

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE**  
**CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS**  
**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO**  
**Linha de Pesquisa Estratégias de Pensamento e Produção de Conhecimento**

**O OUTRO DIÁLOGO: UMA COMPREENSÃO DO  
DIÁLOGO INTERNO**

**ALINE DE PINHO DIAS**



**Natal/RN**  
**Julho / 2009**



---

# **O OUTRO DIÁLOGO: UMA COMPREENSÃO DO DIÁLOGO INTERNO**

**ALINE DE PINHO DIAS**

Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, como parte dos requisitos para obtenção do grau de **Doutor em Educação**.

**Orientadora:** Prof<sup>ª</sup>. Dr<sup>ª</sup>. Ana Lúcia A. Aragão

**Natal/RN  
Julho/2009**



---

**O OUTRO DIÁLOGO: UMA COMPREENSÃO DO  
DIÁLOGO INTERNO**

**Por**

**ALINE DE PINHO DIAS**

**BANCA EXAMINADORA:**

---

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup> Ana Lúcia Assunção Aragão (UFRN) - Orientadora

---

Prof. Dr. Norval Baitello Junior – Examinador Externo

---

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup> Sônia Meire Santos Azevedo de Jesus – Examinador Externo

---

Prof. Dr<sup>a</sup> Ângela Maria Paiva Cruz -UFRN

---

Prof. Dr<sup>a</sup> Maria da Conceição Xavier de Almeida - UFRN

---

Prof. Dr. Edgard de Assis Carvalho - Suplente

---

Prof. Dr. Tassos Lycurgo Galvão Nunes- Suplente

---

Tese defendida em sessão pública, em 10 de julho de 2009, no auditório do Centro de Ciências Sociais Aplicadas, no Campus da Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

Natal, 10 de julho de 2009.



Catálogo da Publicação na Fonte. UFRN / Biblioteca Setorial do CCSA  
Divisão de Serviços Técnicos

Dias, Aline de Pinho.

Outro diálogo: uma compreensão do diálogo interno / Aline de Pinho Dias. - Natal, RN,

2009.

146 f. :il.

Orientadora: Profª. Drª. Ana Lúcia Assunção Aragão.

Tese (Doutorado em Educação) - Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Centro de Ciências Sociais Aplicadas. Programa de Pós-Graduação em Educação.

1. Educação - Tese. 2. Diálogo interno - Educação - Tese. 3. Automatismo de pensamento - Tese. 4. Flexibilização de pensamento - Tese. 5. Situação de crise - Tese. 6. Operação de pensamento - Tese. I. Aragão, Ana Lúcia Assunção. II. Universidade Federal do Rio Grande do Norte. III. Título.

RN/BS/CCSA

CDU 37.01(043.2)



*“Esse negócio de entender de uma coisa,*

*Tem que amar.*

*Quando você ama,*

*Isso cria uma capacidade.*

*Você se interessa pela coisa,*

*Você começa a olhar.”*

*Tom Jobim*



## Agradecimentos

A Washington, pela delicada atenção, dedicação e paciência, sempre na exata medida, nos dias de angústia e nos dias de alegria que partilhamos. Muito obrigada! Você é especialíssimo!

À Ana Lúcia, pela confiança e coragem em aceitar o desafio do novo e desconhecido, pela delicadeza com que me recebeu e acolheu, pela flexibilidade com que conduz as orientações, e pela competência intelectual na avaliação do trabalho. Muitos beijos pra você!!!!

Aos meus maravilhosos pais e minha querida irmã, que sempre torceram por mim e sem os quais eu não seria esta Aline! Adoro vocês!!!!!!

À Mirtha, minha irmã não de sangue, mas de escolha, pela amizade e carinho de todos os dias e pelo acolhimento de todas as horas !!!!!

À Eulália, Eugênia e Lúcia, por tudo o que aprendi nos anos em que convivemos. Vocês estarão sempre comigo. Muito obrigada!!!!

À Andréa, amiga querida e generosa com quem tive o prazer de conviver proximamente durante estes dois anos.

À Leuzene, meus sinceros agradecimentos pelos momentos de encontro e diálogo.

Ao professor Edgar de Assis Carvalho, pela valiosa leitura e contribuição no seminário doutoral. Muito obrigada, mesmo!!!!!!

À Marta Pernambuco, pelas contribuições dispensadas no processo seletivo e as orientações nos seminários de pesquisa e pelo exemplo de professora e pesquisadora que é.

À Ceiza Almeida pelas contribuições no seminário de pesquisa e pelos momentos de estudo.

A todos que fazem o Grecon, pelos momentos de troca e diálogo. Muito obrigada!!!

À CAPES, pelo financiamento dos meus estudos.

Ao programa de Pós-Graduação em Educação, pela competência de seus profissionais e seriedade com que conduzem seus trabalhos.

À Camila Negreiros Diógenes, pelo projeto gráfico deste trabalho.



## RESUMO

DIAS, Aline de Pinho. **O outro diálogo: uma compreensão do diálogo interno.** Natal, 2009. 146p. Tese (Doutorado), Programa de Pós-Graduação em Educação, Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

Esta tese tem como objetivo permitir maior compreensão sobre a operação do pensamento e sugerir alternativas para a formação de indivíduos reflexivos, críticos, autônomos e criativos. Defendemos que é possível o indivíduo desenvolver uma atenção vigilante capaz de flexibilizar o pensamento e possibilitar mudanças nas nossas ações e pensamento. Denominada **Diálogo Interno**, esta operação caracteriza-se essencialmente pela abertura ao novo e contínua disposição para o aprendizado, minimizando o modo como o pensamento opera, na maior parte do tempo (automatismo). Este estudo teve como principais referências teóricas as idéias de David Bohm (1989;1994;2005) e Michael Polanyi (1983) e como pressuposto fundamental o entendimento de que situações de crise propiciam momentos de tomadas de ciência e estado de alerta que favorecem o pensamento a operar de modo mais flexível. (Aragão Gomes, 1994, 1997). Metodologicamente, optamos por apresentar e analisar estes momentos através de relatos autobiográficos, cujo autor indicava vivenciar momentos de crise. Outros critérios foram utilizados para comporem o material a ser analisado: tratava-se de pessoas reais e públicas; os relatos estavam disponíveis em obras de fácil acesso; tratava-se de pessoas em situação de crise por elas identificadas; apresentavam situações de crise de naturezas distintas; eram pessoas com perfis sócio-culturais, profissionais e de gênero distintos. Assim, foram selecionados três relatos autobiográficos: **Infiel**: a história de uma mulher que desafiou o Islã (2007), da escritora e política muçulmana Ayaan Hirsi; **Ainda sou eu**: memórias (2001), do ator Christopher Reeve e; **Confissões de um filósofo** (2001), do filósofo Bryan Magee. Nestas obras foram analisados diversos trechos nos quais identificamos operações e ações de pensamento que expressam traços do Diálogo Interno, organizadas nas categorias que identificamos como relevantes para a identificação do Diálogo Interno: percepção de reações físicas, percepção dos próprios sentimentos, percepção das próprias crenças e pressupostos, percepção das próprias ações, percepção e julgamento do próprio pensamento, ação de questionamento, busca da compreensão, observação e investigação empírica, percepção de sua mudança de ação no mundo, saída do condicionamento e ação de ressignificação. As análises realizadas reforçam nosso pressuposto de que o diálogo interno é uma importante ferramenta para acionarmos a atenção vigilante do pensamento, minimizando o automatismo habitual e propiciando a tomada de consciência e a emergência de pensamentos críticos e reflexivos. Dessa forma, as considerações finais desta tese apontam para a necessidade do desenvolvimento de metodologias de ensino que contemplem o Diálogo Interno como contraponto às diversas vivências cotidianas que reforçam o automatismo do pensamento e ação.

**Palavras-chave:** Diálogo interno. Atenção vigilante. Pensamento flexível. Operação do pensamento. Situação de crise.



---

## ABSTRACT

DIAS, Aline de Pinho. **The other dialogue: understanding internal dialogue**. Natal, 2009. 146p. Thesis (PhD), Post Graduation Program in Education. Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

This thesis aims to enable a wider comprehension on thought operation as well as suggest alternatives for the formation of reflexive, critical, autonomous and creative individuals. The research defends the idea that it is possible for an individual to develop vigilant attention that makes thought flexibilization and change in the course of action, possible. This operation is called **Internal Dialogue** and is essentially characterized by a continuous openness towards novelty and learning. This makes it possible to minimize the usual way thought operates, in a automatic fashion (automatism). The research was based on theoretical references and ideas of David Bohm (1989;1994;2005) and Michael Polanyi (1983). The main emphasis was the understanding that a crisis situation enables awareness and state of alert that favors a more flexible thought pattern (Aragão Gomes, 1994, 1997). The methodology used was presentation and analysis of these moments through auto-bibliographical records with indication of crisis on behalf of the subjects. Other criteria were also used that enabled the composition of the analyzed material such as the fact that: the subjects were public and real, the data was available through accessible material; the subjects identified themselves as in crisis; these crisis were of varied kinds; they had different social, cultural and professional profiles. Thus, three auto-bibliographical elements were selected: the **Infidel**: the story of a woman that challenged Islam (2007), written by the political Muslim author Ayaan Hirsi; **Still me**: memories (2001), of the actor Christopher Reeve as well as **Confessions of a Philosopher** (2001), by the philosopher Bryan Magee. In these books an analysis was made related to parts that stated action an though operation that express internal dialogue. These were organized into categories that were pointed out as relevant for the identification of internal dialogue such as: Perceptions of physical reaction; emotions, beliefs and issues, individual actions, self judgment and thought, self questioning, comprehension, observation and empirical investigation, perception of the changes they performed in the world, escape of conditioning as well as action that resulted in new meaning. The analysis performed reinforces our goal once it sated that internal dialogue is an important tool that allows thought awareness, minimizing common automatism and making consciousness possible as well as favoring the occurrence of critical and reflexive thought. Thus, final considerations deal with the need for the development of teaching methodologies that address internal dialogue as a counterpoint to the many daily action that reinforce the automatism of thought.

**Key-Words:** Internal Dialogue. Vigilant Attention. Flexible Thinking. Thought Operations. Crisis Situation.





## RESUMEN

Dias, Aline de Pinho. El otro diálogo: **una comprensión del diálogo interno**. Natal, 2009. 146p. Tesis (Doctorado) Programa de Post-Grado en Educación, Universidad Federal do Rio Grande do Norte.

Esta tesis tiene como objetivo permitir una mayor comprensión sobre la operación del pensamiento y sugerir alternativas para la formación de individuos reflexivos, críticos, autónomos y creativos. Defendemos que es posible el individuo desarrollar una atención vigilante capaz de flexibilizar el pensamiento y posibilitar cambios en nuestras acciones y pensamientos. Denominada **Diálogo Interno**, esta operación se caracteriza, esencialmente, por la abertura al nuevo y continua disposición para el aprendizaje, minimizando el modo como el pensamiento opera, en la mayor parte del tiempo (automatismo). Este estudio tuvo como principales referencias teóricas las ideas de David Bohm (1989; 1994; 2005) y Michael Polanyi (1983) y como presupuesto fundamental el entendimiento de que situaciones de crisis propician momentos de tomadas de conciencia y estado de alerta que favorecen el pensamiento a operar de manera más flexible. (Aragão Gomes, 1994, 1997). Metodológicamente, optamos por presentar y analizar estos momentos a través de relatos autobiográficos, cuyo autor indicaba vivenciar momentos de crisis. Otros criterios fueron utilizados para componer el material a ser analizado: se trataba de personas reales y públicas; los relatos estaban disponibles en obras de fácil acceso; se trataba de personas en situación de crisis por ellas identificadas; presentaban situaciones de crisis de naturalezas distintas; eran personas con perfiles socioculturales, profesionales y de género distintos. De este modo, fueron seleccionados tres relatos autobiográficos: **Infiel**: la historia de una mujer que desafió el Islam (2007), de la escritora y política musulmana Ayaan Iris; **Aún soy yo**: memorias (2001), del actor Christopher Reeve y; **Confesiones de un filósofo** (2001), del filósofo Bryan Magee. En estas obras fueron analizadas distintas partes en las cuales identificamos operaciones y acciones de pensamiento que expresan rasgos de Diálogo Interno, organizado en las categorías que identificamos como relevantes para la identificación del Diálogo Interno: percepción de reacciones físicas, percepción de los propios sentimientos, percepción y juzgamiento del propio pensamiento, acción de cuestionamiento, búsqueda de la comprensión, observación e investigación empírica, percepción de su cambio de acción en el mundo, salida del condicionamiento y acción de resignificación. Las análisis realizadas refuerzan nuestro presupuesto de que el diálogo interno es una herramienta importante para accionar la atención vigilante del pensamiento, minimizando el automatismo habitual y propiciando la tomada de conciencia y la emergencia de pensamientos críticos y reflexivos. De esta manera, las consideraciones finales de esta tesis señalan para la necesidad del desarrollo de metodologías de enseñanza que contemplan el Diálogo Interno como contrapunto a las distintas vivencias cotidianas que refuerzan el automatismo del pensamiento y acción.

**Palabras clave:** Diálogo interno. Atención vigilante. Pensamiento flexible. Operación de pensamiento. Situación de crisis.



## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>12</b>
<b>1 AUTÔMATOS OU HUMANOS?.....</b>	<b>26</b>
1.1 A RIGIDEZ DA INFRA-ESTRUTURA TÁCITA/SISTEMA DE REFLEXOS, E AS POSSIBILIDADES DE PROPRIOCEPÇÃO E FLEXIBILIZAÇÃO .....	29
1.1.1 <i>A propriocepção do pensamento.</i> .....	32
1.1.2 <i>O “insight”</i> .....	35
1.1.3 <i>O diálogo como alternativa de propriocepção e possíveis mudanças no sistema de reflexos.</i> .....	37
<b>2 POR UMA COMPREENSÃO DO DIÁLOGO INTERNO .....</b>	<b>41</b>
2.1 O ENIGMA DO “DIÁLOGO DO INDIVÍDUO CONSIGO MESMO” .....	41
2.1.1 <i>Resignificando a noção de outro.</i> .....	42
2.2 QUANDO O DIÁLOGO DO INDIVÍDUO CONSIGO MESMO É VERDADEIRAMENTE “DIÁLOGO”? .....	44
2.3 A DEFINIÇÃO E AS ESPECIFICIDADES DO DIÁLOGO INTERNO .....	46
2.3.1 <i>Definição</i> .....	46
2.3.2 <i>Caracterização geral do diálogo interno</i> .....	47
2.3.3 <i>A contribuição do diálogo interno na produção de conhecimento.</i> .....	56
<b>3 UMA INVESTIGAÇÃO DOS RELATOS DE DIÁLOGO INTERNO APRESENTADOS POR INDIVÍDUOS EM SITUAÇÕES DE CRISE.....</b>	<b>58</b>
3.1 ANÁLISE DE RELATOS AUTOBIOGRÁFICOS EM SITUAÇÕES DE CRISE .....	61
3.1.1 <i>Uma análise com base em relato autobiográfico na crise de religiosidade.</i> .....	61
3.1.2 <i>Uma análise com base em relato autobiográfico na crise gerada por limitações físicas.</i> .....	80
3.1.3 <i>Uma análise com base em relato autobiográfico na crise profissional.</i> .....	103
3.2 CONTRIBUIÇÕES DO DIÁLOGO INTERNO.....	119
3.3 O DIÁLOGO INTERNO E A EDUCAÇÃO.....	120
3.3.1 <i>O diálogo interno: potencialidade natural da mente humana.</i> .....	120
3.3.2 <i>A educação cerceando a mente</i> .....	123
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>131</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>133</b>



## LISTA DE TABELAS

TABELA 2-1 – AÇÕES DO PENSAMENTO NO PROCESSO DE DIÁLOGO INTERNO. ....	47
TABELA 2-2– QUADRO COMPARATIVO ENTRE AÇÕES DO DIÁLOGO INTERNO E FASES DO PENSAMENTO CRIATIVO. ....	49
TABELA 3-1– COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM RELATO DE AYAAN SOBRE APRENDIZADO NA FACULDADE. ....	64
TABELA 3-2 - COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM RELATO DE AYAAN SOBRE DISTINÇÕES ENTRE EDUCAÇÃO NA SOMÁLIA E EDUCAÇÃO HOLANDESA. ....	67
TABELA 3-3 - COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM RELATO DE AYAAN SOBRE POSTURA DOS HOLANDESES FRENTE AOS REFUGIADOS. ....	69
TABELA 3-4 COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM RELATO DE AYAAN SOBRE SUA IRMÃ HAWEYA ..... 71	71
TABELA 3-5 - COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM RELATO DE AYAAN SOBRE CONFLITO ENTRE SUA CRENÇA RELIGIOSA E NOVAS IDÉIAS. ....	73
TABELA 3-6 - COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM RELATO DE AYAAN SOBRE SUA EXPERIÊNCIA NA UNIVERSIDADE.....	75
TABELA 3-7 - COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM RELATO DE AYAAN SOBRE SUA EXPERIÊNCIA COM NOVOS CONHECIMENTOS. ....	77
TABELA 3-8 - COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM RELATO DE AYAAN SOBRE CONVERSA COM COLEGAS DE QUARTO NA HOLANDA.....	79
TABELA 3-9 - COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM RELATO DE CHRISTOPHER REEVE SOBRE ACIDENTE. ....	81
TABELA 3-10 - COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM RELATO DE CHRISTOPHER REEVE SOBRE SEU PENSAMENTO APÓS TOMAR CONHECIMENTO DO NÍVEL DE GRAVIDADE DO SEU ESTADO FÍSICO. ....	83
TABELA 3-11- COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM RELATO DE CHRISTOPHER REEVE SOBRE SENTIMENTOS E PENSAMENTOS GERADOS PELO ACIDENTE. ....	86
TABELA 3-12 - COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM RELATO DE CHRISTOPHER REEVE SOBRE SUA CONCEPÇÃO DE RELACIONAMENTO E FAMÍLIA. ....	89
TABELA 3-13- COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM RELATO DE CHRISTOPHER REEVE SOBRE SUAS MUDANÇAS NA RELAÇÃO E PERCEPÇÃO DAS PESSOAS.....	91
TABELA 3-14 - COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM RELATO DE CHRISTOPHER REEVE SOBRE ESFORÇO REALIZADO NA FISIOTERAPIA PULMONAR. ....	94
TABELA 3-15 - COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM RELATO DE CHRISTOPHER REEVE SOBRE INVALIDEZ. ...	96
TABELA 3-16 COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM RELATO DE CHRISTOPHER REEVE SOBRE NOVOS PROJETOS DE VIDA. ....	98
TABELA 3-17- COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM RELATO DE CHRISTOPHER REEVE SOBRE NOVA VIDA APÓS O ACIDENTE. ....	100
TABELA 3-18- COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM RELATO DE CHRISTOPHER REEVE SOBRE REFLEXÕES GERAIS SOBRE ACIDENTE. ....	102
TABELA 3-19 - COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM RELATO DE BRYAN MAGEE SOBRE SITUAÇÃO DE CRISE. ....	107
TABELA 3-20 - COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM RELATO DE BRYAN MAGEE SOBRE CONCEPÇÃO DE VIDA ACADÊMICA. ....	111
TABELA 3-21- COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM NOVO RELATO DE BRYAN MAGEE SOBRE A VIDA ACADÊMICA. ....	114
TABELA 3-22- COMPONENTES DO DIÁLOGO INTERNO EM RELATO DE BRYAN MAGEE ANGUSTIAS EXISTENCIAIS. ....	117



## **INTRODUÇÃO**

Esta tese originou-se da reflexão sobre situações vivenciadas em sala de aula, durante nossa prática docente no ensino superior. Observamos, em grande parte dos alunos, dificuldades em desconstruir noções aprendidas e elaborar novas compreensões sobre elas. Ministrando disciplina de Filosofia, por exemplo, convidávamos os alunos a explicitarem suas compreensões sobre crítica. Todos tinham explicações a dar. No entanto, havia contradições entre as compreensões apresentadas pelos alunos, que geravam discussões confusas e sem fim entre eles. Em seguida, através do diálogo, fazíamos com que os alunos percebessem as contradições. Na evolução do diálogo, tentávamos construir, juntamente com eles, uma nova noção de crítica.

