

SUMÁRIO

Introdução	Gostaria muito que você lesse isto aqui.....	13
Capítulo 1	Amor – esse desconhecido.....	19
	O amor é indefinível (o amor é sempre único).....	19
	Só o presente é eterno.....	20
	O indivíduo e o rebanho	22
	Encantamento amoroso.....	23
	O amor é um pressentimento	28
	Uma história de amor.....	34
	A cooperação	34
	<i>Love story</i>	41
	Hora da saudade!.....	43
	O vertiginoso século XX	44
Capítulo 2	Instinto e preconceito.....	47
	<i>Homo sapiens sapiens</i> – a maior ameaça do mundo.....	50
	Preconceitos e papéis sociais.....	50
	Criando, em vez de imitando ou reproduzindo.....	52
	Cada macaco no seu galho – menos nós!.....	53
	A marca do homem: versatilidade motora	56
	Instinto de morte – talvez exista	61
	Os seus preconceitos	61
	Qual é a relação entre papel social e preconceito?	64

Preconceitos relativos à família	70
A segurança é paga com incerteza crescente	72
Solidários, apesar de tudo	75
Você é você ou você é o outro?	75
Leão solto e leão preso – são iguais?	76
Raízes profundas dos papéis e dos preconceitos: automatismos motores complexos	78
Os papéis psicológicos.....	82
Eu e “eles”	84
Capítulo 3 As coisas, as palavras e a dança	85
Nós falamos sempre com o corpo todo	85
O músculo não é apenas ação, mas também sensação	86
O ritual precede o mito (Von Neumann)	89
A caçada (a ação) criou a gramática.....	93
A palavra divide, separa e eterniza a realidade	100
O reflexo de agarramento.....	103
O diálogo	107
O desabafo mantém a situação.....	113
Desabafar: a maneira mais segura de sustentar situações... insustentáveis	114
<i>A lapis philosophorum</i>	115
Críticas, críticas e mais críticas.....	116
O certo e o errado	118
Filosofia do certo e do errado.....	119
O futuro é o próximo instante, sua próxima decisão – e mais nada	120
“A culpa é sua” – “Você devia” – “É sua obrigação”	123
Apagar ou de algum modo desfazer o passado – será possível?	123
As diferenças pessoais são necessárias – ou convenientes – para o desenvolvimento dos dois.....	127
“O problema é seu” – existe isso?	128
Obrigações e deveres	130
A dança dos contrários.....	133
O de dentro está por fora	137
Pensar está sempre fora do tempo. Sentir, jamais!	139
“É amor ou é interesse?”	140

Um susto.....	142
Família e consumo	144
Romeu e Julieta.....	144
Capítulo 4 A estranha contradição	147
Amor e salvação.....	149
Inconsciência.....	149
Ninguém esconde nada de ninguém	152
A palavra tem letra e música	154
O corpo é proibido!	155
Capítulo 5 Medo + raiva (contidos) = ansiedade.....	157
O segredo da ansiedade.....	158
Frustração coletiva – quase permanente	161
Família: o amortecedor da agressividade coletiva	162
É preciso compreender a adrenalina	162
Nosso animal – nosso anjo negro	163
A boa ansiedade	166
Capítulo 6 Brigada de casal – curso superior	167
Todos têm razões.....	167
A moral da lógica.....	172
De quase tudo vemos quase nada	174
Soluções	177
O maldito triângulo divino.....	184
“Você também faz assim”	191
“Foi sem querer!” e “Esqueci!”	192
Há eternidade também no inferno.....	192
Vingança e justiça.....	195
Negociações	197
Cultivando um relacionamento	201
“Agora não estou amando você...”	202
A fogueira	202
Quem começou? Quando começou?	203
Eu-e-você – ou eu, você e mais gente	203
Amor e poder.....	204

