta-se. Quando esse julgamento é oposto, portanto, negativo, a culpa toma vulto. Por outro lado, se é positivo, tem-se a sensação de encontrar-se sempre certo, o que é perigoso, já que o erro faz parte do processo de aprendizagem e de crescimento intelectual e moral. E graças ao conhecimento que esse sentimento se desenvolve.

Desde a infância, o ser é orientado a descobrir o que é certo e o que é errado, de forma que possa sempre agir acertadamente, assim amadurecendo os conceitos morais, conforme o bem ou o mal que deles decorram em relação a si mesmo como ao seu próximo.

Obrigada a participar do drama da vida, a criança é induzida a agir de forma sempre correta, conforme o padrão do seu meio ambiente, os valores éticos, as pressões existentes. Será esse comportamento que dará lugar ao senso de responsabilidade. Entretanto, a ação da responsabilidade pode dar-se sem se fazer acompanhar do sentimento de culpa, somente porque se haja equivocado, considerando-se as imensas possibilidades de recuperação.

Toda vez que alguém com sentimento de culpa julga a própria conduta, se constata que os seus sentimentos se apresentam negativos, prejudiciais, sente vergonha dos mesmos e procura suprimi-los, amargurando-se por estar a vivenciá-los, mesmo que sem consciência, autocondenando-se.

Com o acúmulo de conflitos e o represamento dos sentimentos, perde a capacidade de discernimento para saber como agir com correção.

Nesse estado a auto-aceitação desaparece, dando lugar à repulsa por si mesmo, abrindo espaço para a tristeza, o medo e outros sentimentos perceptuais, que são identificados pelo ego.

A vergonha, de algum modo, está mais vinculada às funções do corpo, quando não decorre dos atos morais. A herança antropológica permanece com destaque em muitas funções orgânicas, tais a alimentação e a eliminação, a aparência física, os movimentos... Normalmente são associados à conduta animal, quando grotescos ou vulgares.

Torna-se indispensável que a educação contribua com orientação adequada, de modo a definir-se um

comportamento saudável, que evite as associações depreciativas.

Não obstante, a sociedade não se estruturaria, se não existissem esses sentimentos de culpa e de vergonha que, de alguma forma, funcionam como árbitro de muitas ações, contribuindo para o despertar do discernimento.