No entanto, apesar de inúmeros exemplos e muitas discussões, percebíamos que, ao serem surpreendidos com a necessidade de aplicar a referida noção, grande parte do alunos continuava fazendo uso da concepção antiga, como se nunca tivessem passado por momentos de diálogo e reconstrução. Além disso, esses alunos mostravam forte dificuldade em produzir compreensões próprias, permanecendo limitados a discursos prontos e estereotipados.

A reflexão sobre nossas experiências nos evidenciou semelhanças com os alunos em outros momentos nossos de desconstrução e elaboração de novas compreensões. Por muitas vezes vivenciamos circunstâncias nas quais atentávamos para o equívoco de determinadas concepções, mas éramos impulsionados por elas, quase de forma automatizada. Isto nos fez



inferir que, de imediato, a constatação intelectual<sup>1</sup> da necessidade de mudar uma forma de pensar, associada à intenção de fazê-lo, não são suficientes e determinantes da mudança.

A referida reflexão sobre nossa experiência também nos fez notar que, no processo de aprendizado, o pensamento passava por movimentos que envolviam ações de questionamentos, busca de explicações e formulação de novas compreensões. Observamos também, em meio a esse movimento, a forte presença do diálogo.

Nossa formação filosófica e a convicção sobre a necessidade de uma compreensão profunda e especializada, impulsionou-nos à investigação mais atenta sobre o processo do pensamento e sua relação com o diálogo. Partimos de questionamentos como: por que muitas vezes o pensamento parece nos dirigir? Por que a informação e até mesmo a discussão em sala de aula não são suficientes para mudar hábitos do pensamento e da ação? O que gera mudanças efetivas no pensamento e na ação de um indivíduo? Como se dá o movimento do pensamento<sup>2</sup>? Há algum elemento desencadeador? Qual a influência do diálogo nesse movimento?

Encontramos algumas aproximações entre as referidas questões e as preocupações e investigações desenvolvidas por Aragão (1994;1997) na linha de pesquisa “Estratégias de Pensamento e Produção de Conhecimento”. Em seu mestrado, Aragão (1994) realizou estudos sobre o movimento do pensamento ao longo da história, orientados por dois pressupostos fundamentais: a) o processo de construção do pensamento tem por base o que o homem vive socialmente<sup>3</sup>; b) o movimento social humano surge sempre na forma de momentos de crise<sup>4</sup>. A tese de Aragão (1997) também caminhou nessa direção – estudo dos modos de organização do pensamento ou do movimento do pensamento na perspectiva histórica e social. Também nos aproximamos de Aragão (1997), ao encontrarmos nas idéias de David Bohm, sua principal referência, um caminho fértil e com grande potencial para nos auxiliar na elaboração de respostas para nossos questionamentos.

---

<sup>1</sup> Através do uso de argumentos coerentes e consistentes.

<sup>2</sup> No sentido da desconstrução e reconstrução de conceitos e crenças. Ou seja, no que se refere à construção de uma compreensão.

<sup>3</sup> É a partir das diversas relações/interações que os homens estabelecem, entre si e com o mundo, que eles constroem os conceitos e categorias orientadores de suas ações, ao mesmo tempo em que estes influenciam as relações.

<sup>4</sup> As mudanças de pensamento, de organização social e de ações da sociedade são desencadeadas nos momentos de crise. Crise entendida não apenas como desequilíbrio, mas também como momento de perplexidade, estranhamento.



Segundo Bohm (1994), a atividade mental denominada “pensamento” ocorre de modo sistêmico, ou seja, nela há interação e mutua influência de diversos componentes como emoções e sentimentos; intelecto (conceitos; idéias; operações lógicas); artefatos humanos; e aspectos do corpo ligados ao pensamento (memória; sinapses entre neurônios – reações físico-químicas etc.). Esta idéia tem implicações como: a) o que foi pensado um dia fica na memória influenciando, de algum modo, o pensamento atual. Este, por sua vez, pode afetar o que ficou na memória ao mesmo tempo em que é afetado pelas interações com o meio. O mesmo ocorre com relação às emoções, aos artefatos humanos e ao processo físico-químico do corpo. Não há como estabelecer claramente as relações de causa e efeito porque estamos nos referindo a um sistema aberto e complexo; b) O modo como compreendemos o ato de pensar e sua relação com o mundo, traz conseqüências para o referido ato. Ou seja, se achamos que ao pensar sobre o mundo estamos apenas organizando mentalmente aquilo que já está organizado no mundo, e que nossa forma de pensar não exerce qualquer influência, então, não vamos perceber o modo como nosso processo de abstração afeta nossa percepção de realidade. Por exemplo: acabamos por esquecer que as divisões e limites estabelecidos em um mapa foram criações do nosso pensamento, assim como as divisões legais, e passamos a nos comportar como se aquilo, para ser modificado, não dependesse de mudanças no pensamento humano e nas ações e relações decorrentes desta mudança.

Na visão sistêmica do processo do pensamento apresentada por Bohm (1994), há uma interpretação do processo de aprendizado que merece destaque neste estudo. Segundo Bohm (1994) nosso aprendizado se dá, em grande parte, por repetição<sup>5</sup> de afirmações e ações nas vivências cotidianas. Do ponto de vista físico, no exato momento em que o indivíduo pensa uma dada afirmação, estão sendo estabelecidas sinapses correspondentes entre os neurônios. Sempre que esta afirmação emerge, ocorrem as sinapses correspondentes a ela. Quanto mais ela ocorrer, mais sinapses serão realizadas o que implicará no fortalecimento destas conexões (sinapses) entre os neurônios. Em outras palavras, quanto mais um dado padrão é repetido, mais forte as conexões entre neurônios (sinapses) se tornam. Estas conexões passam a atuar como um reflexo, ou seja, sempre que o indivíduo pensa sobre uma dada afirmação determinadas conexões entre os neurônios ocorrem automaticamente. O conjunto de pensamentos formulados por um dado indivíduo ao longo de toda sua vida, forma um sistema de reflexos.

---

<sup>5</sup> Não significa dizer que esta é a única forma de aprendizado.



Nesse sentido, a dificuldade na formulação de uma nova concepção de crítica, observada na maior parte dos alunos, parece ser fruto dessas conexões fortemente estabelecidas a partir de suas experiências.

Uma vez dentro deste sistema de reflexos, o que foi aprendido (novas idéias/crenças/conceitos, valores etc.) torna-se, segundo Bohm (1994), hábito do pensamento, ou seja, passa a fluir naturalmente como se tivesse vida própria, se apresentando, até mesmo de forma inconsciente, nos pensamentos, percepções e ações do indivíduo. Quando fortemente cristalizadas algumas idéias que fazem parte do sistema de reflexos agem como uma força conservadora, dificultando as mudanças e readaptações do pensamento, exigidas pela interação do indivíduo com o ambiente.

Segundo Bohm (1994), os reflexos nos são úteis porque na vida cotidiana precisamos de respostas rápidas. O grande problema não está na existência dos reflexos e, nem mesmo propriamente na sua rigidez, mas em nossa falta de percepção de que isso ocorre e da falta de uma atenção vigilante que seja capaz de perceber quando está ocorrendo e gerando problemas.

Bohm (1989), afirma que o processo do pensamento deve ser aberto ao novo, permitindo o constante aperfeiçoamento das representações construídas por ele. Deve haver dúvidas e novas percepções que possibilitem ao indivíduo propor idéias para investigação, que deverá gerar nova compreensão e a composição de suas implicações, até tomá-la como verdade (supondo ser verdadeira), mesmo que provisoriamente. Este processo de criação e construção do conhecimento só será possível com o desenvolvimento do que Bohm (1994, p.145, tradução livre) chama de “propriocepção do pensamento”<sup>6</sup>, ou seja, a capacidade de observação de como opera nosso próprio pensamento, tomando consciência de nossos pressupostos, do automatismo (reflexos) e de como ele está operando (de forma fechada, sempre dentro do sistema de reflexos, ou de forma aberta interagindo com o novo e, eventualmente, saindo do sistema de reflexos, trazendo assim, novidades para o sistema). Neste estudo, ao nos referirmos sobre a “operação do pensamento”, estaremos avaliando

---

<sup>6</sup> Significa a percepção do próprio pensamento.



alguma destas duas perspectivas: a) o processo fechado<sup>7</sup>; b) o processo aberto de propor, compor e supor<sup>8</sup>.

Segundo Bohm (1994) a propriocepção do pensamento poderá ser desenvolvida através do diálogo. O diálogo ao qual Bohm (1994) se refere é caracterizado da seguinte forma: 1) não tem um objetivo final e previamente estabelecido; 2) é um fluxo livre de significados; 3) os participantes do diálogo devem ter a postura de suspender seus pressupostos; 4) os participantes devem estar dispostos a compreender pontos de vistas diversos, sem julgamentos preconceituosos, e, inclusive, repensar seus próprios pontos de vista; 5) os participantes devem superar a competição e cultivar a amizade.

Outra significativa referência neste estudo foram as idéias de Michael Polanyi (1983) sobre a concepção de dimensão tácita do pensamento, apresentada em “The Tacit Dimension”. Texto produzido na década de sessenta, “Dimensão Tácita” contém argumentos que derrubam a idéia do caráter objetivo do conhecimento científico. As idéias de Polanyi são referência significativa nos estudos de Bohm (1994), que constrói explicações sobre a existência de elementos tácitos do pensamento do ponto de vista da operação do sistema do pensamento.

Polanyi (1983) nos fornece explicação para o automatismo do pensamento do ponto de vista do conhecimento. Segundo Polanyi (1983), o pensamento não é dirigido exclusivamente por aquilo que o indivíduo deseja, tem controle e consciência, mas também por um conhecimento silencioso o qual, na maioria das vezes, o indivíduo não tem consciência nem controle. Esse conhecimento silencioso é chamado de “*conhecimento tácito*”. Trata-se de um conhecimento que resulta da experiência de cada um. Essa experiência vai desde a situação de presenciar o proferimento de determinadas idéias sobre algo até sua própria performance de uma determinada habilidade. O conhecimento tácito está sempre ligado a um contexto e nele estão presentes emoções, paixões, sentimentos e não só aspectos lógicos e informativos. Ele dirige nossas percepções e ações. Nesse conhecimento são encontrados valores e crenças incorporados; idéias formadas;

---

<sup>7</sup>Pensamento automatizado, conduzido pelo hábito, no qual novas informações não exercem impacto significativo o suficiente para quebrar o reflexo estabelecido. Nesse sentido, o pensamento opera como um sistema fechado.

<sup>8</sup> Pensamento aberto ao novo, capaz de produzir questionamentos e buscar novas informações de modo a desestabilizar concepções e idéias fortemente estabelecidas e internalizadas. Nesse sentido o pensamento opera como um sistema aberto.





significações atribuídas; conceitos que construímos, significamos e ressignificamos a partir de nossa experiência de vida e das informações que recebemos, mesmo não tendo consciência disso. Ele é pessoal mas também social, porque incorpora tudo aquilo que compartilhamos socialmente.

O conhecimento tácito não foi sistematizado conscientemente pelo indivíduo, que, por esta razão, não tem consciência da sua existência. Conseqüentemente, é um conhecimento de difícil explicitação, formalização e comunicação. Trata-se de um conhecimento resultante da incorporação informal, na experiência, num dado contexto, de diversos conhecimentos e que está enraizado nas ações do indivíduo. Esta incorporação se dá através da interação social. Os *insights*, intuições estão relacionados a este tipo de conhecimento.

As idéias de Polanyi (1983) nos forneceram mais elementos a respeito do automatismo do processo do pensamento, do ponto de vista cognitivo, como complementação da abordagem de Bohm (1994), essa última na perspectiva do corpo – sistema de reflexos.

Também foi referência para nosso estudo a compreensão desenvolvida por Henrique Schützer Del Nero sobre a mente humana. Del Nero (1997) foi requisitado para nos fornecer o aporte da ciência cognitiva e da neurologia, no que se refere à importância da atenção e sua relação com a consciência. Segundo Del Nero (1997), atenção e consciência se completam. A atenção determina e transfere de modo imediato informações de grande relevância à consciência, bem como vasculha constantemente o que chega aos sentidos para se centrar no que poderá interessar. A decisão sobre o que realmente irá interessar será realizada pela consciência. Portanto, é na consciência que há a constante definição de objetivos, a construção de hipóteses, a formação de cenários. No entanto, ela precisa do auxílio da atenção que lhe presta o serviço fundamental de rastreamento das informações sensoriais. Segundo Del Nero (1997), a mobilização da atenção e do interesse se faz aparelhando o córtex com uma rica teia de informações de modo que suas teorias sempre encontrem, nos subsídios sensoriais, possíveis elementos de ressonância. Em outras palavras, isto significa que, quanto mais a atenção é mobilizada de diferentes formas para um dado objeto, maior se torna o escopo de significações dele. Um exemplo Del Nero (1997, p.303):



Imagine que uma criança está aprendendo o que é uma cadeira. Dizem-lhe que uma cadeira é algo que serve para sentar. Toda vez que seu córtex gerar hipóteses sobre cadeiras vai procurar apenas “sentar” na periferia como elemento de atenção. Por outro lado, se ensinarem que cadeiras são feitas de vários materiais, de várias formas, que servem para a vovó sentar e contar histórias, que podem voar em fábulas, as hipóteses geradas pelo córtex sob o rótulo cadeira encontrarão um sem número de elementos vindos da periferia para sincronizar e despertar interesse.

Segundo Del Nero (1997), sempre que um dado objeto é apresentado ao indivíduo com poucas correlações, este terá grande potencial em gerar problemas de motivação. Conseqüentemente, a atenção não se fixa porque faltam elementos para o reconhecimento de correlações significativas no mundo sensorial e/ou discursos e cenários. Quanto mais correlações são apresentadas, mais aumenta a motivação, o poder criativo de elaboração de hipóteses. Neste caso, a atenção estará sempre funcionando na busca de elementos para confirmar hipóteses. Del Nero (1997, p.304) afirma ainda:

[...] o estudo e o trabalho deverão ser alimentados ao máximo de significados paralelos, de busca de relações múltiplas para cada tema. Isso reaviva o processo de procura de respostas relevantes no mundo. Por outro lado, é um fato que, por vezes, essa atenção deve ficar suspensa, ausentar-se um pouco da sensorialidade e do mundo e debruçar-se sobre si.

A reflexão sobre os referidos autores e, em especial, sobre as idéias de Bohm acerca da importância do diálogo para o desenvolvimento da propriocepção do pensamento, nos impeliu aos seguintes questionamentos: Os momentos de diálogo propostos por Bohm, mesmo possuindo uma regularidade, não seriam insuficientes para o enfraquecimento do sistema de reflexos? Não seria necessário algo que acompanhasse o indivíduo de modo mais intenso?

Foi a partir destes questionamentos, associados à reflexão sobre nossa própria experiência de desconstrução e elaboração de novas compreensões, que iniciamos nossa aposta na função do diálogo interno para o desenvolvimento da propriocepção do pensamento e enfraquecimento do sistema de reflexos, gerando a possibilidade de mudanças de concepções, idéias. Quando da reflexão sobre nossas vivências, percebemos a presença



do diálogo e sua importância no processo de desconstrução, mas percebemos também, de modo mais forte e presente ainda, a relevância do diálogo interno nesse processo.

O diálogo interno, objeto deste trabalho, assemelha-se ao “pensamento criativo” apresentado por David Bohm (1989). A semelhança se dá com relação às três fases do pensamento criativo: propor, compor e supor. Não se trata, portanto, da idéia comum que se tem de diálogo interno – conversa do indivíduo consigo mesmo. Apesar de existir, no diálogo interno, a conversa do indivíduo consigo mesmo, ele diferencia-se da noção comum por ter um movimento peculiar, que passa por momentos de proposição, composição, suposição; por apresentar inúmeros momentos de interação com o outro; por evidenciar atitude do indivíduo de flexibilidade, abertura ao novo<sup>9</sup>, e aprendizado constante. Tudo isso fica evidente quando observamos as ações do pensamento do indivíduo em diálogo interno: 1) Percepção de reações físicas; 2) Percepção dos próprios sentimentos; 3) Percepção das próprias crenças e pressupostos; 4) Ação de questionamento; 5) Busca da compreensão; 6) Observação e investigação empírica; 7) Percepção das próprias ações; 8) Percepção/julgamento do próprio pensamento; 9) Tentativa saída do condicionamento; 10) Ação de resignificação; 11) Percepção de sua mudança de ação no mundo. A caracterização do diálogo interno será apresentada minuciosamente no capítulo dois desta tese. Sua relevância se dá na medida em que vivemos num mundo cuja demanda por mudanças rápidas e por pensamentos e ações criativas, cobra de nós grande habilidade para atendê-la.

Neste estudo, defendemos o diálogo interno como uma operação do pensamento capaz de contribuir de modo significativo para a atenção vigilante<sup>10</sup>, flexibilização e mudança no pensamento e na ação. O diálogo interno, através de sua operação peculiar, possibilita o desenvolvimento da propriocepção do pensamento e das ações do indivíduo. Em outras palavras, operar o diálogo interno possibilita o desenvolvimento de uma atenção vigilante e de uma consciência perspicaz<sup>11</sup>. Não estamos aqui nos referindo a estados alterados de consciência e sim de uma consciência como estado de vigília.

---

<sup>9</sup> A expressão “abertura ao novo”, neste estudo, significa considerar toda e qualquer informação que seja significativa no processo de investigação, mesmo que, posteriormente, possa ser posta em questão e colocada em suspensão ou até mesmo descartada.

<sup>10</sup> Atenção cuidadosa ao sistema do pensamento – pressupostos, sentimentos, crenças, modo de operação. Entendemos que esta atenção vigilante não significa um tipo de atenção que paralisa o indivíduo, e sim uma atenção que, na medida em que é praticada pelo indivíduo, passa a ser uma atitude natural, ocorrendo em tempo real paralelamente às outras atividades mentais.

<sup>11</sup> Consciência que envolve não só atenção ao ambiente, aos aspectos sensoriais, e ao corpo, mas também aos aspectos relacionados ao próprio pensamento.



Cada uma de nossas escolhas teóricas foi cuidadosamente eleita não só pelos subsídios teóricos que nos forneciam, mas também em função da postura dos autores em favor do estudo interdisciplinar, da atitude constante de abertura ao novo, e da disponibilidade para o diálogo. A opção por David Bohm, nossa principal referência, se deu pelos seguintes fatores:

- Sua formação e postura de rigor científico.
- Apresentação de uma compreensão do pensamento compatível com o conhecimento teórico da neurociência sobre a mente e suas funções, segundo a qual, a mente necessita de interação e novos aprendizados a cada dia.
- A disponibilidade para o diálogo com diversas áreas do conhecimento e interlocutores variados, incluindo aqueles que não são considerados “falantes qualificados” pela comunidade científica, sem, com isso, desconsiderar a racionalidade e o rigor científico, e mais, numa postura de autocrítica e de criticidade com a própria ciência.
- Por termos encontrado em sua argumentação fundamentos teóricos para as evidências, apresentadas neste trabalho, de que há uma forma de operação do pensamento na qual é favorecida a flexibilidade do pensamento e a desconstrução de crenças já internalizadas, possibilitando novas construções.