Bom humor – ótima técnica	205
Arremedando o outro (o espelho).....	206
Mágoa, rancor e emburramento.....	206
Envolvência, carícias, carinho	209
O gesto é a forma e o veículo da comunicação sensual e afetiva.....	212
Troca de papéis	212
A fase agitada.....	213
Solução <i>high-tech</i>	216
Aprendendo a dançar com o outro.....	216
Briga contra a invasão amorosa!	217
Capítulo 7 A dança de Shiva	219
Havendo amor vivo, poderemos chegar às estrelas.....	223
A técnica da dança de Shiva	228
Decolando para o infinito.....	231
Não há mal que sempre dure nem bem que nunca se acabe.....	232
Capítulo 8 Nossa Pré-História – nossos instintos.....	234
Os maiores predadores do planeta	234
Somos carnívoros – mais por gosto do que por necessidade	235
A primeira empresa do mundo	236
A mulher, porém, não caçava	237
Nascia o senhor: o todo-poderoso.....	238
A revolução agrícola – salvação e danação da humanidade.....	243
De nômade a sedentário – essa a diferença	244
O Bom Pastor não era tão bom como se pensa.....	245
Transformação da agressão	247
A salvação está no automóvel!	248
A rainha do lar.....	251
Propriedade particular e ansiedade persecutória.....	251
A natureza também sofre de mania de grandeza	252
Escravidão.....	253
70% de silenciados.....	257
Os três cavaleiros do Apocalipse – a pirâmide do poder, a guerra e a agressão em família	258
Criança – o perverso polimorfo	260

As muralhas, as armaduras e a couraça muscular do caráter.....	263
O começo do “eu” e da consciência	263
O primitivo hoje.....	267
Nosso trabalho escravo	273
As máquinas – nossa salvação	275
Além de cruéis somos ridículos.....	276
Corpo e alma... ..	278
As máximas	280
Bibliografia	282

GOSTARIA MUITO QUE VOCÊ LESSE ISTO AQUI...

O livro que você tem em mãos fala muito mal da família e do matrimônio, contrariando os preconceitos mais radicais e profundos de nosso mundo social.

Vejo-me por isso obrigado a mostrar os títulos profissionais e os fatos pessoais que me autorizam a fazer tais críticas.

Sou médico, formado em 1946 pela Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, primeiro aluno da turma durante todo o curso médico.

Especialista em Psiquiatria pela Associação Paulista de Medicina (1953), três vezes professor universitário; professor de Psicanálise, Psicoterapia de Grupo e Psicodrama registrado no Ministério da Educação.

Esses são meus títulos oficiais – que não são os mais prezados por mim.

Fiz algumas dezenas de cursos e *workshops* como paciente de figuras eminentes que passavam pelo Brasil.

Fiz dezenas de cursos como professor, orientador e formador de psicólogos e médicos – em Técnicas Corporais.

Fui introdutor de W. Reich no Brasil, assim como iniciador oficial das Técnicas Corporais em Psicoterapia no país.

O título que mais valorizo é este: meio século – exatamente cinquenta anos em 1996, quando me aposentei – como psicoterapeuta ativo, com cerca de 70 mil horas de escuta e observação paciente e atenta de milhares de pessoas. *Dois terços* dessas horas eram falas – melhor, queixas – sobre a família, brigas entre pais e filhos, mães e filhos, marido e mulher, parentes e parentes...

Casei cinco vezes. Tive quatro filhos de meu primeiro casamento – que durou 25 anos. Acompanhei a criação de mais três filhos de minha quarta mulher durante quinze anos e participei da educação do filho de minha quinta mulher.

Passsei por tudo que se possa imaginar em matéria de casamento, pois nos primeiros dois terços de minha vida (até os 50 anos...) era tão inapto quanto a maioria dos homens em termos de entendimento com as mulheres, e de consciência das pressões sociais gigantescas que se exercem sobre – contra – os indivíduos em relação ao casamento.

Esforçado, medroso e, apesar disso, rebelde, li horrores, frequentei congressos, *workshops*, seminários e grupos de estudo, a maior parte dessas atividades desembocando invariavelmente na família – no começo de tudo, na infância sempre mal compreendida, mesmo quando bem tratada!

Sempre e em tudo, a família como o centro e a origem de sofrimentos sem conta, de mal-entendidos sem fim e sempre tida como perfeita.

Logo, imperfeitos todos nós, indignos de tão alta instituição, irremediavelmente precários e inferiores ante nossos altíssimos ideais de perfeição – tão altos que ninguém chega lá; tem cabimento?

A mais “humana” das instituições, fora do alcance de qualquer ser humano...

É pra rir ou é pra chorar?

E o que é pior: dada a excelsa perfeição da família, nada há que fazer por ela – ela é intocável, isto é, permanecerá assim pelos séculos e séculos.

Se ela desaparecer, desaparecerá a sociedade – é o que dizem.

Mas todos esquecem: desaparecerá, sim, *a sociedade que conhecemos*, eivada de guerras, miséria, desumanidade, injustiças... Será tanta perda assim? Ou será uma renovação radical e salvadora, uma vez que a velha civilização – baseada na família e no autoritarismo – está beirando perigosamente a destruição da espécie?

