



PAIXÃO E ÓDIO

Não vou apresentar aqui o argumento de um filme ou de uma dessas telenovelas tétricas que a TV apresenta por razões de tédio e desinteresse por essas abordagens que mais não visam que alimentar o voyeurismo de uma população que deve necessitar disso para alimentar as suas angústias ou então para tentarem exorcizar os seus problemas.

Vamos falar de dois sentimentos que são um só mas que se manifestam, exteriormente de forma oposta. Há que entender que a paixão e o ódio são sentimentos extremos e só remotamente estão associados ao amor, sentimento de tranquilidade, transcendência e de ligação efectiva ao outro. Paixão e ódio são manifestações de exacerbamento do ego e frequentemente vão de uma à outra sem fases intermédias.

Lidar com os nossos processos de auto-destruição, com os bloqueios mentais que ao longo da vida, a sociedade perniciosa, gente abusadora e processos normais traumáticos é difícil e mais ainda quando olhamos no espelho e vemos algo que não gostamos e com o qual não sabemos, ou não queremos lidar. É frequente nestas circunstâncias haver um processo de transferência da raiva para outro ou alguém. Quantas das vezes não vemos notícias... Fulano é o maior... (fulano falha ou acontece algo que nos desagrada, ou somos mesmo nós que falhamos e surge...) O Fulano é um idiota, um falhado... De bestial passou a besta como diz o vulgo. Paixão e ódio dois sentimentos excessivos na sua força e intensidade e que devem ser geridos com cautela de forma a retomarmos o nosso ponto de equilíbrio. Quem está num processo de luta sabe bem o quanto é difícil controlar a mesma perdendo a cabeça... ou como devemos gerir essa energia de uma forma construtiva e conscientemente de forma a superar o cansaço. Recordo claramente certos momentos de exaustão que atingia durante a prática do Kendo e como era espicaçado pelo oponente que estava a instruir-me e eu canalizava a raiva para superar os limites físicos que já tinha atingido. Se eu canalizasse a raiva no outro iria gerar ódio. Ao canalizar em mim acumulei energia. Recordo outro episódio semelhante durante a recruta e em que numa prova de marcha forçada atingi o limite e o facto de ir cambaleando e quase cair, continuando a ouvir os insultos do oficial, acordei, sprintei e cheguei cinco minutos antes de todos ao quartel. Nesse momento a energia deixou de ser necessária e cai... mas até lá fui uma máquina de fúria acumulada e que não podia extravasar no oficial... como é de calcular.

No Haragei estudamos estes processos para entender os nossos mecanismos de reacção e assim podermos nos antecipar ao oponente e a nós mesmos, tentando desenvolver um auto-controlo e uma consciência séria, honesta e clara de nós e do que nos rodeia. Entender os mecanismo nos seus excessos permite gradualmente e ao encontro de outros mais subtis. Já se perguntaram porque cada vez há mais separações? Para além de hoje os paradigmas de relacionamento social serem diferentes e não é objectivo deste texto um trabalho de análise sociológico, o cada vez maior alheamento de quem somos, e consumo exagerado de estereótipos do que é o amor, produzidos por uma sociedade de consumo e fast-food faz confundir paixão, e desejo com amor. O amor pode estar associado à paixão, pois ela antecede o amor,



associando-se o desejo... mas o desejo exacerbado pode gerar momentos de paixão que ao consumirem a sua energia, esgotam o sentimento... e o amor não estando lá... É dai natural que a juventude seja a época das "grandes" paixões de vinte e quatro horas... juventude, adolescência e hormonas a funcionar a duzentos por cento eis a receita para esse doce explosivo. A paixão e o ódio são sentimentos obsessivos, constantes, descaracterizadores da verdade e que têm um remédio simples... um banho bem frio. Será?

Lisboa, 2 de Fevereiro de 2014