A escolha do pensador Michael Polanyi se deu como reforço explicativo para a argumentação sobre o modo de operação do pensamento defendido por David Bohm. Polanyi foi referência teórica de David Bohm no que se refere a concepção de infra estrutura tácita do pensamento, o que reforça a sua importância.

Os aspectos que justificaram a utilização do referencial teórico produzido por Henrique S. Del Nero foram os que seguem:



- Sua compreensão da mente como fortemente dependente de interação com o mundo e aprendizado;
- A necessidade de ter uma fundamentação especializada no modo como cérebro e mente operam;
- A preocupação do autor em relacionar mente e educação e em apontar os perigos de uma educação que desconhece o modo de operação da mente seguindo orientações que, ao invés de favorecer seu desenvolvimento, sítiam a mente e embotam suas potencialidades.

Assim, com alicerce na teoria da mente de Henrique Del Nero, e na compreensão do pensamento proposta por Michael Polanyi e, principalmente, David Bohm, empreendemos o desenvolvimento desta tese. Além disso, compactuamos com a aposta de David Bohm na relevância do diálogo para a percepção, atenção e possível transformação do pensamento. No entanto, pretendemos, neste estudo, ampliar a compreensão de Bohm sobre a importância do diálogo para a atenção no pensamento e evidenciar, no diálogo interno, a visão que aponta para uma forma de dialogar intensa, atuante, e, por isso, de forte impacto na flexibilização e mudança do pensamento.

Este estudo também se aproxima da investigação de Aragão (1994) por compartilhar a aposta de que é no momento de crise que há a transformação das relações e das representações humanas evidenciadas no pensamento e no discurso. A capacidade humana de mudança é condição *sine qua non* de sua sobrevivência no mundo. Assim, observar a forma de operação do pensamento, bem como os fatores de dificultam sua mudança, é fundamental em um mundo de transformações rápidas e constantes, que exige um indivíduo capaz de lidar de forma rápida e eficaz com situações complexas.

Acreditando que situações de crise ou desequilíbrio desencadeiam o movimento do pensamento, ao mesmo tempo em que se tornam parte dele, optamos por evidenciar nossa tese a partir de relatos autobiográficos de pessoas em situações de crise. Em meio a dez relatos investigados foram definidos três por se apresentarem em crises de naturezas distintas: questionamento de crenças e costumes; questionamentos gerados por situação-limite; questionamento existencial. A escolha dos relatos se deu com base nos seguintes critérios:



- Pessoas reais e públicas. Uma vez que se trata de um estudo científico não poderíamos trabalhar com personagens de ficção já que são fruto da imaginação e, por isso, não serviriam de evidência empírica. O fato de serem pessoas públicas e de seus relatos estarem à disposição do público em geral facilita o acesso às obras e sua investigação minuciosa;
- Pessoas em situação de crise em função dessa ser fator desencadeador do movimento do pensamento;
- Escolhemos as obras de Ayaan Hirsi, Christopher Reeve, e Bryan Magee por apresentarem crises de naturezas distintas, possibilitando assim, a observação de regularidades mesmo em situações contextuais diferentes. São elas respectivamente: questionamento de crenças e costumes; questionamentos gerados por situação-limite; questionamento existencial;
- O fato dos autores evidenciarem, em seus relatos, a forma de operação do pensamento que denominamos “diálogo interno”, apesar de terem perfis bastante distintos uns dos outros como: a) desempenho de diferentes profissões; b) terem nível social distinto; c) pertencerem a sociedades e culturas diferentes; d) sexo distinto. Isto significa que, apesar de possuírem grandes diferenças, os autores têm algo em comum e que é próprio do humano independentemente de fatores contextuais – o diálogo interno possibilitando mudanças no pensamento e nas ações. Ou seja, todos nós humanos somos um laboratório e podemos observar, experimentar e comprovar a tese de que o diálogo interno pode ser um grande aliado da mudança individual e coletiva.

Essa tese, em reforço ao estudo de Aragão (1994), assume a responsabilidade de uma análise do diálogo interno e da atenção vigilante ao pensamento, na perspectiva do indivíduo. Não significa, no entanto, que estejamos nos referindo a um indivíduo isolado do mundo, distante do outro. Ao contrário, trata-se de um indivíduo cujo pensamento é socialmente construído a partir da linguagem e que, conseqüentemente, possui componentes culturais, históricos e sociais. No entanto, este indivíduo, sujeito ativo no mundo, contribui na construção de representações, na formulação de novas compreensões. É neste escopo



que pretendemos investigar a operação e a atenção ao pensamento do indivíduo no processo de desconstrução, e elaboração de novas concepções e idéias. Entendemos que esta desconstrução e reconstrução só se dão no diálogo e na inter-relação entre este indivíduo e o outro.

Também trouxemos algumas implicações deste estudo para a reflexão sobre a educação e seus mecanismos de automação do pensamento. Quando nos referimos à educação não estamos apenas pensando no processo formal de educação, com suas instituições (escolas, universidades, órgãos relacionados) e aqueles que a constituem (professores, alunos, coordenadores, diretores etc). Estamos nos referindo também ao processo informal de educação que significa a troca de informações, idéias, conceitos, símbolos, valores, posturas éticas e experiências constantemente vivenciados por nós no cotidiano. Significa o modo de vida que levamos, aquilo que ensinamos ao outro, através de nossas ações e omissões. Sobre isso Brandão (2005, p.9, p.10) afirma:

[...] Não há uma forma única nem um único modelo de educação; a escola não é o único lugar onde ela acontece e talvez nem seja o melhor; o ensino escolar não é a sua única prática e o professor profissional não é seu único praticante.

[...] da família à comunidade, a educação existe difusa em todos os mundos sociais, entre as incontáveis práticas dos mistérios do aprender; primeiro sem classes de alunos, sem livros e sem professores especialistas; mais adiante com escolas, salas, professores e métodos pedagógicos.

Essa educação que, em nosso cotidiano nos molda, exige tanta atenção de nós educadores quanto o processo formal. Ela tanto pode ser uma grande aliada do processo formal de educação quanto pode ser uma grande inimiga, aliás, poderosa inimiga. Isto porque a educação informal não tem tempo determinado para acontecer, nos acompanha a todo instante e acontece tão naturalmente que não percebemos sua atuação, daí a importância do desenvolvimento de uma atenção vigilante ao pensamento e às ações. A educação formal não tem tanto poder quanto se imagina, muito pelo contrário, ela faz muito pouco se seus condutores não percebem que precisam aliar-se à essa outra forma de educação para conseguir algum êxito. A reflexão que será empreendida ao final deste estudo seguirá esse pressuposto e esse foco de investigação.



---

A tese encontra-se estruturada em três capítulos. No primeiro capítulo, apresentamos os fundamentos teóricos de nossa compreensão do pensamento, com um breve estudo das proposições de David Bohm e Michael Polanyi. Neste capítulo pretendemos iniciar a discussão sobre a importância do diálogo na flexibilização e mudança do pensamento e na formação de um indivíduo autônomo.

O capítulo segundo foi reservado à elaboração de uma compreensão do diálogo interno. Não se trata da concepção comum de diálogo interno, mas daquele diálogo interno que gera, no indivíduo, mudanças de compreensão e de ação. O objetivo deste capítulo é trazer um novo olhar para esta potencialidade humana tão pouco explorada em termos de sua contribuição no processo de aprendizado.

No terceiro capítulo apresentamos evidências do papel do diálogo interno no desenvolvimento da atenção vigilante e na conseqüente flexibilização do pensamento – abertura ao novo e resignificação. Isto é feito com base em relatos autobiográficos, reais, de pessoas em situação de crise. Além disso, elaboramos uma reflexão sobre sua contribuição como ferramenta de aprendizado. Este capítulo tem como objetivo trazer a compreensão de diálogo interno apresentada no capítulo quatro para o mundo dos fatos e mostrar a sua contribuição no processo educativo.

Nossa expectativa é que este estudo evidencie mais uma perspectiva de investigação, tendo no estudo interdisciplinar envolvendo a filosofia, a ciência cognitiva, e a neurociência, ferramentas valiosas no estudo do pensamento e da função do diálogo no processo de desconstrução e resignificação de conceitos e crenças.

Pretendemos contribuir para a reflexão sobre a formação de indivíduos mais conscientes de suas ações, mais autônomos e criativos. Em particular, para a compreensão de que o diálogo interno pode vir a ser, em termos práticos, um instrumento eficiente e bastante natural de formação do indivíduo, uma vez que, cada um de nós, é seu próprio laboratório e já tivemos a vivência do diálogo interno. É fácil nos reconhecermos neste processo, e, por isso, compreendê-lo. Portanto, as reflexões e compreensões deste estudo poderão servir como ponto de partida para a elaboração futura de novas metodologias de ensino capazes de levar o aluno ao diálogo interno de modo natural e espontâneo, uma vez





---

que o modo de operação do diálogo interno corresponde ao modo como a mente humana passou a operar no processo de evolução.



## 1 AUTÔMATOS OU HUMANOS?

Em nossa vida cotidiana experienciamos situações que podem gerar, num indivíduo mais atento e inquiridor, a impressão de estar desprovido de autonomia e controle de si próprio. São circunstâncias nas quais o corpo, os sentimentos, e até os pensamentos parecem operar de forma automática, sem que se tenha um controle consciente e capacidade de direcioná-los conforme uma dada intenção. Vejamos a seguir algumas delas.

A Situação na qual um indivíduo, mesmo com a atenção deslocada para algo externo ao momento (aquilo que denominamos “no mundo da lua”), é capaz de dirigir seu automóvel até sua casa sem cometer erros de percurso. Muitas vezes, ele próprio se pergunta como conseguiu tal peripécia. Comumente, a respeito destas situações, afirmamos que “ligamos o piloto automático” e conseguimos chegar a casa.

Há também aquelas situações, bastante conhecidas por todos nós, nas quais “agimos por impulso” ou “agimos sem pensar” ou “fazemos algo sem querer”. A sensação que em geral temos é que somos dominados por algo, que age independentemente da nossa vontade. Podemos elencar inúmeros agentes dominadores: raiva; medo; determinadas crenças; valores etc. Por exemplo: quando o indivíduo, sempre que se percebe sendo criticado, reage imediatamente com atitudes agressivas e sentimentos de raiva e ressentimento. Muitas vezes, por mais que o referido sujeito saiba que tem dificuldades em receber críticas; por mais que tenha conhecimento dos pensamentos que emergem nesta hora e tenha o entendimento de que estes estão repletos de falsas crenças, ele não consegue ter o controle sob seus pensamentos e emoções, reagindo de forma automática, sempre da mesma forma.

Por fim, outro exemplo evidencia-se no caso de um indivíduo que na infância aprendeu a jogar tênis sem técnica e, após longo tempo longe das quadras, retorna tendo aulas com um professor de técnica apurada. Ele sentirá grandes dificuldades em corrigir movimentos aprendidos de forma equivocada anteriormente. Por mais atenção e acuidade que tenha nos próprios movimentos, estes parecem ter vida própria, ou melhor, um aparente temperamento forte, autoritário e inflexível, estando, dessa forma, inabilitados a receber novas instruções que mudam seu habitual modo de agir.



Dados os exemplos, algumas questões emergem: 1) Como explicar o fenômeno apresentado? 2) Afinal, somos seres humanos, livres e conscientes ou alguma espécie de autômatos? 3) É possível o ser humano agir, em alguns momentos, de forma consciente, autônoma e não automática? 4) De que modo pode haver flexibilidade no pensamento e espaço para reaprendizados na mente humana?

A busca por respostas às referidas questões nos impelem lançar o olhar para as idéias de dois pensadores contemporâneos da ciência cognitiva e filosofia: David Bohm e Michael Polanyi. A despeito de terem desenvolvido argumentos que tratavam de questões distintas das apresentadas neste estudo, estes pesquisadores podem nos fornecer noções acerca do pensamento que podemos utilizar como explicações consistentes e coerentes do fenômeno acima explicitado.

Segundo Bohm (1994) o pensamento opera como um sistema no qual estão implicados os seguintes elementos: pensamentos, passados e presentes, do indivíduo e partilhados pela sociedade; emoções do indivíduo; aspectos físicos e químicos do corpo, e aspectos psicológicos. Ele é uma extensão do processo corporal e como tal consiste em uma “estrutura neurofisiológica de reflexos” (BOHM, 1994, p.X, tradução livre). Significa que o sistema do pensamento incorpora tudo o que pensamos repetidamente, transformando em reflexo. Ou seja, a repetição de uma dada informação grava no sistema (memória, conexões entre neurônios) a referida informação, na forma de reflexo condicionado. Mesmo as percepções e pensamentos criativos, ou seja, que estão fora do sistema, ao serem incorporados no sistema, acabam se transformando em reflexos.

Bohm (1994) afirma que uma considerável porção do nosso aprendizado se dá pelo estabelecimento de reflexos condicionados. Por exemplo: aprender a dirigir, escrever ou jogar tênis; aprender regras e princípios lógicos etc. Os reflexos têm grande utilidade para nós, mas precisam ser percebidos e modificados quando necessário.

Os reflexos agem por si, independentemente da nossa consciência e até mesmo em detrimento da nossa vontade, em muitos casos. Segundo Bohm (1994, p.119, tradução livre), “o pensamento simplesmente segue como se fosse uma máquina, apesar de não ser uma máquina”. Esta é a explicação para o fenômeno em questão – o suposto automatismo humano - com base na concepção de pensamento proposta por Bohm. Somos conduzidos



pelo sistema de reflexos e não estamos atentos o suficiente para perceber quando isso ocorre, ou seja, não desenvolvemos um mecanismo de percepção do que ocorre com nosso próprio pensamento.

Explicações complementares podem ser encontradas na tese de Michael Polanyi (1966, p.14, tradução livre) acerca do processo de conhecimento tácito - “Tácit knowing”. Segundo o autor, há uma dimensão tácita de conhecimento que é construída independentemente da nossa consciência dela, cuja existência se deve a uma vivência íntima e própria de cada indivíduo. Por ser inconsciente e não se formar a partir de regras e princípios explícitos, ela é de difícil explicitação e dirige sub-repticiamente nossas ações, habilidades, pensamentos, movimentos, sentimentos, compreensões e nosso processo cognitivo de uma forma geral. Segundo Polanyi, todo conhecimento humano necessariamente tem uma dimensão tácita. Assim, as habilidades que um indivíduo adquiriu na infância ao aprender a jogar tênis fazem parte dessa dimensão tácita de seu conhecimento sobre jogar tênis e, muitas delas ele não é capaz de explicitar facilmente.

A tese de Polanyi, em associação as idéias de Bohm, é um significativo elemento no esclarecimento acima proposto. Os movimentos aprendidos nas aulas de tênis da infância; o caminho repetidamente seguido para casa; e os pensamentos acerca de si mesmo inconscientemente processados na presença de uma crítica; passaram a compor o sistema do pensamento tacitamente. Tornaram-se reflexos condicionados, que simplesmente agem na presença de determinados estímulos. Nestas circunstâncias, o sistema do pensamento age sobre nós e não o contrário. De um certo modo, apesar de apresentarmos características físicas que nos distanciam daquilo que definimos como “autômatos”, em grande parte do tempo, agimos como tal.

A síntese das idéias de Bohm e Polanyi leva-nos a busca de mecanismo do pensamento que possa contribuir, direta ou indiretamente, na percepção e mudança na **Infraestrutura tácita do pensamento**, que age fortemente sob os humanos, ora de modo sutil, ora de forma imperiosa, mas com uma presença constante. A infra-estrutura tácita do pensamento envolve: conhecimentos, crenças, pensamentos, sentimentos, aspectos psicológicos do indivíduo, aspectos físicos e químicos. Ela tem poder sobre nossas ações, emoções, percepções, estados corporais, cognição. Funciona como um “software” fazendo operar de forma integrada corpo e mente humanos, mas que necessita de atualização a cada



nova exigência da realidade e da vivência humana. No entanto, esta atualização não é de fácil realização porque o sistema do pensamento não foi adequadamente treinado para perceber seu próprio funcionamento e assim detectar as incoerências provocadas por ele. Além disso, são desenvolvidos, dentro do próprio sistema, mecanismos de defesa que preservam a estabilidade do sistema. É sobre estes mecanismos e as alternativas para modificá-los que iremos tratar em seguida.

### **1.1 A rigidez da infra-estrutura tácita/sistema de reflexos, e as possibilidades de propriocepção e flexibilização**

O pensamento tem produzido enormes efeitos aparentes. E, como discutiremos a seguir, ele produz enormes efeitos no interior de cada pessoa. Contudo a suposição tácita geral sobre o pensamento é a de que ele apenas diz a você como as coisas são e ele próprio não está fazendo nada – de que 'você' está lá dentro decidindo o que fazer com a informação. Porém eu devo dizer que você não decide o que fazer com a informação. A informação assume o controle. Ela dirige você. O pensamento controla você. O pensamento, no entanto, dá a falsa informação de que você está controlando ele, você é quem controla o pensamento, quando, na verdade, o pensamento é quem controla cada um de nós. Até o pensamento ser compreendido – ou melhor, mais que compreendido, percebido – ele irá, de fato, nos controlar; mas ele irá criar a impressão de que é nosso servo e está apenas fazendo aquilo que nós desejamos que ele faça. Esta é a dificuldade. O pensamento está participando e dizendo que não está. Mas ele está tomando parte de absolutamente tudo. (BOHM, 1994, p.5, tradução livre)<sup>12</sup>

Há dois grandes problemas no que se refere à *atualização do software* do qual falamos anteriormente: 1) nossa dificuldade em identificar no sistema aquilo que gera incoerências<sup>13</sup>, e, portanto, precisa ser renovado; 2) a rigidez dos reflexos. Os referidos problemas são causados por uma falha no próprio sistema.

---

<sup>12</sup> Thought has produced tremendous effects outwardly. And, as we'll discuss further on, it produces tremendous effects inwardly in each person. Yet the general tacit assumption in thought is that it's just telling you the way things are and that is not doing anything – that 'you' are inside there, deciding what to do with information. But I want to say that you don't decide what to do with the information. The information takes over. It runs you. Thought runs you. Thought, however, gives the false information that you are running it, that you are the one who controls thought, whereas actually thought is the one which controls each one of us. Until thought is understood – better yet, more than understood, *perceived* – it will actually control us; but it will create the impression that it is our servant, that it is just doing what we want it to do. That's the difficulty. Thought is participating and then saying it's not participating. But it is taking part in everything. (BOHM, 1994, p.5)

<sup>13</sup>Segundo David Bohm (1994) o termo “incoerência” é sinônimo de inconsistência, conflito, confusão, contradição.



Segundo Bohm (1994), há uma crença socialmente compartilhada de que o pensamento apenas diz como as coisas são, ou seja, ele não interfere em absolutamente nada. Esta crença nos impossibilita perceber a própria ação do pensamento e faz com que este aja livremente sem que tenhamos consciência disso. Nossa falta de consciência acerca da atuação do pensamento, em nós próprios e em nossa percepção de realidade, associado a fatores como: repetição, crenças e emoções poderosas, reflexos defensivos, e a própria química do sistema do pensamento, contribuem para o enrijecimento dos reflexos.