A esse fim chegamos, essencialmente formados e educados em família e pela família.

Não é para começar a desconfiar de que alguma coisa está errada com ela?

Não haverá uma nova era se não houver uma nova família, pois a velha é literal e definitivamente a célula *mater* – a origem última – deste horror que vivemos! Essa é a tese primeira deste livro e a raiz de todas as críticas e de todas as soluções propostas.

Meus últimos títulos oficiais estão nos livros que escrevi. Acrescentar uma dezena de trabalhos científicos publicados em revistas especializadas, milhares de entrevistas e mesas-redondas na mídia, presença na TV desde recém-formado, começando a aparecer com regularidade no programa de Sônia Ribeiro (na TV Record de então, por volta de 1975), continuando durante mais de cinco anos com Xênia Bier (a mais influente feminista do Brasil) e, depois, apresentando um programa próprio na TV Bandeirantes, diário, matutino, que versava sobre problemas... de família!

Nesse programa foi nascendo a ideia e iniciamos a promoção de um Partido das Mães, destinado a conscientizá-las de seu poder, preparando-as para o exercício real da política – em defesa da criança, e não do velho. Sem uma nova família, uma nova mãe e um novo formato de educação, o homem novo não nascerá.

Quero destacar minha influência social mais direta, exercida por meio de alguns milhares de palestras realizadas pelo Brasil inteiro, invariavelmente falando sobre relações pessoais e familiares – e sendo muito bem ouvido!

Quando falo de família, estou me referindo a *dezenas de milhares* de famílias; quando você protesta ao ler meu texto, está se referindo, no melhor dos casos, a uma *dezena* de famílias: a de seus

pais e irmãos, a sua – cônjuge e filhos – e mais a de um ou outro amigo. Você sabe delas de três modos: pela sua experiência pessoal, por tudo que ouve como fofoca dentro dessas dez famílias, mais a aparência de casamentos “bem ajustados” que todos fazem questão de mostrar publicamente. Dos três modos, o que mais se aproxima de meus escritos é o das fofocas em família, bem mais verdadeiro – e venenoso! – do que as grandes falas públicas sobre as perfeições dessa instituição. Pode acontecer de minha fala não bater com sua experiência, mas, por favor, pense nisto: sua experiência é bem limitada (0,1% de 10 mil) e as afirmações que faço podem não valer para os seus – embora eu duvide disso.

Enfim, as raízes pessoais deste livro. Nascido em 1920, vivi o século XX todo e sinto-me um privilegiado por isso. Nesse século a humanidade mudou mais do que em todo o restante de sua história – esse meu privilégio!

Fui bem neurótico durante muitos anos – até talvez meus 55 a 60 anos! Por mais que me esforçasse em recordar maus tratos na infância, “causa” mais aceita pelos especialistas na determinação da neurose, nada conseguia. Não trago lembrança de ter sido maltratado, desrespeitado, ignorado, castigado por meus pais. Sempre fui ouvido e, se vivi maus pedaços na adolescência, foi mais por não saber como falar com eles; se falasse, me ouviriam e fariam o que fosse possível em meu favor. Fui péssimo estudante no ginásio e nunca ouvi sequer sermão por causa disso. Mas, naquele tempo, pai era pai e crianças eram... crianças. O desrespeito que houvesse era social, e não pessoal.

De onde, então, minha neurose?

Da hipocrisia social, modelarmente exemplificada com a questão sexual. Essa “causa” não figura nos textos usuais de psicoterapia. O famoso superego foi definido por Sartre: o superego são os outros (Sartre disse “o inferno são outros”). O superego é a influência da fala de todos sobre você.

Eu era muito vivo, muito interessado e muito apaixonado por meninas bonitas, romance, aventura. Mas o clima geral, na época, era incrivelmente mentiroso: ninguém tinha nem praticava sexo – não se falava a respeito (falar de sexo já era um desrespeito grave);

todas as meninas eram puríssimas e ignorantes a ponto de as santas mães terem de “explicar” a elas como seriam as coisas na noite de núpcias! Na minha guerra inútil contra a masturbação, todos se comportavam, à minha volta, como se nunca ninguém jamais houvesse feito tal horror, e os livros doutos de medicina da época alinhavam listas de doenças terríveis – consequências desse “vício” abominável! Sei bem o que paguei durante toda a adolescência por essa mentira social perversa e imbecil.

Eu era bastante inocente – ou bobo – para acreditar na encenação social; na época, ela era muito mais estrita e estreita do que é hoje!

