

A Sombra



*“O homem não se torna iluminado
pela contemplação de figuras de luz,
antes pela observação da própria escuridão”.*

Carl Gustav Jung

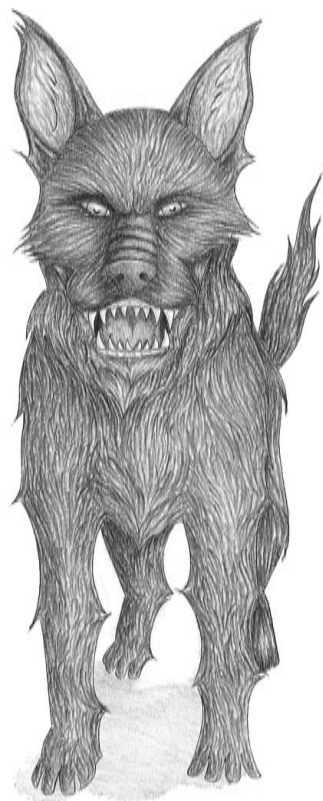
Um homem tem um cão que vive solto pelo seu quintal. As pessoas quando o visitam comentam: – Não é agradável vir à sua casa. Você tem esse cão solto que nos amedronta. O homem, dono do cão, o prende nos fundos da casa, para agradar às visitas. O cão se torna hostil, começa a latir. As visitas reclamam: – Vir à sua casa é desagradável. Você tem esse cão que ladra o tempo todo. O homem prende seu cão no porão e já não mais o afaga, às vezes esquece de alimentá-lo e esse cão se torna feroz, mas ninguém mais o vê, nem o ouve mais. Todos estão tranqüilos. Um dia o cão rompe as correntes, irrompe pela sala do tal homem, fere suas visitas, destrói sua casa... Só porque foi abandonado.

É preciso conviver com o nosso cão, com esse ser primitivo que em nós habita com seu apetite voraz, suas emoções não tão sutis ou bem aceitas. Goethe lembra-nos deste “cão” quando afirma que não há crime que não pudesse ter cometido (e estamos falando de um poeta).



“Sou mais forte do que eu”

Clarice Lispector



Na música de Chico Buarque, Bailarina, podemos ter a idéia do que seja “prender nosso cão”. A bailarina em questão, nega aspectos sombrios de si mesmo, vivendo uma fantasia que pode cair bem nela, uma bailarina de canção, mas que não pode trazer proveito a um ser humano real simplesmente porque não corresponde ao real. Diz a letra:

*Procurando bem, todo mundo tem bereba, marca de bexiga ou vacina.
E tem píriri, tem lombriga, tem ameba.
Só a bailarina que não tem.
Quem não tem cocêira, verruga, nem frieira, nem falta de maneira?
Ela não tem.*

*Futucando bem, todo mundo tem piolho ou tem cheiro de creolina.
Todo mundo tem um irmão meio zanolho.
Só a bailarina que não tem.
Nem unha encardida, nem dente com comida, nem casca de ferida?
Ela não tem.*

*Não livra ninguém, tõe mundo tem remela, quando acorda às seis da matina.
Teve escarlatina, ou tem febre amarela.
Só a bailarina que não tem.
Medo de subir, gente
Medo de cair, gente
Medo de vertigem, quem não tem?*

*Confessando bem todo mundo faz pecado, logo assim que a missa termina.
Todo mundo tem um primeiro namorado.
Só a bailarina que não tem.
Sujo atrás da orelha
Bigode de groselha
Calcinha um pouco velha; ela não tem.*

*O padre também pode até ficar vermelho, se o vento levanta a batina.
Reparando bem todo mundo tem... ...
Só a bailarina que não tem.
Sala sem mobília
Goteira na vasilha
Problema na família
Quem não tem?*

Santo Agostinho por sua vez diz que somos “porcos cavalgando anjos”. Será que isso corresponde mesmo à nossa verdade? Não creio tão pouco que sejamos anjos cavalgando porcos em contrapartida. Embora não seja a opinião de um filósofo, creio que somos apenas seres humanos tentando lidar com nosso lado obscuro. Para Jung, “*o bem e o mal são integrados na natureza e diferenças de grau de um único e mesmo fenômeno*” – um todo paradoxal – e, como o bem e o mal referem-se a julgamentos humanos, não poderemos ter a certeza de estarmos julgando de modo correto, só os deuses o sabem.

Como então proceder a tão árdua tarefa que é reunir todas as nossas partes? Somos homens, não somos deuses; só a humanidade nos salva. “*Só nos tornamos um ser humano completo, realizado em todas as potencialidades, quando, além de sermos nós mesmos, somos capazes ao mesmo tempo de sermos nós mesmos com os outros e nos sentimos felizes com isso. A aquisição deste estado envolve os níveis mais profundos da nossa personalidade*”. (Bruno Bettelheim).

Como qualquer transformação que toca o âmago do nosso ser, há perigos que temos que enfrentar com coragem e problemas presentes que temos que dominar.

Iludidos pela imagem de que somos santos, perdemos a nossa humanidade, dominados por correntes que nos aprisionam a estereótipos vinculados a padrões que nos doutrina dia a dia, somos nós que fechamos os cadeados de tais correntes. Destituídos da coragem com que nascemos nos moldamos e nos tornamos fracos, frágeis, pobres e menos, para parecermos mais.