Segundo Bohm (1994) quanto mais repetimos um padrão, no qual está envolvida uma dada percepção, associada a um determinado pensamento, que, por sua vez gera certos sentimentos, mais fortes se tornam as sinapses dos neurônios relacionados a estes elementos. Passado certo tempo, estas conexões tornam-se rígidas, cristalizadas e de difícil mudança. A química e a física do processo neurofisiológico assumem aquele padrão e o transformam em hábito. Além disso, os reflexos tendem a se defender frente a evidências de que possam ser enfraquecidos. Por exemplo: um indivíduo pode se sentir inferior e adotar uma postura agressiva sempre que recebe algum tipo de crítica. Perscrutando os pensamentos acionados no momento de cada crítica, suponhamos que ele tenha encontrado a presença forte do seguinte pensamento: “se alguém me critica significa que eu não sou bom, sou inferior, sou fraco”. Este pensamento vem acompanhado de vários sentimentos: inferioridade, raiva, repulsa ao crítico. Suponhamos ainda que o referido indivíduo tivesse um instante de lucidez e percebesse estes pensamentos, o que poderia ser um primeiro passo para a saída do condicionamento. No entanto, imediatamente, aparecerão reflexos defensivos. Estes seriam pensamentos que contribuiriam para manter o reflexo anterior. Por exemplo, o indivíduo poderia pensar o seguinte: “toda a sua ira e seus sentimentos ruins e sua atitude justifica-se por ter sido ofendido, insultado pelo crítico”.

Ademais, existem determinadas crenças e emoções que contribuem significativamente para a rigidez das conexões. Um delas é a crença de que algo é necessário, ou seja, não pode ser de outra maneira. Podemos encontrar evidências cristalinas disso no pensamento religioso, em especial no relato autobiográfico Ayaan Hirsi<sup>14</sup>(2007,

---

<sup>14</sup> Mulher de origem somali, conhecida por suas severas críticas ao Islamismo. Refugiou-se por muitos anos na Holanda onde foi eleita deputada em 2003. Criou lei contra mutilação genital feminina praticada no interior de comunidades islâmicas na Holanda. Produziu, juntamente com o cineasta Théo Van Gogh (assassinado por grupo islã), filme denominado “Submission” no qual denuncia crueldades islâmicas contra as mulheres. Defende abertamente que o Islamismo é incompatível com o estado de direito, pois não admite críticas. Em



---

p.85): “Sempre que ouvíamos falar em uma execução ou apedrejamento, minha mãe dizia: 'É a lei de Deus, é a vontade de Deus, quem pode julgá-la?’” A noção de necessidade está sempre atuando em nosso pensamento e gera um reflexo muito poderoso.

Apesar dos mecanismos de fortalecimento dos reflexos e da nossa dificuldade em perceber a ação do pensamento, Bohm (1994) afirma existirem evidências do *incondicionado*, ou seja, de um nível de inteligência ou de pensamento que não faz parte do sistema, embora possa vir a ser incorporado a ele. Estas evidências podem ser encontradas, por exemplo, na história da ciência. São casos nos quais há um rompimento no padrão do pensamento e o conseqüente aparecimento do novo. Segundo Bohm (1994) uma possibilidade de saída do condicionamento está no desenvolvimento de uma espécie de *propriocepção do pensamento*, que poderá gerar no indivíduo um tipo de inteligência capaz de sair dos reflexos.

O termo “propriocepção”, concebido na neurologia muscular, denota um tipo de autopercepção do corpo na qual o indivíduo é capaz de perceber a movimentação de qualquer parte do seu corpo e saber que o referido movimento partiu de sua própria intenção. Normalmente isto é feito de forma imediata e sem pausa para pensar, ou seja, em tempo real - a percepção e a ação acontecem ao mesmo tempo. Por exemplo, quando estamos sentados em frente ao computador escrevendo atentamente um texto, mesmo assim, estamos conscientes do nosso corpo tocando a cadeira, dos dedos no teclado, dos movimentos das mãos e braços, mesmo não estando diretamente pensando e tomando decisões com relação a eles. Sem esta habilidade corporal o indivíduo torna-se incapaz de desempenhar atividades básicas como caminhar, virar-se na cama, etc. porque não saberia distinguir os movimentos que vem de si e aqueles independentes dele. Além disso, Bohm (1994) afirma haver em indivíduos bem treinados como atletas, bailarinos, pianistas, *grande qualidade de propriocepção* (mais treino em ver e controlar a relação entre intenção do movimento e o movimento). Isto significa que a referida propriocepção pode ser aperfeiçoada, sofisticada.



Semelhantemente ao reflexo muscular, Bohm (1994) considera o pensamento/sistema de reflexos como parte de um movimento corpóreo. No entanto, trata-se de algo mais complexo, sutil e mutável. Veja citação:

[...] não vejo porque eu deva distinguir o que ocorre no cérebro do que acontece em qualquer lugar do corpo, ou o que acontece no pensamento do que ocorre com os músculos ou com qualquer outra coisa. Eles são todos basicamente similares, embora distintos em muitos aspectos. (BOHM, 1994, p.127, tradução livre)<sup>15</sup>

Assim, uma vez constatada a existência da propriocepção do corpo, deve haver também a *propriocepção do pensamento*<sup>16</sup>. Bohm (1994) aventa a possibilidade do pensamento perceber sua própria atuação. Em outras palavras, ele sugere que exista um tipo de atenção da atividade de pensar na qual o indivíduo perceba a intenção de pensar; note os resultados, internos e externos, de um dado pensamento; e dê conta da mútua influência entre pensamento e percepção, sentimentos, e reações corporais.

A explicação de Bohm (1994) sobre a propriocepção do pensamento será apresentada no sub-item a seguir.

### **1.1.1 A propriocepção do pensamento.**

A propriocepção sugerida por Bohm (1994) funciona como um olhar atento e cuidadoso para o pensamento. Isto significa observar não só os pensamentos que ocorrem numa dada situação, mas as suposições que estão por trás deles além dos sentimentos e reações corporais gerados. Outra contribuição está na percepção das incoerências geradas pelo próprio pensamento. Bohm (1994, p.82, p89) defende a importância de pôr em palavras o pensamento, bem como de investigar o sistema como um todo. Estas duas ações têm que ocorrer conjuntamente. Veja citação:

---

<sup>15</sup> [...] I don't see why I should distinguish what goes on in the brain from what goes on anywhere in the body, or what goes on in thought from what goes on with the muscles, or with anything. They are all basically similar, though different in many ways.<sup>15</sup> (BOHM, 1994, p.127)

<sup>16</sup>Entendemos que David Bohm (1994) prefere utilizar sempre esta expressão para evitar interpretações equivocadas. Textualmente o referido autor deixa claro não estar se referindo a autoconsciência, entendida por ele como uma análise complexa de si mesmo. Também distingue a propriocepção de introspecção argumentando que nesta o indivíduo vê o que foi gerado pelo pensamento e apresentado como percepção e não o pensamento e suas ações.





[...] O ponto é que as palavras são a forma de colocar o pensamento em evidência, o qual geralmente funciona implicitamente sem que estejamos cientes dele. (BOHM, 1994, p.89, tradução livre)<sup>17</sup>

[...] Estou dizendo para observar não apenas palavras. Quando você diz as palavras- as verdadeiras palavras que expressam o modo como você de fato pensa- seu corpo responde. Você pode dizer ' Aquela pessoa me feriu; estou com muita raiva' , e então, você encontra nas palavras ' Estou com raiva porque ela fez isso, isso e isso; e quando alguém faz isso e isso comigo é necessário que eu tenha raiva e me sinta ferido ou o que quer que seja'. Então se você encontrou as palavras certas, e você percebe, você verá que o corpo reage. Esta seria uma boa demonstração de como o sistema funciona. (BOHM, 1994, p.82, tradução livre)<sup>18</sup>.

Trazendo maior sensibilidade e lucidez ao indivíduo, a propriocepção pode funcionar, no sistema de reflexos, como um agente enfraquecedor, atuando insistentemente e continuamente, podendo com isso gerar algum tipo de mudança. No entanto, não necessariamente ocorrerá a extinção do reflexo. Tomar conhecimento do reflexo não é suficiente para modificá-lo porque a parte intelectual do sistema não toca diretamente os reflexos (há um condicionamento físico e químico)<sup>19</sup>. Neste aspecto, Bohm (1994) assume uma postura bastante cautelosa ao argumentar que a referida propriocepção tem como objetivo principal aprender sobre o processo do pensamento, e os benefícios advindos daí serão vantagens adicionais trazidas pelo aprendizado.

Portanto, o mais importante é **desenvolver o espírito do aprendizado** em detrimento do esforço em livrar-se dos reflexos a qualquer custo. A explicação é simples: não podemos nos livrar de um sistema inteiro de reflexos, até porque eles nos são, de algum modo, úteis no cotidiano. O importante é torná-los menos rígidos, mais flexíveis e, segundo Bohm (1994), a forma mais eficiente é desenvolvendo uma atitude favorável a tal empreendimento – do aprendizado constante. Neste estudo compartilhamos com Bohm (1994) esta compreensão acerca dos reflexos e de sua importância em nosso cotidiano. Não

---

<sup>17</sup> [...] The point is that the words are a way of bringing the thought into evidence, whereas often it works implicitly without your being aware of it. (BOHM, 1994, p.89)

<sup>18</sup> [...] I'm saying to watch not only the words. When you say the words – the true words expressing the way you really think – your body is going to respond. You may say ' I've been hurt by that person; I'm very angry', and then you find out in words, ' I'm angry because he did this and this and this; and when anybody does this and this and this to me it's only right and necessary for me to get angry or hurt, ou whatever'. Then if you have found the right words, and you watch, you will see that the body responds. That will be a nice demonstration of how the system works. (BOHM, 1994, p. 82)

<sup>19</sup> Talvez isto explique porque, ao recebermos novas informações, na maioria das vezes não conseguimos internalizá-las imediatamente, ou seja, torná-las parte do nosso pensamento e da nossa prática. É comum adotarmos uma dada idéia apenas em discurso e nos pegarmos, sem que seja nossa intenção, praticando o contrário ou escorregando no discurso cometendo pequenas incoerências verbais – aquilo que chamam comumente de “ato falho”.



fazemos propriamente uma inquisição do sistema de reflexos, mas buscamos um modo de operar o pensamento que atue como um contraponto aos reflexos, a fim de que o pensamento opere de modo equilibrado, dando vazão àquelas potencialidades que dizem respeito ao desenvolvimento de consciência, autonomia e criatividade.

Sobre a disposição para o aprendizado constante, a neurociência, representada nas palavras de Del Nero (1997, p.305) afirma:

Grandes inteligências e grandes conquistas são menos questão de capacidade de processamento e mais capacidade de estar apto a extrair pistas relevantes em cada processo. As chamadas pessoas dotadas de grande sensibilidade ou de capacidade de “descobrir coisas” têm na verdade uma atenção de rastreamento imensa, usando toda a informação ambiental para, de maneira rápida, corrigir a rota de seu discurso e de suas condutas.

Esta afirmação de Del Nero (1997) evidencia o modo como a mente opera no processo criativo. A mente necessita de diversas entradas, ou seja, precisa receber muitas informações significativas de modo que estas, ao longo do processo, possam modificar o pensamento, levando-o a percorrer novas rotas.

Bohm (1994) sugere uma nova compreensão sobre o “ato de pensar” na qual o indivíduo não está completamente sujeito ao condicionamento, ou seja, dominado pelos reflexos, porque nela o pensamento é algo presente, atual, ativo e vivo. No ato de pensar o indivíduo exercita sua capacidade de escolha e mudança (de pensamentos, sentimentos, ações). Bohm diz que o ato de pensar surge quando as coisas não estão funcionando e defende que o pensamento criativo é aquele que está sempre aberto ao desconhecido, ao novo. Para isso precisamos compreender que o pensamento é também uma representação do real e como tal está sujeito a erros, imprecisões, e incertezas.

Sobre a proposta de Bohm (1994) acerca da flexibilização ou redução da rigidez dos reflexos, entendemos ser necessário um esclarecimento: reflexos são, por definição<sup>20</sup>, rígidos e, por esta razão, entendemos não ser possível torná-los, em si, menos rígidos. Assim, quando nos referirmos neste estudo a “flexibilização dos reflexos”, “flexibilização do pensamento”, “flexibilização da infra-estrutura tácita”, estamos nos referindo ao desenvolvimento da rápida capacidade de percepção da ação dos reflexos e à prontidão em

---

<sup>20</sup> Segundo ferreira (2005, p.691) o significado fisiológico do termo “reflexo” é “reação involuntária motora ou secretora, desencadeada pelo sistema nervoso, em consequência de estímulos captados”.



buscar novos caminhos, não necessariamente com sucesso em todas as ocasiões, no que se refere à mudança do reflexo.

### 1.1.2 O *insight*

O processo de *propriocepção do pensamento* pode gerar, segundo Bohm (1994), um nível sutil de inteligência denominado por ele de *insight*. Este termo não é propriamente o mais adequado o que se torna evidente quando o autor, na tentativa de explicar a referida inteligência, se utiliza de distintas expressões como: (BOHM, 1994, p.180, tradução livre) “percepção da verdade”; (BOHM, 1994, p.142, tradução livre) ou “um tipo de *insight*”; (BOHM, 1994, p.148, tradução livre) ou “percepção”; (BOHM, 1994, p.158, tradução livre) ou “quase um tipo de imaginação criativa”. Mesmo sabendo das limitações do termo no que diz respeito ao seu poder de expressividade e explicação, vamos utilizar, neste estudo, o termo *insight* para nos referir uma inteligência que, segundo Bohm (1994), está fora do sistema de reflexos e, portanto, não está condicionado. Bohm (1994) não sabe explicar a razão pela qual ele não participa do sistema, mas afirma que um pensamento produzido por um *insight* pode ser incorporado ao sistema e se transformar em um reflexo.

O *insight*, por estar fora do sistema, é capaz de tocar profundamente os reflexos de modo a alterar não só o processo físico-químico, mas sentimentos, pensamentos, e ações. Ou seja, ele modifica todo o sistema. Sabemos da presença e ação do *insight* quando algo novo acontece conosco: internalização<sup>21</sup> de novas idéias; mudanças nos sentimentos e sensações do corpo; resolução de incoerências; ressignificações; transformação nas ações.

Ao apresentar a noção de *insight*, Bohm (1994) evidencia acreditar na potencialidade do pensamento em operar de modo distinto, pelo menos por algum tempo. Nesta forma diferente de operação o pensamento é atento e aberto ao novo. Sobre a capacidade de nossa mente em operar de forma atenta e aberta ao novo, Del Nero (1997, p.78), afirma:

A inteligência, principal atributo da mente humana, é construção contínua de rotas e locais em que não há caminho único e imutável. Como uma corrida no deserto, o que é certo agora pode não ser dentro de instantes. Em lugar de casuísmo ou indeterminação, a regra dinâmica de seleção de membros em

---

<sup>21</sup> A internalização significa incorporação de idéias ao sistema de reflexos de modo que elas passam a fazer parte do conjunto de informações que geram respostas espontâneas e rápidas do indivíduo.



comitês é o que propicia respostas adequadas a cada situação. O piloto inteligente sabe que não é fazer sempre o mesmo trajeto que o impede de atolar. Ao contrário, na maioria das vezes, cria caminhos novos a partir do contexto, atolando poucas vezes e repetindo o truque de condução, não a rota.

Sobre os caminhos abertos Del Nero (1997, p.132) afirma:

A mente, e com ela a consciência, pode ser entendida de acordo com uma máxima que explica a dinâmica evolutiva: o acaso vai criando variações e a necessidade de se adaptar ao meio ambiente vai selecionando as mais bem sucedidas. Trata-se de uma capacidade de processar informação pelo cérebro que se justapõe às habilidades previamente gravadas. Não convém, pois, pré-programar todas as reações, permitindo que haja um aprendizado e uma organização posteriores, quando o indivíduo estiver em ação. A necessidade de modificações que possibilitem a adaptação a contextos mutantes está na base da pressão natural para que organismos capazes de aprender estejam mais bem adaptados. A mente é, assim, fortemente dependente de aprendizado. Grande parte das conexões do cérebro humano estão abertas para programação posterior.

As afirmações de Del Nero (1997) são subsídios teóricos da neurologia que evidenciam nossa capacidade mental em lidar com uma operação do pensamento que seja aberta ao novo e em constante aprendizado, ajudando assim, a trazer mais elementos que possam confirmar a afirmação de Bohm (1994) na potencialidade do pensamento em operar de forma distinta. Afinal, o pensamento está sitiado nesta mente descrita por Del Nero (1997).

Uma forte preocupação de Bohm é com os fatores repressores do ‘insight’. São suposições, determinadas noções sobre identidade, auto-imagem, verdade, pensamento etc., compartilhados social e culturalmente. Segundo Bohm (1994), o esforço individual de mudança é importante, mas pouco relevante quando falamos em mudanças significativas, ou seja, ele é necessário, mas não suficiente. Isto porque, apesar de mudanças individuais, a cultura continuará contribuindo para a manutenção do sistema – ela é a base do sistema.

Entendemos ser evidente a existência de um outro modo de operação do pensamento o qual possibilitará mudanças no sistema de reflexos, pois, caso contrário, não haveria a possibilidade da construção do conhecimento, do surgimento de novas idéias.



### **1.1.3 O diálogo como alternativa de propriocepção e possíveis mudanças no sistema de reflexos**

Para Bohm (2005) o pensamento, em grande parte, é constituído de idéias, teorias, crenças, pressuposições, valores, adquiridos na vida em sociedade. Ou seja, apreendidos pelo indivíduo no compartilhamento de experiências e significados que ocorre na convivência familiar e com amigos; na escola formal; nos meios de comunicação em geral; através dos agentes culturais como a música, literatura, cinema etc. A cultura, a educação formal e informal, estão constante e continuamente atuando no sistema do pensamento. Portanto, na maioria das vezes, aquilo que denominamos “pensamento individual” não passam de escolhas particulares de alguns dos elementos citados, em meio a totalidade da cultura a que somos envolvidos. Não necessariamente representa saída do condicionamento nem tampouco ato criativo. Isto significa que, de uma forma geral, o pensamento é um processo muito mais social e cultural que propriamente individual.

Se o pensamento está no âmbito do coletivo, então, o esforço em percebê-lo e transformá-lo também deve ser um empreendimento coletivo. Esta é a razão pela qual Bohm (2005) aposta no diálogo como o meio mais adequado para o desenvolvimento da propriocepção do pensamento. Evidentemente, a concepção de diálogo referida por Bohm é bastante distinta daquela que usualmente concebemos e praticamos.

Segundo Bohm (2005) o diálogo, para que realmente funcione como meio de propriocepção do pensamento e mudança coletiva, precisa fundamentalmente ser um *fluxo livre de significados*. Apenas com o desprendimento, sem propósito específico, sem lideranças e sem a necessidade de defender pontos de vista, é possível haver diálogo verdadeiro – um diálogo no qual os participantes, ao longo do processo, se unem e constroem juntos novos significados. Para que isso ocorra é preciso que as pessoas se reúnam com único e exclusivo propósito: dar atenção às coisas, ou seja, ouvir a si e ao outro; perceber o pensamento em ação e enxergar seu significado (no grupo e individualmente). É necessário que todos tenham uma curiosidade descontraída e não julgadora, sem preocupação em tomar providências de qualquer tipo ou em finalizar o diálogo. No diálogo proposto por Bohm (2005) nenhum conteúdo nem interlocutor são excluídos.



Partindo desta compreensão, Bohm (2005) se empenha na apresentação de um “modelo” de implementação do referido diálogo. Neste modelo, ele explicita regras básicas de condução do diálogo e afirma textualmente que não se trata de um grupo de terapia, pois seu propósito não é de cura, mas de desenvolvimento da percepção. A atenção está essencialmente e exclusivamente voltada para o funcionamento do pensamento - a observação dos seus mecanismos de ação e suas influências no indivíduo. Veja citação.