Além do sexo, corria pelo ar que todos os adultos eram honestos, dignos de confiança, bondosos, justos e até sábios – principalmente os mais velhos! Essa é certamente a origem de meu verdadeiro ódio de preconceitos sociais, e o motivo de meu estudo aprofundado sobre agressividade, destrutividade e crueldade humanas.

Este livro é, com certeza, uma vingança e uma desforra contra tudo que engoli, convicto, pela *atitude* de quase todos, de que esse comportamento coletivo, que não existia (era só falado!), era o bom, o certo e o normal.

Errado, culpado e neurótico era eu.

Hoje completo a volta por cima: errada, culpada e psicótica é a sociedade...

Você será o juiz – ou o réu!

Fofoca: devido à notoriedade, ao trabalho corporal, a meu modo de ser, meio despachado, muito direto e tão honesto quanto consigo (não sei se são virtudes!) e ao fato de falar mal da família, acabei sendo objeto de fofocas, principalmente na área sexual, e vivo neste paradoxo até agora: sou essencialmente tímido e continuo encantado pela mulher, mas, no dizer da fantasia de tantos (em especial os defensores da família), sou um conquistador inveterado – e inescrupuloso.

Há um particular gosto em “descobrir”, naqueles que se destacam, os piores defeitos – os que os trazem para o nível da mediocridade coletiva. Além disso, vingança por tudo que não puderam fazer, dizer – nem pensar! – contra suas autoridades familiares. Éramos obrigados a aceitar mãe e pai como se fossem santos.

Entretanto, vivendo com eles tantos anos, víamos que eram apenas humanos, falíveis e limitados – como nós.

Mas isso não podia ser dito – nem sequer de mim para mim mesmo!

Agora me vingó...

AMOR – ESSE DESCONHECIDO

Milhões de vezes já se perguntou o que, afinal, é o amor – qual sua definição? Desistiremos para sempre da tarefa de pôr o amor em palavras?

Ou o amor só pode ser bem descrito em versos, em música e, na certa, também na dança – pela suavidade do gesto, pela atitude de derretimento (como dizem o povo e mestre Reich) –, na expressão iluminada do olhar...

E muito, muito, pela música da voz...

Não creio me seja dado definir o amor, mas tenho o consolo filosófico (e lógico!) de poder demonstrar:

O AMOR É INDEFINÍVEL (O AMOR É SEMPRE ÚNICO)

Ele é, por excelência, o sentimento/sensação do aqui/agora, isto é, a descoberta do outro, da individualidade dos personagens e do momento.

Numa reunião de amigos e conhecidos, de repente, olhares se iluminam e se buscam – disfarçadamente, é claro!

Vai começar a caçada!

*O amor é a certeza de estar experimentando
a realidade como criação contínua.*

A realidade – fora ou dentro, tanto faz – sendo percebida como um interminável acontecer de surpresas, como se a cada momento as coisas se transformassem em outras.

Um universo mágico em que tudo é transformação – e nada é “coisa” ou “objeto”.

Nada além e nada aquém do aqui/agora, o acontecer que se manifesta e é percebido por mim (do meu jeito) neste momento.

SÓ O PRESENTE É ETERNO

Quero dizer que o encantamento amoroso é a descoberta ou a percepção do outro como único; assim como do momento de nossa relação, naquele instante, como único. Nada semelhante antes nem depois.

O encantamento amoroso é um momento de iluminação natural – de revelação ou descoberta –, mesmo quando o conteúdo dessa descoberta é obscuro. Por isso não pode ser definido. Por definição (!) ele *é diferente em cada momento em que é sentido*, tão diverso quanto as pessoas e as horas de envolvimento nas quais está presente.

“Não se pode fazer ciência com o individual, com o único”, diziam os filósofos e dizem hoje os cientistas.

Todos os conhecimentos, tanto o científico quanto aquele implícito no uso das palavras, são estatísticos, de algum modo são médias.

“O” cavalo não existe; existem cavalos, na certa com inúmeras características semelhantes, mas, para o bom cavaleiro de rodeios, cada um deles é inconfundível – único.

Gente também é – como dizemos na conversa. Mas logo depois negamos a afirmação emitindo um julgamento ou uma crítica a respeito de alguém ou alguma coisa. Isto é, somos todos diferentes uns dos outros, tudo bem, mas ela está errada (portanto, eu estou certo, tenho razão, quiçá direito, a culpa é dela, claro...).