“*Fomos condicionados a sermos agradáveis ao invés de sinceros, flexíveis ao invés de autênticos, adaptáveis ao invés de fazer valer nossas opiniões*”. (Hollis). Enquanto isso existe em nossa natureza, um lado obscuro que se recusa a ser assimilado aos nossos elevados ideais de bondade, moralidade e comportamento humano ideal. Na verdade, quando nos empenhamos em ser bom demais, acabamos engendrando, em nosso inconsciente, a reação oposta. Se tentarmos viver demais sob a luz, uma quantidade equivalente de treva irá acumular-se dentro de nós. Se ultrapassarmos os limites de nossa capacidade natural para o amor e a bondade, acabaremos criando dentro de nós mesmos a parcela exata oposta de ódio e crueldade. A psicologia adverte as pessoas contra a tentativa de querer ser melhores do que são e insiste que, ao invés de lutar demais por uma bondade forçada, o que importa é tomar consciência e viver, não em função de ideais impossíveis de serem seguidos,

mas sim a partir do centro interior de cada um, que é o único elemento capaz de colocar cada indivíduo em equilíbrio. As bases da vida moral precisam sofrer, pois uma mudança ao invés de se lutar pelos mais altos ideais morais (ainda que ideais morais também sejam importantes), enfatiza-se a luta por melhor autoconhecimento, na crença de que os ideais e os valores morais do homem só são efetivos no contexto de sua consciência. Quem procura ser bom e se esquece de seu lado escuro, cai vítima desse mesmo mal que, apesar de existir dentro de cada um, é por todos negado.

Às vezes o que nos faltou foi oportunidade da sombra atuar; faltaram-nos pressões, ocasiões, já que “a ocasião faz o ladrão” e nós nos consideramos bons quando nem Cristo se percebia assim. “*Por que me chamais de bom, se só o Pai é bom?*”. E quando ele nos adverte: “*na medida em que medirdes sereis medido*”, o que quer significar tal preceito? Na prática, corresponde àquelas situações onde sem usar de empatia, compaixão ou misericórdia dizemos: “*Se eu estivesse no lugar dele! Se fosse comigo!*”. Parece então que a vida nos provoca a “ocasião”, nos colocando na mesma situação para extrair de nós a saída criativa que teríamos; mas o que ocorre geralmente é a reprise da situação criticada. Isto posto, de que não conhecemos todos os nossos comportamentos, as nossas reações. Vale ficarmos atentos às nossas respostas, às nossas reações, porque o repertório de ações conscientes não nos dá pressupostos para ações futuras. Mais vale então o “*orai e vigiai*”.

Vigiar e não policiar visto não sermos bandidos. Possuímos a *sombra* que muitas vezes atua à nossa revelia. É necessária uma auto-observação, vigiar o nosso cão pra que não nos escape, e orar. Ou seja, buscar o nosso centro, o nosso eixo, a nossa ligação com algo maior que nos fortaleça na atuação desse algo menor, porque, repetindo Goethe, “*não há crime que eu não pudesse ter cometido*”. Lembremo-nos disso então, antes de julgarmos, aniquilarmos o nosso inimigo, aquele que nos impõe a visão do nosso lado sombrio. E como lidar com tal lado obscuro sem sucumbir a ele? Jesus deixou claro no Sermão da Montanha:

“*Vocês ouviram o que foi dito: ‘Olho por olho e dente por dente!’ Eu, porém, lhes digo: não se vinguem de quem fez o mal a vocês. Pelo contrário: se alguém lhe dá um tapa na face direita, ofereça também a esquerda! Se alguém faz um processo para tomar de você a túnica, deixe também o manto! Se alguém obriga você a andar um quilômetro, caminhe dois quilômetros com ele! Dê a quem lhe pedir, e não vire as costas a quem lhe pedir emprestado*”.

Será que quando nos sugeriu isso, queria nos ver dobrados diante do inimigo ou, em toda a sua sabedoria que obrigou os homens a dividirem

a história em antes e depois Dele, sabia que, ao combater o inimigo, o fortalecemos enquanto inimigo? Jung também nos adverte de que sempre que buscamos a virtuosidade extrema cairemos em seu oposto; sempre que combatemos esse lado obscuro a que chama “sombra” estaremos sujeitos a ser tragados por ela.

Vamos refletir então sobre o significado de sombra para que através da reflexão sobre dados concretos cheguemos à resposta de como lidar com ela. A sombra seria parte da personalidade reprimida em favor de um ego ideal que é formado pelos ideais ou padrões que modelaram o desenvolvimento da personalidade. Ou seja, na busca de um comportamento ideal, forjamos um “novo homem” que não corresponde a nós mesmos, pois tais ideais referem-se à aquisição que se obtém dos outros e que acabam tornando-se nossos padrões de atuação.

Jung adverte que, *“o homem que não atravessa o inferno de suas paixões também não as supera. Elas se mudam para a casa vizinha e poderão atear o fogo que atingirá sua casa sem que ele perceba”*. Reconhecer a sombra não é processo fácil como já foi visto. Ao contrário, exige-nos muito bom senso, humildade, autoconhecimento, bom humor e, principalmente, uma não identificação com os papéis que desempenhamos, já que tais papéis não somos nós, apenas os exercemos no teatro da vida. Somos professores, mães, pais, médicos, torcedores de um clube, mas não somos tais personagens; transcendemos a eles. Só nos submetemos a eles por puro comodismo. A aceitação de tal comportamento nos impede de nos aprofundarmos na nossa verdadeira essência.