A principal finalidade do grupo não é lidar com problemas pessoais, e sim com questões culturais. Porém, os temas pessoais podem surgir no grupo, porque as questões pessoais e a cultura estão interligadas. É importante entender que um grupo de diálogo não é um grupo de terapia. Não tentamos curar ninguém aqui, embora isso possa ocorrer como um subproduto. Mas não é nosso propósito. (BOHM, 2005, p.49)

Entendemos que, para Bohm, a interação com o outro é fundamental para o indivíduo desenvolver a propriocepção do seu pensamento porque é através do outro que ele tem a possibilidade de se reconhecer, se identificar e olhar para si – suas crenças e pressupostos.

Conforme já citado, a grande preocupação de Bohm está no aspecto coletivo do pensamento, em especial, a forte influência social e cultural recebida continuamente ao longo de gerações. Mas podemos encontrar, em algumas veredas de seu caminho argumentativo, observações sobre aspectos do pensamento ligados ao mundo individual que merecem investigação mais cuidadosa, por desempenharem papel relevante no processo do pensamento. São eles:

- A relação estreita entre o ato de ‘parar para pensar’ ou ‘estar atento’, a comunicabilidade, flexibilização dos reflexos e criatividade;

[...] quando alguém chega a fazer alguma coisa (e não só pensar ou falar), tende a acreditar que *já está* ouvindo o outro de modo adequado. Parece que a principal dificuldade é que o outro é o único que é preconceituoso e não ouve. Afinal de contas, é fácil para cada um de nós percebermos que os outros são “bloqueados” em relação a determinadas questões. Assim, sem dar-se conta disso, evitam enfrentar contradições a certas idéias que lhes são muito caras. A própria natureza desse “bloqueio” é, todavia, o fato de que ele é uma espécie de insensibilidade ou “anestesia” das contradições. É crucial estar atento à natureza de nossos próprios “bloqueios”. Se um indivíduo estiver alerta e atento, poderá perceber, por exemplo, que sempre que surgem determinadas questões há sensações fugazes de medo que o impedem de refletir sobre elas. E há sensações de prazer, que atraem



seus pensamentos e fazem com que eles se dirijam a outros assuntos. Dessa maneira, uma pessoa é capaz de manter-se longe de tudo aquilo que imagina que pode perturbá-la. O resultado é que ela pode, sutilmente, estar a defender suas idéias, enquanto supõe que ouve o que os outros têm a dizer. Quando nos reunimos para conversar ou para fazer outras coisas juntos, será que cada um de nós está atento ao receio sutil e às sensações de prazer que “bloqueiam” nossa capacidade de ouvir com liberdade? Sem essa atenção, o empenho para ouvir a totalidade do que é dito terá pouco significado. Mas se cada um de nós puder dar atenção ao fato de que está “bloqueando” a comunicação, enquanto ao mesmo tempo parece atento ao conteúdo do que é comunicado, será capaz de criar alguma coisa nova no grupo. (BOHM, 2005, p.31)

Nesta citação, Bohm (2005) refere-se ao problema da falta de percepção dos aspectos do pensamento que bloqueiam a comunicação e de como eles agem sutilmente, dificultando a comunicação e impossibilitando a produção do novo. Nesta fala, podemos inferir sobre a contribuição da atenção vigilante do indivíduo ao próprio pensamento no processo de comunicação, flexibilização do próprio pensamento e elaboração criativa. Em outras palavras, no processo de diálogo, é fundamental que os indivíduos envolvidos estejam atentos também ao movimento do próprio pensamento e consiga reconhecer os pensamentos e sentimentos impeditores deste diálogo.

- A idéia de manter o diálogo dentro de si mesmo como facilitador no diálogo com os outros<sup>22</sup>;

Questionador pergunta para Bohm: “Você poderia dizer que manter o diálogo dentro de si mesmo aumenta a possibilidade de diálogo com os outros?”. Bohm responde: “Sim, porque uma vez que você tenha um *insight* disso, sustentando o diálogo com você mesmo irá ajudar os outros. Ou, mantendo o diálogo com os outros irá ajudar o individual, e ajudar também a comunicação fora do grupo [...]” (BOHM, 1994, p.208, tradução livre).

Embora reconheçamos a importância do aspecto coletivo e cultural do pensamento, estamos especialmente interessados, neste estudo, nas atitudes e estratégias individuais que o ser humano pode utilizar para melhor lidar com os problemas do pensamento. Isto não significa que estamos, em oposição a Bohm, priorizando o aspecto individual do pensamento. Na verdade, entendemos que o pensamento é um fenômeno tanto individual quanto coletivo, e, portanto, suas transformações também serão da mesma natureza.

---

<sup>22</sup> Questionador pergunta para Bohm: “Would you say that the sustaining of the dialogue within oneself increases the possibility of the dialogue with others?”. Bohm responde: “Yes, because once you have an insight into this, sustaining the dialogue in yourself will help the others. Or, sustaining the dialogue with the others will help the individual, and help also communication outside the group [...]” (BOHM, 1994, p.208)



---

Podemos, no máximo, distingui-los para melhor análise e compreensão, mas nunca separá-los.

Neste estudo lançamos luz ao aspecto individual do pensamento, mais especificamente, a um tipo de esforço do pensamento que gera no indivíduo uma consciência perspicaz capaz de minimizar o domínio dos reflexos e possibilitar ações e comunicações diferenciadas. Este esforço denominamos aqui de “diálogo interno”. No entanto, entendemos que se trata de uma compreensão parcial e bastante particularizada. Uma explicação minuciosa do referido diálogo será apresentada no próximo capítulo.





---

## 2 POR UMA COMPREENSÃO DO DIÁLOGO INTERNO

Pretendemos, com este capítulo, apresentar uma compreensão do diálogo interno e provocar uma reflexão acerca do seu potencial e da sua relevância para o pensamento. Para isso, iniciamos com uma provocação acerca da conveniência da própria expressão para se referir a um tipo específico de diálogo. Em seguida, ensaiamos uma definição e a caracterização do diálogo interno. Finalizamos o capítulo discorrendo sobre sua relação com a experiência e seu valor.

### 2.1 O enigma do “diálogo do indivíduo consigo mesmo”.

O significado comumente atribuído à expressão “diálogo” é “fala alternada entre duas pessoas; troca ou discussão de idéias” (FERREIRA, 2005, p.316). Partindo desta definição, é difícil compreender a existência da usual expressão “diálogo do indivíduo com ele mesmo”. Afinal, se por definição, o diálogo exige a presença de, no mínimo, dois falantes, como poderia haver um diálogo no qual existe apenas uma pessoa? Este é o enigma que pretendemos desvendar no presente sub-item.

Na busca de uma solução, partimos para uma compreensão mais profunda do significado da expressão “diálogo”. Recorrendo à ciência cognitiva contemporânea encontramos nos escritos de David Bohm (2005) a seguinte explicação: o diálogo é um processo no qual há fluxo e compartilhamento de significados. Nele podem emergir novas compreensões. Seu objetivo principal não é a obtenção da verdade, nem disputa de poder, e sim, a busca do significado. A concepção apresentada por Bohm continua dando sinais da necessidade de uma interação entre pessoas e, portanto, não aponta uma saída para o referido enigma. Seguimos a investigação buscando uma resposta na filosofia antiga, em especial, em Sócrates, notório instigador do diálogo.

Investigando os diálogos entre o filósofo Sócrates e seus discípulos, apresentados nas obras platônicas, encontramos uma concepção do diálogo como processo dinâmico, intenso e contínuo no qual se apresentam afirmações, perguntas, respostas, contradições, numa atividade de **investigação conjunta** e incansável. Para Sócrates, o diálogo deveria inocular a



dúvida, o questionamento, e instigar o espírito para a verdadeira aprendizagem, que seria a recordação daquilo que estava esquecido. No diálogo, Sócrates leva o indivíduo a perceber suas crenças, concepções, bem como os equívocos conceituais, as incompreensões, ferindo a presunção humana do domínio da verdade e abrindo o espírito para a busca do conhecimento. O diálogo socrático apresenta um forte viés investigativo e autodidata. No entanto, a interação com o outro continua sendo parte desta atividade.

Uma vez que as concepções de diálogo não fornecem a chave do enigma, então, o melhor é traçar um novo caminho. Voltemos a atenção para a expressão “diálogo do indivíduo com ele mesmo”, em especial, para a pressuposição contida na noção habitual. A pressuposição é: quando o indivíduo dialoga consigo mesmo, ele encontra-se isolado, sem interação, ou seja, absolutamente fora do contato com o que quer que seja, a não ser consigo mesmo.

Este pressuposto suscita a incompatibilidade entre o diálogo do indivíduo consigo mesmo e a interação e presença do outro. Para resolver a incompatibilidade recorreremos a uma análise cuidadosa do significado habitual da expressão “outro”, utilizada neste contexto.

### **2.1.1 Resignificando a noção de outro.**

Comumente a expressão “outro” significa outra pessoa. Esta é, no entanto, uma compreensão bastante restrita do referido termo. O melhor é compreender o outro como tudo aquilo que é diferente de nós e que gera um fluxo alimentador de significados. Assim, o outro pode ser: outra pessoa; a lembrança das idéias afirmadas por uma pessoa; um filme; uma imagem; um livro; um fato cotidiano; uma música; lembranças de uma forma geral; um cheiro/sabor/som; um objeto; um animal; uma planta etc.

Parece estranho imaginar o outro como algo inanimado, ou algo pertencente a ordem dos significados, lembranças, memórias e não um ser humano. Afinal, como se dará, nestes casos, a troca, o retorno de informações próprio do diálogo? No entanto, se compreendermos esta troca como um movimento de significados resultante da constante curiosidade e interesse do indivíduo no outro (no que ele pode lhe oferecer), e não um retorno intencional



do outro em direção ao referido indivíduo, poderemos conferir sentido à mencionada noção. Para maior esclarecimento, vejamos um exemplo explicitado na fala de Ayaan (2007, p.400, grifo nosso).

[...] Antes de viajar disse a Ellen: “**Tenho sérias dúvidas quanto à existência de Deus e do além. Quero ler este livro<sup>23</sup> nas férias e refletir.** Isso a ofende?” Ela pensou um pouco antes de responder: “ Não, não me ofende. Entendo perfeitamente. Vou ficar à sua disposição, assim como você ficou quando eu estava às voltas com essas questões”.

A clareza e a postura transgressiva do autor me encantaram. Mas, no fundo, aquele livro já não era necessário. O mero fato de examiná-lo , de querer lê-lo, denunciava as minhas dúvidas, e eu sabia disso. Antes mesmo de chegar à quarta página, sabia qual era a minha resposta. Fazia anos que me separara de Deus. Eu era atéia.

[...] Quando retornei a Corfu, comecei a freqüentar museus. **Precisava ver ruínas, múmias e gente antiga e morta**, olhar para a realidade dos ossos e absorver a percepção de que, quando morresse, eu ficaria reduzida àquilo, a um feixe de ossos. Estava empreendendo a missão psicológica de aceitar viver sem Deus, o que significava aceitar e dar sentido próprio à minha vida. **Estava em busca de uma noção mais profunda de moralidade.** No Islã, a ordem era ser escrava de Alá: submeter-me e, assim, idealmente, despojar-me de vontade pessoal. Não ser um indivíduo livre. Comportar-me bem por temor ao inferno; não ter ética pessoal. Se Deus significava o que havia de bom, e Satanás, o que havia de ruim, ambos estavam em mim. Eu queria desenvolver o meu lado bom - a disciplina, a generosidade, o amor - e eliminar o mau: a inveja, a preguiça, a crueldade.

Nunca mais ia aceitar guias a me dizerem o que fazer, mas precisava acreditar que eu continuava sendo moral. **Passei a ler a obra dos grandes pensadores do Iluminismo** – Spinoza, Locke, Kant, Mill, Voltaire -, **assim como a dos modernos**, Russell e Popper, como toda atenção, não apenas como uma obrigação curricular.

Na citação apresentada, Ayaan dialoga consigo mesma em busca da resignificação de Deus na sua vida. Para isso ela formula questões e as carrega com ela na busca de novas compreensões. Aqui o “outro” materializa-se nos museus, nos pensadores clássicos, no livro “Manifesto Ateu”. Todos eles dão algum tipo de resposta a Ayaan. O olhar curioso e instigador de Ayaan, capta estas respostas e gera o fluxo de significados próprio do diálogo.

---

<sup>23</sup> Ayaan refere-se ao livro “ O manifesto ateu”.



Portanto, quando um indivíduo verdadeiramente dialoga consigo mesmo, há a presença do outro, bem como há interação. No entanto, isto ocorre na forma de um fluxo de significados que acontece na mente do indivíduo que dialoga consigo mesmo.

## 2.2 Quando o diálogo do indivíduo consigo mesmo é verdadeiramente “diálogo”?

O diálogo do indivíduo consigo mesmo pode, de fato, ser denominado diálogo quando atende aos pré-requisitos encontrados nas definições de diálogo, tanto de Bohm como de Sócrates. São eles:

- Quando o “outro” está presente;
- Quando há um fluxo livre de significados;
- Quando da presença do espírito investigativo e inquiridor;
- Quando há disposição e abertura para o aprendizado.

No entanto, nem sempre todos estes requisitos são atendidos e, mesmo assim, continuamos a falar, equivocadamente, em “diálogo do indivíduo consigo mesmo”. Continuamos a chamar de diálogo situações nas quais os significados se movimentam em círculo, sem renovação. Ou seja, não há fluxo livre de significados - nem entradas, nem saídas. Nestes casos, o indivíduo segue sem questionamentos verdadeiros<sup>24</sup>, sem abertura ao novo, e sem interesse algum no aprendizado; e, devido ao fechamento, o indivíduo encontra-se isolado. Um exemplo bastante evidente desse tipo de situação podemos encontrar no relato autobiográfico de Christopher Reeve<sup>25</sup> (1998, p.50) em sua obra “Ainda sou eu: memórias”.

---

<sup>24</sup> Segundo Ferreira (2005, p.624, p.486) perguntar significa interrogar, examinar. Considerando esta definição, entendemos que, apesar do ponto de interrogação, muitas expressões consideradas perguntas não o são de fato. Isto porque o próprio contexto dá evidências da ausência de abertura, investigação, interesse e amor ao saber. O que caracterizaria uma pergunta verdadeira é seu poder de gerar alteração; seu poder de abrir novos caminhos para o pensamento, criando alternativas de pensamento e ação.

<sup>25</sup> Ator americano que ficou conhecido mundialmente pelo desempenho no papel do super-herói “Superman”, nos cinemas e na televisão. Em maio de 1995, em um salto de um concurso hípico, sofreu acidente que o deixou incapaz de mover-se e até mesmo respirar sem ajuda de aparelhos. Na luta pela vida, ele escreveu vários livros dentre eles um relato autobiográfico intitulado “Ainda sou eu: memórias”.



Veja citação abaixo.

[...] Tenho pensamentos apavorantes que sempre começam assim: “Este não sou eu”. Ou então: “Por que eu?” Ou: “Alguma coisa está errada”. E por fim: “Meu Deus, estou amarrado, estou numa prisão! É uma sentença de morte. Não tenho saída, nunca vou livrar-me disso. Não vou conseguir viver. Não posso fazer nada. Não posso andar nem mexer-me. Sou uma criatura patética. O que vai ser de mim? Tenho 42 anos. Isso não é vida. Todos vão sentir pena de mim”. Vem um pedido desesperado: “Deixem-me sair, por favor. Deixem-me sair!”

[...] Esses pensamentos melodramáticos se apossavam de mim. Por minha cabeça passavam as cenas e idéias mais absurdas. Eu gostaria que esse período entre as duas e as sete horas da manhã tivesse sido mais produtivo, mas era muito difícil, quase impossível. Procurava concentrar-me no amor e no apoio que vinha recebendo das pessoas, mas só conseguia pensar em mim – pouco importava que as pessoas gostassem ou não de mim. O que eu queria era andar. Trocaria todo o afeto do mundo para subir um só degrau de escada. O corpo e a mente, na luta pela sobrevivência, são totalmente egoístas. Você diz: “Foda-se o mundo, só quero saber de mim. Eu em primeiro lugar. Isso não foi justo comigo”. Talvez o egoísmo faça parte do instinto de sobrevivência. Esse “Eu, eu e mais eu” é a primeira reação inevitável. Depois precisamos evoluir para pensamentos mais elevados, uma maneira diferente de pensar.

Podemos identificar na fala de Reeve uma extrema dificuldade em encontrar outra forma de pensar, outras significações que possam ajudá-lo a sair da crise. Ele permanece na tormenta com uma série de pensamentos fechados como se estivessem girando em círculos. Não há qualquer movimento de saída destes pensamentos – pelo menos algum questionamento verdadeiro. Conseqüentemente, não encontramos ação de mudança ou resignificação do que está sendo pensado. Não há saída do automatismo gerado pelos reflexos condicionados.

A falta de um termo adequado para denominar estas situações contribui sensivelmente para o referido equivoco. Mas há um modo especial de operação do pensamento, quando o indivíduo dialoga consigo mesmo, no qual são produzidas condições favoráveis à compreensão, à produção de novas significações, resignificações, e, conseqüentemente, à mudança de ação do indivíduo. Nele há o fluxo livre de significados. Esse modo de operação será denominado, neste estudo, “diálogo interno”. Trata-se de uma forma específica de trabalhar o sistema do pensamento que será detalhada e explicitada nos itens que seguem.



A expressão “diálogo interno”, neste caso, não deve ser tratada como sinônimo de “diálogo do indivíduo consigo mesmo”. O diálogo interno não deve ser confundido com as ações ou comportamentos denotados pelas expressões “introspecção”; “auto consciência”<sup>26</sup>; ou “auto-análise”<sup>27</sup>. Apesar de se fazer presente, no diálogo interno, alguns elementos encontrados também nos processos mentais referentes aos termos citados, o diálogo interno é um processo mais amplo, mais abrangente e não especificamente psicológico. Conforme veremos a seguir, o diálogo interno envolve aspectos corporais (físico-químicos); aspectos comportamentais; psicológicos; sociais; culturais; lingüísticos; e relativos à experimentação.

Assim, preferimos abandonar, a partir deste momento, as referidas expressões por serem carregadas de distintos sentidos os quais podem gerar ambigüidades e incompreensões. Optamos, assim, por usar exclusivamente a expressão “diálogo interno”, na acepção dada conforme a definição e caracterização que será apresentada no próximo sub-item.

### **2.3 A definição e as especificidades do diálogo interno**

Neste sub-item será apresentado uma definição e caracterização geral do diálogo interno para que ele possa ser claramente compreendido, diferenciado e identificado. A caracterização é feita a partir dos seguintes aspectos: modo específico de operação; fator desencadeador; exigências fundamentais ao indivíduo em diálogo interno; o acesso ao diálogo interno; sua relação com a experiência; sua relação com a produção de conhecimento; sua relação com as estratégias de pensamento.

#### **2.3.1 Definição**

O diálogo interno é um modo específico de operação do pensamento no qual o indivíduo tem a possibilidade de exercer a criatividade e a autonomia – uma operação do

---

<sup>26</sup> Segundo Stratton e Hayes (2003), a introspecção é um processo de auto-exame no qual o indivíduo olha para sua própria experiência no sentido de conseguir compreensão dos fenômenos psicológicos. Ainda segundo estes autores, a autoconsciência é uma atenção exagerada ao próprio comportamento, sentimentos e aparência associada de que as outras pessoas estão extremamente atentas, interessadas e críticas.

<sup>27</sup> “Investigação sistemática de si mesmo, mediante certos processos do método psicanalítico.” (Dicionário de Psicologia, disponível em: <http://www.alppsicologa.hpg.ig.com.br/dicionarioA.htm>. acesso em 03/11/08.



pensamento que tem um nível de consciência mais refinado e que incrementa este refinamento a medida em que vai operando mais e mais. Em outras palavras, o diálogo interno é pensamento em atividade específica e se opõe à forma de operação na qual o indivíduo é dominado e dirigido pelo sistema de reflexos do pensamento.

O diálogo interno é um constante movimento que perpassa as diversas dimensões do pensamento: o sistema de reflexos; a percepção; a experimentação; o conhecimento explícito; as emoções; as sensações corporais. Trata-se de uma capacidade potencialmente presente em todos aqueles indivíduos que se encontrem em condições normais de operação mental, podendo entrar em atividade ou não. Por ser uma atividade do pensamento, o ideal para compreendê-lo é perceber sua operação, e, melhor ainda, observá-lo em operação. É o que será efetivado nos tópicos e capítulos que se seguem.

### 2.3.2 Caracterização geral do diálogo interno

#### O que há de específico em sua operação?

Primeiramente, o diálogo interno segue determinada “Disposição<sup>28</sup> operacional” que nos possibilita identificá-lo através do discurso de numerosos e distintos indivíduos, em diferentes contextos e tempos históricos<sup>29</sup>. Essa disposição se mostra pela constante presença de semelhantes ações do pensamento, efetivadas pelo indivíduo em diálogo interno. Abaixo seguem algumas delas:

**Tabela 2-1 – Ações do pensamento no processo de diálogo interno.**

AÇÕES DO PENSAMENTO	ESCLARECIMENTOS SOBRE AS AÇÕES
---------------------	--------------------------------

<sup>28</sup> Estamos utilizando a expressão “disposição” no sentido de arranjo, ordem, composição. Diz respeito a uma tendência do diálogo interno em se mostrar operando, regularmente, de determinada forma.

<sup>29</sup> Podemos encontrar diálogo interno nos relatos de Santo Agostinho em “Confissões”, por exemplo, ou nos escritos autobiográficos de Mohandas K. Gandhi.



<b>AÇÕES DO PENSAMENTO</b>	<b>ESCLARECIMENTOS SOBRE AS AÇÕES</b>
<b>Percepção de reações físicas;</b>	Aqui o indivíduo em diálogo interno percebe as reações corporais provocadas por determinados pensamentos.
<b>Percepção de sentimentos;</b>	O indivíduo consegue perceber a relação entre determinado pensamento e os sentimentos que dele emergem.
<b>Percepção de crenças e pressupostos;</b>	O indivíduo em diálogo interno detecta crenças e pressupostos que ele possui.
<b>Questionamentos;</b>	O indivíduo em diálogo interno faz perguntas verdadeiras, abrindo o caminho para a investigação.
<b>Movimento de busca da compreensão;</b>	Indivíduo em diálogo interno segue com o pensamento e a ação de investigação.
<b>Movimento de saída do condicionamento do pensamento;</b>	Quando o indivíduo em diálogo interno questiona o seu pensamento vigente e experimenta pensamentos e ações que não são usuais.
<b>Movimento de observação/investigação empírica;</b>	Quando o indivíduo parte para observar outras formas de pensar e agir. Faz experimentos para testar novas significações e ações.
<b>Percepção das próprias ações;</b>	O indivíduo observa suas reações, ações.
<b>Momento de resignificação;</b>	Quando o indivíduo incorpora ao sistema do pensamento idéias, crenças, pensamentos que antes não estavam no sistema. Traz o novo.
<b>Mudança de ação;</b>	O indivíduo passa a agir de modo novo, diferente da forma como costumava agir.
<b>Percepção/julgamento do próprio pensamento (dos erros/das ações/de seu significado).</b>	Indivíduo tem consciência do próprio pensamento, das próprias crenças e pressupostos, sendo capaz de fazer análise crítica deles e de todas as suas conseqüências.

A referida disposição não se manifesta de forma absoluta e fechada. Não há obrigatoriedade da ocorrência simultânea de todas as ações mencionadas e menos ainda na ordem acima apresentada. Como o estudo presente não é exaustivo, é possível que outras ações possam ser identificadas, uma vez que o processo investigativo do diálogo interno pode gerar a necessidade de novas ações do pensamento, conforme as exigências do contexto. No entanto, uma análise contínua e diversificada da ocorrência dos diálogos internos nos possibilita encontrar, com regularidade, no processo como um todo, a presença da maioria das ações citadas.

Um aspecto bastante relevante desta “disposição operacional” do diálogo interno é a sua aproximação com o que Bohm (1989) chamou de “jogo criativo do pensamento”. Sobre este tipo de pensamento Bohm afirma (1989, p.71, grifo nosso):





[...] no jogo criativo há percepções frescas que nos possibilitam **propor** uma nova idéia para exploração. À medida que as vamos descobrindo, **compomos** as suas implicações ou poma-las em paralelo com outras idéias mais familiares. No final, **supomos** que aquelas idéias são corretas, isto é, elaboramos uma hipótese e depois atuamos de acordo com a noção de que é assim que as coisas acontecem. A passagem desde propor até supor através de compor leva-nos a realizar as ações diárias de rotina fora, ou quase, do pensamento consciente.

Façamos, agora, um paralelo entre as ações que compõe a disposição operacional do diálogo interno e o movimento do pensamento que Bohm (1989) apresenta ao discorrer sobre o jogo criativo do pensamento. Veja a tabela a seguir:

**Tabela 2-2– Quadro comparativo entre ações do diálogo interno e fases do pensamento criativo**

<b>Fases do pensamento criativo</b>	<b>Ações do diálogo interno</b>
<b>PROPOR</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Questionamento;</li><li>- percepção das próprias ações;</li><li>- percepção de crenças e pressupostos;</li><li>- percepção de sentimentos;</li><li>- percepção de reações físicas;</li><li>- percepção e julgamento do próprio pensamento.</li></ul>
<b>COMPOR</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- movimento de busca da compreensão;</li><li>- movimento de observação /investigação empírica</li><li>- novos questionamentos;</li><li>- percepção das próprias ações;</li><li>- percepção de crenças e pressupostos;</li><li>- percepção de sentimentos;</li><li>- percepção de reações físicas;</li><li>- percepção e julgamento do próprio pensamento.</li></ul>
<b>SUPOR</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Movimento de saída do condicionamento;</li><li>- Momento de resignificação;</li><li>- Mudança de ação.</li></ul>

Observe que o momento de **proposição** sugerido por Bohm (1989), no qual há percepções e abertura do pensamento ao novo, coincide, na operação do diálogo interno, com as seguintes ações do pensamento: questionamento; percepção das próprias ações; percepção de crenças e pressupostos; percepção de sentimentos; percepção de reações físicas; percepção e julgamento do próprio pensamento. O momento de **composição**, no qual há um processo de investigação, análise, estudo, assemelha-se às ações do diálogo interno nas quais o indivíduo empreende na busca da significação, da compreensão. São elas: movimento de busca da compreensão; movimento de observação/investigação empírica; novos questionamentos; percepção das próprias ações; percepção de crenças e pressupostos; percepção de sentimentos; percepção de reações físicas; percepção e julgamento do próprio pensamento. Finalmente, o momento denominado por Bohm (1989) de **suposição**, no qual



há uma internalização de novas idéias, e, conseqüentemente, novas ações coincide com as seguintes ações do diálogo interno: movimento de saída do condicionamento; momento de resignificação; mudança de ação.

Além dessa “disposição operacional”, o funcionamento do diálogo interno apresenta as seguintes características no modo de atuação:

- Pode atuar a qualquer tempo e em qualquer lugar;
- Nada exclui do seu exame;
- Opera de forma livre e autoditada, e;
- Estimula a autoconsciência e autocrítica do indivíduo;
- Associa atividade intelectual e vivência (experimentação).

A possibilidade de atuação sem restrições de tempo e lugar, diz respeito à característica do diálogo interno de ser uma potencialidade do pensamento que pode ser ativada pelo indivíduo onde quer que ele vá e a qualquer tempo, sem restrições. Além disso, ele pode trazer à consciência noções, sentimentos, emoções, experiências vivenciados pelo indivíduo e/ou por outros indivíduos em tempos passados. Também não segue tempo determinado de elaboração e construção de uma dada compreensão, ou seja, o referido processo pode acontecer enquanto o indivíduo estiver disposto a mantê-lo em ação.

No diálogo interno tudo é considerado: sentimentos, emoções, reações do corpo, experiências, as diversas formas de conhecimento (científico, da tradição, religioso, filosófico etc), crenças, valores. Isto faz com que ele tenha uma enorme gama de elementos para elaborar, o que traz mais alternativas em termos de caminhos para a compreensão, atribuição de significados e para a própria operação do pensamento.

Na operação do diálogo interno o pensamento não segue regras pré-estabelecidas tal como acontece, por exemplo, na operação do pensamento científico, que segue um método de investigação previamente definido. Ou seja, no diálogo interno o pensamento cria seus próprios caminhos, inventa a cada instante sua própria forma de aprendizado e busca da compreensão; cria formas de apreensão de significados. Como não tem obrigação em modificar a realidade, pois seu motor é a busca do significado, no diálogo interno o



indivíduo está em constante reelaboração e transformação, o que traz a possibilidade da criação.

O diálogo interno, necessariamente, inclui uma “atenção vigilante” do indivíduo a ele mesmo, possibilitando o desenvolvimento de uma consciência crítica acerca de si. É esta consciência que possibilita resignificações e mudanças de ação por parte do indivíduo.

Finalmente, o diálogo interno não é pura especulação intelectual, mas, essencialmente, a associação desta com a experiência. A dimensão da experimentação é fundamental para a existência do fluxo de significados e para o processo de resignificação. Dada a sua relevância, este aspecto do diálogo interno será discutido a seguir, em um tópico especialmente reservado a ele.

### **O elemento desencadeador do diálogo interno**

O diálogo interno tem forte possibilidade de ser desencadeado quando o indivíduo encontra-se em situação de crise. Isto ocorre porque a crise gera, mesmo que por curto espaço de tempo, paralisação do indivíduo e a imediata chamada de uma consciência mais atenta. Em geral, a crise bloqueia o movimento automático do pensamento e cria a necessidade da investigação.

No entanto, a operação do diálogo interno não precisa de uma crise ou um propósito específico, previamente definido<sup>30</sup>, para deixar de ser uma potencialidade do pensamento e passar a ser pensamento em ação. O necessário e suficiente para que o diálogo interno ocorra, é que o indivíduo seja orientado por um valor fundamental: a busca do significado. Se isso acontece, o diálogo interno passa a ser um modo de operação do pensamento bem mais presente e freqüente - nunca automático. Se tivéssemos que explicitar um propósito para o diálogo interno, este seria simplesmente o livre exercício do pensamento e da consciência, que não só dão significado à realidade, mas o atualizam.

### **Exigências fundamentais do diálogo interno**

---

<sup>30</sup> É o caso do pensamento ativado para produção de conhecimento científico, no qual parte-se de um problema, previamente definido, em busca de uma solução que o fará cessar.



A operação do diálogo interno faz duas exigências fundamentais ao indivíduo. São elas: ser autônomo, ter atitude inquiridora, investigativa e de formação contínua; e interagir e comunicar-se com o outro.

Sobre a exigência de autonomia, atitude inquiridora, investigativa e de formação contínua, temos o seguinte esclarecimento: segundo Hannah Arendt (1971, p.15), a palavra “consciência” significa “*conhecer com e por mim*”. Sendo exercício da consciência, o diálogo interno é a própria materialização daquilo que chamamos “autonomia”, porque nele o indivíduo dirige a si próprio no esforço da compreensão, significação e resignificação. Como se trata de um movimento que não cessa, sem metas rigidamente pré-estabelecidas, e sempre aberto ao novo, o exercício do diálogo interno acaba por impelir o indivíduo à constante investigação, e, conseqüentemente, a um trabalho de autoformação e desenvolvimento continuados. Isto porque a atitude investigativa envolve: abertura ao novo, curiosidade, tentativa de compreensão da realidade, identificação de seus pressupostos e crenças, percepção de sentimentos, e observação do próprio pensamento e ações.

O diálogo interno exige a interação do indivíduo com o outro, que funciona como elemento alimentador e catalisador do diálogo. É a interação que traz o novo e possibilita o fluxo de significações, ativando a operação dos componentes do diálogo interno. A percepção de crenças, valores e pressupostos; os questionamentos; os movimentos de busca da compreensão e observação empírica; o movimento de saída do condicionamento; a percepção das próprias ações; a mudança de ação; as resignificações e o julgamento do próprio pensamento; todos, são postos em ação pela interação. Sem a troca com o outro estes componentes simplesmente paralisariam porque não haveria o fluxo de significações.

No diálogo interno a comunicação com o outro se dá não como uma simples troca de informação entre um emissor e um receptor. Ela se dá numa complexa relação do indivíduo com o outro, na qual esse está em constante atenção, elaboração, questionamentos, experimentação, reelaboração, numa atitude de avidez pela significação e forte interesse no outro.

## **O diálogo interno e sua relação com a experiência**



Um aspecto que merece destaque quando nos referimos ao diálogo interno como livre exercício da consciência é a sua íntima relação com a experiência. O diálogo interno é sempre um processo de experimentação. Nele o indivíduo observa, toca, significa, resignifica, ouve, prova, testa, intervêm, faz, refaz. O movimento dos significados, próprio do diálogo interno, se dá por meio da observação e elaboração de experiências como: sentimentos, pensamentos, intenções, percepções, crenças, valores, ações, relações, discursos, conhecimentos etc.

No diálogo interno, a experiência é constantemente atualizada o que é fundamental para a flexibilização da infra-estrutura tácita do pensamento e uma possível mudança de reflexos – resignificação. Neste processo, o mais relevante é que o indivíduo seja capaz de atualizar sua experiência com presteza e agilidade. Uma vez que necessitamos dos reflexos para desempenharmos nossas atividades corriqueiras<sup>31</sup>, e, portanto, não podemos nos livrar deles, então, devemos aprender a lidar melhor com eles. Isto significa desenvolver habilidade de percebê-los, e, com isso, conduzi-los de modo adequado sempre que necessário for.

Sobre isso, encontramos em Del Nero (1997) forte subsídio, no que se refere à necessidade de interação da operação do pensamento, quando ele explica sobre o pensamento inteligente. Para Del Nero (1997), o pensamento inteligente é uma função mental que tem dois níveis de processamento: consciente e abaixo do nível de consciência. Segundo Del Nero (1997, p.231) “A inteligência pode ser definida como a capacidade de estabelecer e testar a maior quantidade possível de relações entre módulos, descartando as desinteressantes. Esse processo costuma ocorrer abaixo do limiar de consciência”.

Isso significa que, na busca de solução para um dado problema, quanto mais alimentamos o sistema do pensamento com informações, relações, mais chances de obtermos ‘insights’ ou “intuições” ou “sacadas” teremos porque a inteligência tem insumos mais ricos para trabalhar. Esta é a razão pela qual a educação contínua, a riqueza conceitual, e a cultura são fundamentais na formação de indivíduos criativos. Além disso, a idéia de um

---

<sup>31</sup> A existência dos reflexos não é propriamente um problema. Dificuldades surgem quando, na exigência real de uma consciência sutil e perspicaz, na exigência de mudança, o indivíduo permanece cego e dominado pelos reflexos sem se dar conta disso e sem condições de mudança devido a cristalização dos reflexos.



processamento paralelo à consciência, nos permite compreender a importância da necessidade de, no processo criativo ou na tentativa de solução de um problema, não ficarmos obcecados centrados no problema ou na criação, a fim de conseguir avanços. **O importante é manter-se interessado, atento, e carregar a curiosidade e as questões pertinentes aonde for**, porque um processamento paralelo à consciência, continua acontecendo sempre. Neste caso, **novas interações são fundamentais** para que se chegue aos desejados avanços.

Mas há também o pensamento inteligente que se processa de forma consciente. Nesse processo, a interação com o mundo também se faz presente de modo considerável, fornecendo significativas contribuições ao sistema. Aqui atua, juntamente com a consciência, **a atenção** ligada aos sentidos (ao mundo) e ligada à reflexão e ao acúmulo de informação teórica e entre contextos. A atenção é uma função mais primitiva que a consciência e faz o papel de auxiliar da consciência – é um funcionário perspicaz e eficiente. Em situações rotineiras, por exemplo, ela analisa e até confirma certas hipóteses enquanto a consciência tem uma participação apenas periférica. No entanto, na necessidade de se criar novas rotinas, a consciência é quem se mostra prioritariamente atuando. Em outras palavras, a atenção segue as rotinas gerais que a consciência cria. Mas ela também tem um papel relevante na medida em que está constantemente monitorando o meio ambiente de modo a captar aquilo que possa interessar ao sistema do pensamento. Del Nero (1997, p. 304, grifo nosso) afirma que “A “atenção flutuante” é uma espécie de **atitude** que mostra que por vezes devemos deixar o sistema semi-alimentado pela sensorialidade e ao mesmo tempo em condições de operar outras funções [...]”.

A dinâmica do sistema do pensamento, a prontidão para extrair pistas, uma hábil atenção rastreadora, forte adaptabilidade são as propriedades de processamento que possibilitam uma eficiente utilização de toda a informação ambiental, e que caracterizam uma grande inteligência.

## **O acesso ao diálogo interno**

As nossas actividades do espírito, por contraste, são concebidas no discurso ainda antes de serem comunicadas, mas o discurso é para ser ouvido e as palavras são feitas para serem compreendidas por outros que também têm a capacidade de falar, tal como uma criatura dotada do sentido da visão é para ver e ser vista. O



pensamento sem fala é inconcebível; «o pensamento e a fala contam um com o outro. Tomam continuamente o lugar do outro», na realidade cada um deles toma o outro por certo. (HANNAH, 1971, P.42)

O ponto é que as palavras são a forma de colocar o pensamento em evidência, enquanto freqüentemente ele trabalha implicitamente sem estarmos conscientes dele (BOHM, 1995, p.89, tradução livre).<sup>32</sup>

Se dissermos que o pensamento é um reflexo como qualquer outro reflexo muscular – apenas mais sutil e mais complexo e mutável – ,então, nós devemos estar habilitados a sermos proprioceptivos com o pensamento. Pensamento deve estar habilitado a perceber seu próprio movimento, estar consciente do seu próprio movimento. No processo do pensamento deve haver consciência do movimento, da intenção de pensar e do resultado que o pensamento produz. Devemos estar conscientes de como o pensamento produz um resultado fora dele mesmo. Podemos estar atentos ao que ele produz em nós mesmos. Talvez possamos até estar imediatamente consciente de como ele afeta a percepção.(BOHM, 1995, p. 123, tradução livre)<sup>33</sup>

As citações, acima apresentadas, de Hannah Arendt e David Bohm, têm em comum uma pressuposição acerca do pensamento que entendemos ser fundamental para o presente estudo: a idéia de que pensamento e linguagem estão intimamente relacionados, e, principalmente, de que as palavras são capazes de trazer o pensamento ao nosso mundo aparente, visível, perceptível. Isto não significa que possamos por em evidência absolutamente tudo o que se passa no sistema do pensamento, mas que é possível explicitar alguma porção do pensamento, por mais ínfima que seja.

Mesmo considerando as censuras estabelecidas pelo indivíduo ao apresentar seus pensamentos em discurso, entendemos que uma observação minuciosa de relatos escritos e/ou falados, podem revelar aspectos significativos do fluxo de significados ou movimento do pensamento de um indivíduo, principalmente, os movimentos intencionais específicos do diálogo interno já citados no item 2.3.2<sup>34</sup>. É claro que supõe-se haver um mínimo de

---

<sup>32</sup> The point is that the words are a way of bringing the thought into evidence, whereas often it works implicitly without your being aware of it. (BOHM, 1995, P.89).

<sup>33</sup> If we say that thought is a reflex like any other muscular reflex – just a lot more subtle and more complex and changeable – then we ought to be able to be proprioceptive with thought. Thought should be able to perceive its own movement, be aware of its own movement. In the process of thought there should be awareness of that movement, of the intention to think and of the result which that thinking produces. By being more attentive, we can be aware of how thought produces a result outside ourselves. And then maybe we could also be attentive to the results it produces within ourselves. Perhaps we could even be immediately aware of how it affects perception. (BOHM, 1995, p.123)

<sup>34</sup> São eles: percepção das reações físicas; percepção dos sentimentos; questionamentos; movimento de busca da compreensão; movimento de saída do condicionamento; movimento de observação empírica; percepção das próprias ações; momento de resignificação; mudança de ação; julgamento do próprio pensamento e ações.



cooperação, por parte do indivíduo que se expõe, no sentido de ser o mais verdadeiro possível nos seus relatos, pois, sem esta suposição, nada fará sentido.

O percurso do diálogo interno, como um todo, nunca poderá ser percebido e explicitado por nós com precisão, mas algumas de suas passagens, explicitadas no discurso do indivíduo, podem ser detectadas e são elas que nos fornecem as evidências da sua existência nos indivíduos.

### **2.3.3 A contribuição do diálogo interno na produção de conhecimento**

A produção de conhecimento, em especial do conhecimento científico, conta, pelo menos indiretamente, com esta forma de operação do pensamento. Algumas de suas ações, como a percepção pelo indivíduo de suas crenças, valores, ações e emoções, são relevantes no processo de crítica do conhecimento produzido. O entendimento do mundo e a busca da verdade, não podem ser distanciados da compreensão dos fatores que afetam o próprio indivíduo – incluindo a influência do próprio pensamento.

Por outro lado, o diálogo interno não está submetido à lógica científica pelas seguintes razões:

- Nele o indivíduo pode se utilizar de estratégias de pensamento não aceitas pela comunidade científica;
- Não necessariamente há uma preocupação do indivíduo com a verdade, mas fundamentalmente com a atribuição de sentido à realidade;
- O indivíduo não necessariamente é motivado pela preocupação em modificar imediatamente a realidade, mas sim, pela sua compreensão;
- Não há nenhum motivo especial capaz de fazer o indivíduo parar de operar o diálogo interno, a não ser sua simples decisão pessoal;
- Tudo o que diz respeito ao universo, ao homem e à vida humana pode ser elemento motivador, catalisador e de atenção do diálogo interno;
- Na operação do diálogo interno em busca da compreensão e significação da realidade, podem entrar formas de explicação metafísicas, sobrenaturais, divinas etc.





No entanto, apesar da aparente distância entre estas duas formas de operação do pensamento, entendemos que o diálogo interno pode vir a ser um significativo aliado dos cientistas, uma vez que ele dispõe de um amplo e intenso poder de ação e alimenta a autocrítica, e, sobretudo, a criatividade.

Em outras palavras, o diálogo interno é um modo de pensamento, numa certa medida, indisciplinado. A referida indisciplina evidencia-se nas seguintes peculiaridades da operação do diálogo interno: não segue regras rigorosamente pré-estabelecidas; se utiliza de uma “base de informações” aberta; não tem tempo, nem local pré-determinados para operar. Além disso, a autocrítica proveniente do diálogo interno também contribui no desenvolvimento de uma consciência extremamente perspicaz. Finalmente, a abertura e flexibilidade do diálogo interno trazem fortes possibilidades de criação.

Portanto, o diálogo interno é um mecanismo do pensamento que liga e/ou ultrapassa fronteiras, diferentemente do pensamento científico, que estabelece regras de funcionamento (como o método científico, por exemplo) e exclui determinadas formas de conhecimento, restringindo o universo de significados que alimentam a atividade do pensamento. Não pretendemos, com estas observações, sugerir o abandono da ciência e do pensamento científico. Apenas, intencionamos evidenciar uma outra forma de operação do pensamento que poderá dar significativas contribuições à vida humana em geral, inclusive no que se refere ao processo de produção de conhecimento.



### 3 UMA INVESTIGAÇÃO DOS RELATOS DE DIÁLOGO INTERNO APRESENTADOS POR INDIVÍDUOS EM SITUAÇÕES DE CRISE.

Segundo Ferreira (2005) crise significa “manifestação repentina de ruptura do equilíbrio”. A partir desta compreensão, entendemos **situação de crise** como qualquer evento que provoque no indivíduo perplexidade, curiosidade, ou um olhar mais atento, ou seja, alguma espécie de movimento do pensamento em direção a algo. Um movimento mais cuidadoso e criterioso e não automático, habitual, como diria David Bohm.

Optamos por investigar o pensamento em momentos de crise por entendermos que estes, no decorrer da vida cotidiana, geram forte possibilidade de mudança no movimento do pensamento, não significando, no entanto, que necessariamente o farão.

A crise gera o desequilíbrio e impele o movimento do pensamento possibilitando uma revolução ou mudança do mesmo. Segundo Aragão (1994), as transformações históricas passaram por três etapas: momento de constituição; momento de dissolução e; momento de revolução. Estes momentos também provocaram mudanças no conhecimento, e, conseqüentemente, no pensamento. Nos interessa aqui, especificamente, o momento de dissolução, ou seja, momento histórico em que a presença simultânea do estabelecido e solidificado e do novo, geram desequilíbrio, dúvida e insegurança. Entendemos que movimento semelhante acontece no processo histórico dos indivíduos e que o chamado **momento de dissolução** corresponde ao que entendemos como **momento de crise**. A crise, seja de que tipo for, é, para o indivíduo, sempre uma excelente oportunidade de por o pensamento em transformação. Sobre este significado da crise Hannah Arendt afirma:

Uma crise nos obriga a voltar às questões mesmas e exige respostas novas ou velhas, mas de qualquer modo julgamentos diretos. Uma crise só se torna um desastre quando respondemos a ela com juízos pré-formados, isto é, com preconceitos. Uma atitude dessas não apenas aguça a crise como nos priva da experiência da realidade e da oportunidade por ela proporcionada à reflexão. (ARENDR, 1968, p. 223)

Nesta análise, optamos por situações de crise que contemplassem alguns aspectos fundamentais da condição humana: religiosidade; bem estar físico; aspectos existenciais.



O pensamento em situações de crise ganha maior possibilidade de saída do automático, ou seja, do hábito do pensamento de que fala David Bohm, porque é abalado pelo desequilíbrio. Nestas situações, o indivíduo poderá mudar e buscar novas atitudes e estratégias de pensamento – as situações de crise geram esta possibilidade ao indivíduo e por isso nos interessam. Em especial queremos avaliar o diálogo interno como uma destas atitudes com suas respectivas estratégias<sup>35</sup> e sua influência nos elementos básicos constituidores do pensamento (crenças, idéias, conceitos) e na ação decorrente.

Entendemos por **estratégias de pensamento** os diversos caminhos que podem ser escolhidos pelo homem, no momento em que é impelido a lidar com uma dada situação. São formas de explicação, justificação e compreensão da realidade. Normalmente elas são orientadas por valores, crenças e pela própria postura que o indivíduo tem na vida, ou seja, pelo modo como ele costuma operar no dia a dia. Uma dada estratégia de pensamento leva a uma ação correspondente. Não nos interessa saber das motivações acerca do uso de tais estratégias, mas conhecê-las em plena ação e associação a atitudes internas a fim de saber das suas influências e conseqüências no pensamento.

Existem as mais variadas estratégias de pensamento. O pensamento científico, o pensamento do senso comum, o pensamento religioso, pensamento místico, o pensamento da tradição são exemplos dessas estratégias. As estratégias de pensamento são nada mais que “formas de lidar com a realidade”. Não podemos e não devemos fazer julgamentos de valor acerca destas estratégias, ou seja, falar em “estratégias legítimas/verdadeiras” e “estratégias falsas/absolutamente equivocadas”, porque elas não se encaixam neste tipo de classificação. Se quiséssemos insistir em fazer algum tipo de classificação das estratégias de pensamento podemos dizer que, no máximo, se enquadrariam numa abordagem pragmática da verdade na qual importa o resultado que ela fornece, ou seja, o efeito produzido na situação. Por exemplo: quando o indivíduo passa por situações que fogem ao seu controle e compreensão como doenças em que a própria ciência ainda não tem conhecimento suficiente para fazer previsões, o uso da estratégia de pensamento religiosa, mística, ou da crença na sorte é a forma que encontrada para explicar, compreender e lidar com a situação e é

---

<sup>35</sup> Estas estratégias irão mudar conforme o objeto do pensamento e o indivíduo que as produz. Não há como estabelecer uma regularidade acerca delas. O que se pode dizer ainda é que as estratégias resultantes do diálogo interno tendem a caminhar em direção à mudança de crenças, pressupostos e ação.



perfeitamente válida na medida em que traz alguma alternativa, a saber, conforto e serenidade para o enfrentamento da situação.

O diálogo interno é mais que uma estratégia de pensamento, pois trata-se de uma atitude/modo de ser do pensamento que pode contemplar em sua atividade diversas estratégias de pensamento. No entanto, não podemos dissociar a atitude do pensamento das estratégias de pensamento pois funcionam sempre de forma associada. As estratégias de pensamento sempre resultam de uma dada postura do pensamento. Assim como o hábito, o diálogo interno é um modo de operação do pensamento. No entanto, é uma operação na qual há forte possibilidade de mudanças nos conceitos e crenças.

O diálogo interno significa a atitude investigativa de busca da compreensão, identificação de pressupostos, crenças e sentimentos, e mudança das concepções, sentimentos e de ação. Esta é a razão pela qual ele possibilita mudanças. O diálogo interno pode, inclusive, possibilitar ao indivíduo a percepção das estratégias de pensamento que estão sendo utilizadas por ele mesmo. Apesar de se assemelhar, em muitos aspectos, à estratégia de pensamento científico, o diálogo interno se diferencia desta por visar primordialmente à busca do sentido e não necessariamente da verdade/do conhecimento (busca necessária e fundamental da estratégia de pensamento científico).

O objetivo desta investigação é encontrar evidências do diálogo interno e do uso de estratégias do pensamento neste processo, através da observação do discurso autobiográfico de pessoas em situações de crise. Não pretendemos mostrar o movimento do pensamento em sua íntegra, uma vez que tal empreendimento seria impossível, mas identificar a ocorrência regular de alguns componentes fundamentais do diálogo interno, conforme a definição apresentada neste trabalho. Estes componentes não aparecem todos ao mesmo tempo, mas ao longo do processo do diálogo interno eles vão se apresentando. Um diálogo interno não precisa necessariamente apresentar todos eles para ser caracterizado como tal. Basta que, grande parte deles façam parte do processo.

Nos casos abaixo investigados encontramos tanto a atitude do diálogo interno, acompanhada de diversas estratégias de pensamento; quanto, em alguns momentos, a atitude do automatismo ou hábito do pensamento associada a estratégias de pensamento.



### **3.1 Análise de relatos autobiográficos em situações de crise**

#### **3.1.1 Uma análise com base em relato autobiográfico na crise de religiosidade.**

A primeira opção para a análise das atitudes e estratégias de pensamento foi o livro intitulado “**Infiel: a história de uma mulher que desafiou o islã**” (ALI, Ayaan Hirse. **Infiel: a história de uma mulher que desafiou o islã**. Tradução Luiz A. de Araújo. São Paulo: Companhia das Letras, 2007).

A opção por esta obra se deu em virtude dos seguintes fatores:

- Representar fatos do mundo contemporâneo;
- Apresentar situação de crise;
- E, por explicitar, em diversos momentos, o diálogo interno, sendo assim, uma evidência empírica de que o referido diálogo existe e pode ser empiricamente observado, bem como suas conseqüências no pensamento e na ação;
- Fornecer evidências de flexibilização da infra-estrutura tácita do pensamento.

O livro é uma autobiografia de uma mulher somali chamada Ayaan. Ela vivencia todas as típicas situações de uma menina no mundo muçulmano: obrigatoriedade de conhecer sua linhagem, sem a qual não é nada; extirpação do clitóris aos cinco anos; esmurrada e espancada pela mãe quando chega a primeira menstruação; obrigatoriedade de decorar o Alcorão. Na Arábia Saudita vivencia o costume de só poder andar acompanhada de um homem e todo o rigor muçulmano ali praticado. Conhece ainda a Etiópia e o Quênia. Foge de um casamento indesejado exilando-se na Holanda. Lá, ela conhece um mundo absolutamente novo.

Abaixo segue a análise de trechos do relato.



## TRECHO 1

**Neste trecho, Ayaan fala sobre o que tem aprendido na faculdade, curso de ciências políticas que frequenta na Holanda.**

... os autores contestavam fundamentalmente a idéia do poder de Deus na Terra, e o faziam com um raciocínio belo e convincente. Darwin dizia que a história da criação era um conto da carochinha. Freud afirmava que tínhamos domínio sobre nós próprios. Spinoza negava a existência de milagres, de anjos, da necessidade de orar a uma entidade exterior: Deus era a natureza e nós. Émile Durkheim assegurava que os seres humanos inventaram a religião para se sentirem seguros. Eu lia e lia e, depois, tentava enfiar aquilo tudo no pequeno alçapão do meu cérebro.

Em todo caso, ler aqueles livros de história ocidental era pecado. Mesmo a história da formação dos Estados modernos me obrigava a encarar as contradições da minha fé em Alá ... O Alcorão dizia que não podia haver governo sem Deus; o Alcorão era o livro das leis de Alá para a condução das coisas do mundo.

Em fevereiro de 1995, houve grandes inundações em toda a Holanda. Quando às voltas com catástrofes naturais, como secas ou inundações, Os somalis se reuniam para rezar. Os desastres eram sinais divinos a mostrar que os seres humanos estavam se comportando mal na Terra. Mas os holandeses acusavam o governo de não ter conservado os diques adequadamente. Não vi ninguém rezar. Era um paradoxo estranhíssimo... qualquer um podia contestar (e contestava) permanentemente a existência de Deus... Eu ouvia a toda hora – “que Deus o amaldiçoe”; para mim, pior coisa impossível - no entanto, ninguém era fulminado por um raio ... a sociedade funcionava sem nenhuma referencia divina, e funcionava perfeitamente bem. Aquele sistema de governo criado pelo homem era muito mais estável, pacífico, próspero e feliz do que os sistemas supostamente concebidos por Deus que sempre me ensinaram a respeitar.

Às vezes, o alçapão já não fechava: estava abarrotado de idéias. Tomada de um acesso de culpa, eu me esquadrihava: a calça, o cabelo, os livros, as idéias. Pensava nos anjos da irmã Aziza, que decerto continuavam empoleirados nos meus ombros, observando-me, registrando tudo. Tentava me convencer, debilmente, de que eu estava adquirindo conhecimento. Se Alá tudo predeterminava, deveria ter previsto que eu faria aquilo.

Tentei me convencer de que um dia, quando tivesse desenvolvido força de vontade e estivesse novamente em ambiente muçulmano, eu seria capaz de me arrepender e de obedecer verdadeiramente às leis de Deus. Por ora, seria sincera. Procuraria não prejudicar ninguém. Não adotaria as idéias sobre as quais estava lendo. Mas não ia deixar de estudá-las. (AYAAN, 2007, p.340/341/342)



Entendemos que Ayaan tem diálogo interno porque ela, muitas vezes, procura conter seus sentimentos, suspender o julgamento que provém de suas crenças, e segue em frente numa atitude investigativa, na qual, ela faz leituras, observa seu comportamento, observa seus sentimentos, observa suas crenças e compara com as idéias trazidas pelas leituras, relaciona com a forma de comportamento dos holandeses e com as significações atribuídas pelos holandeses etc. Ela está constantemente fazendo comparações entre o novo que chega e tudo aquilo que conheceu, aprendeu e vivenciou ao longo da vida. O diálogo interno não pode, de forma alguma, acontecer em isolamento. É condição para ele acontecer o contato com o outro (seja ele o que for). Aqui, neste caso, é o contato com o outro que faz Ayaan perceber as diferenças - comparar o mundo descrito no Alcorão com o mundo vivenciado na Holanda. Ela se identifica, em muitos casos, com o outro, e, se reconhecendo, traz à tona suas crenças, valores, preconceitos, medos etc.

Abaixo segue tabela com elementos do diálogo interno e o movimento do pensamento:

**Tabela 3-1– Componentes do diálogo interno em relato de Ayaan sobre aprendizado na faculdade.**

<b>Componentes diálogo int.</b>	<b>Autor: AYAAN</b>
1. Percepção reações físicas.	
2. Percepção de sentimentos.	Era um paradoxo estranhíssimo (estranhamento) Às vezes, o alçapão já não fechava: estava abarrotado de idéias. Tomada de um acesso de (culpa), eu me esquadrinhava: a calça, o cabelo, os livros, as idéias.
3. Percepção crença, valor, e pressupostos.	Em todo caso, ler aqueles livros de história ocidental era pecado. Mesmo a história da formação dos Estados modernos me obrigava a encarar as contradições da minha fé em Alá ... O Alcorão dizia que não podia haver governo sem Deus; o Alcorão era o livro das leis de Alá para a condução das coisas do mundo.
4. Questionamentos.	
5. Movimento de busca da compreensão.	... os autores contestavam fundamentalmente a idéia do poder de Deus na Terra, e o faziam com um raciocínio belo e convincente. Darwin dizia que a história da criação era um conto da carochinha. Freud afirmava que tínhamos domínio sobre nós próprios. Spinoza negava a existência de milagres, de anjos, da necessidade de orar a uma entidade exterior: Deus era a natureza e nós. Émile Durkheim assegurava que os seres humanos inventaram a religião para se sentirem seguros. Eu lia e lia e, depois, tentava enfiar aquilo tudo no pequeno alçapão do meu cérebro.
6. Mov. saída condicionam.	
7. Movimento de observação empírica/investigação.	Em fevereiro de 1995, houve grandes inundações em toda a Holanda. Quando às voltas com catástrofes naturais, como secas ou inundações, Os somalis se reuniam para rezar. Os desastres eram sinais divinos a mostrar que os seres humanos estavam se comportando mal na Terra. Mas os holandeses acusavam o governo de não ter conservado os diques adequadamente. Não vi ninguém rezar. ..... qualquer um podia contestar (e contestava) permanentemente a existência de Deus... Eu ouvia a toda hora – “que Deus o amaldiçoe”; para mim, pior coisa impossível - no entanto, ninguém era fulminado por um raio ... a sociedade funcionava sem nenhuma referência divina, e funcionava perfeitamente bem. Aquele sistema de governo criado pelo homem era muito mais estável, pacífico, próspero e feliz do que os sistemas supostamente concebidos por Deus que sempre me ensinaram a respeitar.
8. Percep. próprias ações.	
9. Movimento resignificação.	
10. Mudança de ação.	
11. Percep./julg. pensamento.	





## TRECHO 2

### Ayaan fala sobre o conflito entre a educação própria da Somália e a educação holandesa, e sua relação com a violência.

Certa vez, fui chamada a um colégio para ajudar a professora a explicar a um casal que o filho deles de sete anos era extremamente agressivo. Se ele voltasse a bater nos colegas, seria transferido para uma escola especializada no tratamento da violência. Tive dificuldade até para encontrar palavras, em somali, para explicar o que é *tratamento* da violência.

O garoto deu a sua versão da história: um menino tinha lhe mostrado a língua e xingara, por isso ele o surrara. Esse comportamento era absolutamente coerente com sua educação. Na Somália, o certo era atacar. Ser o primeiro a bater. Esperar até ser agredido era o mesmo que pedir para ser saco de pancada. Também fui educada assim.

Ao ouvir a versão do filho, os pais disseram: “Olhe aqui: foi o outro que começou!”. A professora, que era jovem, respondeu: ”Mas o outro menino não bateu nele”. E o casal exclamou em coro: “Ninguém espera até apanhar!”.

Precisei pedir para extrapolar o meu papel de mera intérprete e explicar as coisas. Disse à professora: “No nosso país, a agressão é uma tática de sobrevivência: ensinamos as crianças a ser a primeira a bater. A senhora vai ter que explicar muita coisa”.

A moça me olhou como se eu fosse maluca. Explicou que, se todas as crianças tivessem liberdade de espancar as demais, seria a lei da selva: o mais forte oprimiria os demais. E os pais concordaram. Estavam satisfeitos porque o filho era o mais forte.

Por fim, eu lhes disse: “Olhem, aqui na Holanda, se vocês baterem em alguém, as pessoas pensam que estão com algum problema sério. Aqui as divergências se resolvem com o diálogo. Se o seu filho continuar agredindo os colegas, vai acabar num lugar de crianças com problemas mentais, vai ser tratado como doente”.

Então eles se dispuseram a ouvir. Fizeram todo tipo de acordo e se comprometeram a um novo encontro. No fim, os três disseram que a reunião tinha sido muito esclarecedora, pois não sabiam que existia uma cultura tão diferente.

Voltei para casa pensando: “É por isso que a Somália está mergulhada na guerra civil e a Holanda não”. Nada mais óbvio. Os holandeses sabiam que a violência era ruim. Empenhavam-se muito em ensinar as crianças a canalizar a agressão e a resolver as diferenças verbalmente. Tinham analisado o conflito e criado instituições para regulá-los. Esse era o significado de ser cidadão.

Na época eu ainda não conseguia formular tudo isso. Não estava pronta para recuar e me perguntar por que tantos imigrantes – tantos imigrantes muçulmanos – eram violentos, pobres, dependiam do auxílio financeiro do Estado. Apenas absorvia fatos. Mas começava a me dar conta de que estava se dando aos muçulmanos a possibilidade de construir o seu pilar na sociedade holandesa, com escolas e estilo de vida próprios, tal como os católicos e os judeus. Eles estavam polidamente sendo abandonados para que pudessem viver no seu mundo próprio. ( AYAAN, 2007, p.349, p.350)



Em sua reflexão Ayaan toma consciência do próprio pensamento e das suas condições de percepção da realidade em que vivia. Ao mesmo tempo em que se observa, Ayaan observa também o mundo ao seu redor, sua cultura, as crenças cultivadas pela sociedade muçulmana e projeta as conseqüências desse modo de pensar. Como se evidencia na fala de Ayaan, o diálogo interno é um movimento constante de autopercepção (neste caso do próprio pensamento) e percepção do mundo – um eterno ir e vir.



**Tabela 3-2 - Componentes do diálogo interno em relato de Ayaan sobre distinções entre educação na Somália e educação holandesa.**

<b>Componentes diálogo int.</b>	<b>Autor: AYAAN</b>
1. Percepção reações físicas.	
2. Percepção de sentimentos.	
3. Percepção crença, valor, e pressupostos.	
4. Questionamentos.	
5. Movimento de busca da compreensão.	
6. Movimento saída do condicionamento.	
7. Movimento de observação empírica/investigação.	
8. Percepção das próprias ações.	
9. Movimento resignificação.	
10. Mudança de ação.	
11. Percepção/julgamento do próprio pensamento.	<p>Voltei para casa pensando: “É por isso que a Somália está mergulhada na guerra civil e a Holanda não”. Nada mais óbvio. Os holandeses sabiam que a violência era ruim. Empenhavam-se muito em ensinar as crianças a canalizar a agressão e a resolver as diferenças verbalmente. Tinham analisado o conflito e criado instituições para regulá-los. Esse era o significado de ser cidadão.</p> <p>Na época eu ainda não conseguia formular tudo isso. Não estava pronta para recuar e me perguntar por que tantos imigrantes – tantos imigrantes muçulmanos – eram violentos, pobres, dependiam do auxílio financeiro do Estado. Apenas absorvia fatos.</p>



### TRECHO 3

#### **Ayaan fala da postura dos holandeses frente aos refugiados... a extrema tolerância dos holandeses e o respeito às diferenças...**

As instituições de ensino muçulmanas não tinham alunos de família holandesa. As meninas usavam véu e geralmente ficavam separadas dos meninos – na sala de aula, durante orações, na prática de esportes. Ensinavam geografia e física como em qualquer outra escola holandesa, mas evitavam temas capazes de contrariar a doutrina islâmica. As crianças não eram incentivadas a contestar, não se estimulava a criatividade. Aprendiam a se afastar dos infiéis e a obedecer. (AYAAN, 2007, p.351)

Essa transigência com os imigrantes e as suas lutas em um novo país resultava em atitudes políticas que só perpetuavam a crueldade. Na Holanda, milhares de mulheres e crianças muçulmanas eram vítimas de uma violência sistemática... crianças pequenas sofriam excisão na mesa da cozinha – eu soube disso pelas somalis para as quais servia de intérprete. .. E, embora os holandeses contribuíssem generosamente para as organizações internacionais de amparo, continuavam ignorando o silencioso padecimento das mulheres e crianças maometanas no seu próprio quintal. O multiculturalismo holandês - o respeito pelo modo islâmico de fazer as coisas – não dava certo. Deixava mulheres e crianças despojadas de direitos. ...muitos maometanos se recusavam a aprender holandês e rejeitavam os valores de tolerância e liberdade pessoal. (AYAAN, 2007, p.351)

Ela observa o cotidiano e é capaz de perceber equívocos da educação muçulmana e do multiculturalismo holandês. Passa por momento de questionamento uma vez que percebe a violência sofrida pelas mulheres muçulmanas e questiona o respeito cego dos holandeses à cultura muçulmana, sendo conivente com a violência no próprio país. Além disso, Ayaan continua a fazer observações empíricas sobre a postura dos muçulmanos na Holanda. Abaixo segue tabela:



**Tabela 3-3 - Componentes do diálogo interno em relato de Ayaan sobre postura dos holandeses frente aos refugiados.**

<b>Componentes diálogo int.</b>	<b>Autor: AYAAN</b>
1. Percepção reações físicas.	
2. Percepção de sentimentos.	
3. Percepção crença, valor, e pressupostos.	
4. Questionamentos.	Essa transigência com os imigrantes e as suas lutas em um novo país resultava em atitudes políticas que só perpetuavam a crueldade. Na Holanda, milhares de mulheres e crianças muçulmanas eram vítimas de uma violência sistemática... crianças pequenas sofriam excisão na mesa da cozinha – eu soube disso pelas somalis para as quais servia de intérprete. .. E, embora os holandeses contribuíssem generosamente para as organizações internacionais de amparo, continuavam ignorando o silencioso padecimento das mulheres e crianças maometanas no seu próprio quintal. O multiculturalismo holandês - o respeito pelo modo islâmico de fazer as coisas – não dava certo. Deixava mulheres e crianças despojadas de direitos. ...muitos maometanos se recusavam a aprender holandês e rejeitavam os valores de tolerância e liberdade pessoal.
5. Movimento de busca da compreensão.	
6. Movimento saída do condicionamento.	
7. Movimento de observação empírica/investigação.	As instituições de ensino muçulmanas não tinham alunos de família holandesa. As meninas usavam véu e geralmente ficavam separadas dos meninos – na sala de aula, durante orações, na prática de esportes. Ensinavam geografia e física como em qualquer outra escola holandesa, mas evitavam temas capazes de contrariar a doutrina islâmica. As crianças não eram incentivadas a contestar, não se estimulava a criatividade. Aprendiam a se afastar dos infiéis e a obedecer.
8. Percepção das próprias ações.	
9. Movimento resignificação.	
10. Mudança de ação.	
11. Percepção/julgamento do próprio pensamento.	

## **TRECHO 4**



**Ayaan fala sobre sua irmã Haweya, que fugiu de casa depois de fazer um aborto do filho que teria com um amante...já morando na Holanda, fez outro aborto e depois disso passou a deprimir e ficar apática.**

... ela parecia estar perdendo a razão.. no começo seu sentimento de culpa pelo aborto me pareceu natural. Ela dizia que Alá jamais a perdoaria: tinha matado, não uma vez, mas duas. Entretanto, num dia em que saímos juntas, fez questão de pôr o turbante. Disse: “ Preciso tomar muito cuidado neste país. Ele é ímpio. Vai acabar nos transformando em infiéis”. Estranhei: “Mas, Haweya, você nunca foi religiosa”. Ela respondeu: “ É verdade, mas agora preciso ser, do contrário me arrisco a perder totalmente a minha religião”. Estava convencida de que ia para o inferno. Talvez o contraste entre o que ela via e aquilo em que achava que devia crer fosse tão forte que lhe era insuportável. Talvez não conseguisse lidar com a liberdade individual. (AYAAN, 2007, p.352/353)

Nesta fala observamos também a atitude de automatismo de Haweya para lidar com o conflito entre as suas crenças e a sua prática. Ela procura se esconder na submissão à religião a fim de ser redimida dos pecados que acredita ter cometido. Ela nega com isso o mundo que lhe possibilitou tais ações pecaminosas (abandonar a mãe/ transar com outros homens/ fazer abortos) – a Holanda. Ao invés de tentar compreender o que se passa com ela a irmã de Ayaan se esconde nas próprias crenças que a sufocam. A irmã de Ayaan, embora apresente um diálogo consigo mesma, não desenvolve diálogo interno.

Por outro lado, Ayaan segue na postura do diálogo interno e, ao comentar sobre a atitude da irmã, passa por momentos de busca da compreensão acerca do que ocorria com a irmã e de observação de seu comportamento. Segue tabela:

**Tabela 3-4 Componentes do diálogo interno em relato de Ayaan sobre sua irmã Haweya**

<b>Componentes diálogo int.</b>	<b>Autor: AYAAN</b>
<b>1.</b> Percepção reações físicas.	
<b>2.</b> Percepção de sentimentos.	
<b>3.</b> Percepção crença, valor, e pressupostos.	
<b>4.</b> Questionamentos.	
<b>5.</b> Movimento de busca da compreensão.	Estava convencida de que ia para o inferno. Talvez o contraste entre o que ela via e aquilo em que achava que devia crer fosse tão forte que lhe era insuportável. Talvez não conseguisse lidar com a liberdade individual.
<b>6.</b> Movimento saída do condicionamento.	
<b>7.</b> Movimento de observação empírica/investigação.	Ela parecia estar perdendo a razão. No começo seu sentimento de culpa pelo aborto me pareceu natural. Ela dizia que Alá jamais a perdoaria: tinha matado, não uma vez, mas duas. Entretanto, num dia em que saímos juntas, fez questão de pôr o turbante. Disse: “ Preciso tomar muito cuidado neste país. Ele é ímpio. Vai acabar nos transformando em infiéis”.
<b>8.</b> Percepção das próprias ações.	
<b>9.</b> Movimento resignificação.	
<b>10.</b> Mudança de ação.	
<b>11.</b> Percepção/julgamento do próprio pensamento.	



## TRECHO 5

### **Ayaan lida com seus conflitos interiores no que se refere à sua crença nas idéias de Alá e a crença nas idéias encontradas no novo mundo.**

... Haweya tinha as mesmas dúvidas que eu: porque a Holanda proporcionava ao povo uma vida muito melhor do que os países muçulmanos que conhecíamos? Mas ela respondia retornando à religião. Para mim, procurar respostas no Alcorão apenas levava a mais perguntas. Uma vez eu lhe disse: “duvido que você encontre a resposta aí” Ela respondeu: “ está dizendo que Alá não tem resposta e você tem? Isso me deixou confusa. Não tinha a menor intenção de desafiar Alá. Respondi: veja a Holanda: não é perfeita, e os holandeses vivem se queixando, mas é um país organizado, humano e próspero... E nós, dos países muçulmanos, estamos migrando em massa para países como este, de modo que você tem que reconhecer que eles fazem as coisas direito. Se o certo é fazer as coisas tal como Alá manda, veja o Irã. Queria morar lá? (AYAAN, 2007, p.353)

Aqui ela se vê confusa, com sentimento de culpa por ir contra sua crença em Alá. Faz questionamentos. Volta-se para o outro (comparando os mundos de Alá e o holandês), e reconhece os aspectos positivos da cultura holandesa, demonstrando assim, um processo de saída do condicionamento do pensamento imposto pela cultura muçulmana . Segue tabela:





**Tabela 3-5 - Componentes do diálogo interno em relato de Ayaan sobre conflito entre sua crença religiosa e novas idéias.**

<b>Componentes diálogo int.</b>	<b>Autor: AYAAN</b>
1. Percepção reações físicas.	
2. Percepção de sentimentos.	Isso me deixou confusa.
3. Percepção crença, valor, e pressupostos.	
4. Questionamentos.	<p>Uma vez eu lhe disse: “duvido que você encontre a resposta aí” Ela respondeu: “ está dizendo que Alá não tem resposta e você tem?”</p> <p>Haweya tinha as mesmas dúvidas que eu: porque a Holanda proporcionava ao povo uma vida muito melhor do que os países muçulmanos que conhecíamos?</p>
5. Movimento de busca da compreensão.	
6. Movimento saída do condicionamento.	<p>Não tinha a menor intenção de desafiar Alá. Respondi: veja a Holanda: não é perfeita, e os holandeses vivem se queixando, mas é um país organizado, humano e próspero... E nós, dos países muçulmanos, estamos migrando em massa para países como este, de modo que você tem que reconhecer que eles fazem as coisas direito. Se o certo é fazer as coisas tal como Alá manda, veja o Irã. Queria morar lá?</p> <p>Para mim, procurar respostas no Alcorão apenas levava a mais perguntas.</p>
7. Movimento de observação empírica/investigação.	
8. Percepção das próprias ações.	
9. Movimento resignificação.	
10. Mudança de ação.	
11. Percepção/julgamento do próprio pensamento.	



## TRECHO 6

### Ayaan fala sobre sua experiência na universidade.

... quando mais livros ocidentais eu lia, mais queria ler. Quanto mais aprendia acerca do governo, do desenvolvimento individual, dos sistemas de pensamento como a democracia social e o liberalismo, sendo um produto do outro, mais preferia as coisas assim. O conceito de escolha individual melhorava visivelmente a vida das pessoas, assim como a igualdade entre homem e mulher. Eu estava apaixonada pela idéia de pensar com precisão, questionar tudo e elaborar teorias próprias. Não era cega para as desvantagens dessas liberdades. Sentia a solidão e, ocasionalmente, até mesmo o vazio da nossa vida. Às vezes era cansativo ter que descobrir tudo por mim em vez de confiar nas linhas confortáveis e nítidas da doutrina e nas regras minuciosas. Às vezes eu também receava as liberdades ilimitadas da Holanda. (AYAAN, 2007, p.354)

Observamos que Ayaan tem consciência do conforto trazido por seguir a crença religiosa, torna evidente o cansaço trazido pela escolha por novas crenças, mas deixa claro sua preferência pelo novo. Continua numa atitude de estar atenta às suas crenças, sentimentos e ações. Busca a compreensão e o novo, num diálogo constante com ela mesma e com o outro. Segue tabela:

**Tabela 3-6 - Componentes do diálogo interno em relato de Ayaan sobre sua experiência na universidade.**

<b>Componentes diálogo int.</b>	<b>Autor: AYAAN</b>
<b>1.</b> Percepção reações físicas.	
<b>2.</b> Percepção de sentimentos.	Eu estava apaixonada pela idéia de pensar com precisão, questionar tudo e elaborar teorias próprias. Não era cega para as desvantagens dessas liberdades. (envolvimento/lucidez) Sentia a solidão e, ocasionalmente, até mesmo o vazio da nossa vida. (solidão/vazio) Às vezes era cansativo ter que descobrir tudo por mim em vez de confiar nas linhas confortáveis e nítidas da doutrina e nas regras minuciosas. (cansaço). Às vezes eu também receava as liberdades ilimitadas da Holanda. (medo)
<b>3.</b> Percepção crença, valor, e pressupostos.	
<b>4.</b> Questionamentos.	
<b>5.</b> Movimento de busca da compreensão.	O conceito de escolha individual melhorava visivelmente a vida das pessoas, assim como a igualdade entre homem e mulher.
<b>6.</b> Movimento saída do condicionamento.	
<b>7.</b> Movimento de observação empírica/investigação.	
<b>8.</b> Percepção das próprias ações.	Quando mais livros ocidentais eu lia, mais queria ler. Quanto mais aprendia acerca do governo, do desenvolvimento individual, dos sistemas de pensamento como a democracia social e o liberalismo, sendo um produto do outro, mais preferia as coisas assim.
<b>9.</b> Movimento resignificação.	
<b>10.</b> Mudança de ação.	
<b>11.</b> Percepção/julgamento do próprio pensamento.	



## TRECHO 7

### Novamente Ayaan fala sobre sua experiência com novos conhecimentos.

... conhecer Freud me fez entrar em contato com um sistema moral alternativo...nunca imaginei que pudesse existir um arcabouço moral para a humanidade que não derivasse da religião. Sempre havia um Deus. Não tê-lo era imoral. .. mas eis que havia a psicologia , uma história sem raízes religiosas. Falava em impulsos, na paixão de comer, de transar, ...em como dominar impulsos aprendendo a entendê-los...os textos eram fascinantes. Neles reconheci tanta coisa de mim e da minha família. ...Também achei claras explicações sobre a sexualidade, que tanto havia me atormentado na adolescência. Aos poucos, comecei a enxergar que o modo como me criaram não podia dar certo. A clitorectomia não eliminava o impulso sexual humano, tampouco o medo ao fogo do inferno. A repressão não levava senão à hipocrisia e à mentira, estratégias que corrompiam o indivíduo e não o protegiam da gravidez indesejável nem de doenças. Ao que tudo indicava, os holandeses faziam as coisas de outro modo. Explicavam a puberdade para os filhos, dizendo-lhes que o desejo sexual chegaria junto com as mudanças...(AYAAN, 2007, p.330/331)

Nesta fala Ayaan mostra seu processo de contato com o outro, ao mesmo tempo em que volta para si, observando suas crenças e experiências, comparando-as com crenças e experiências dos holandeses. Ayaan também chega ao momento de resignificação, concluindo que a educação sexual recebida por ela era completamente inadequada. Segue tabela:



**Tabela 3-7 - Componentes do diálogo interno em relato de Ayaan sobre sua experiência com novos conhecimentos.**

<b>Componentes diálogo int.</b>	<b>Autor: AYAAN</b>
1. Percepção reações físicas.	
2. Percepção de sentimentos.	
3. Percepção crença, valor, e pressupostos.	<p>Sempre havia um Deus. Não tê-lo era imoral.</p> <p>os textos eram fascinantes. Neles reconheci tanta coisa de mim e da minha família.</p> <p>Aos poucos, comecei a enxergar que o modo como me criaram não podia dar certo. A clitorectomia não eliminava o impulso sexual humano, tampouco o medo ao fogo do inferno.</p>
4. Questionamentos.	
5. Movimento de busca da compreensão.	<p>Conhecer Freud me fez entrar em contato com um sistema moral alternativo...nunca imaginei que pudesse existir um arcabouço moral para a humanidade que não derivasse da religião. Sempre havia um Deus.</p> <p>Mas eis que havia a psicologia, uma história sem raízes religiosas. Falava em impulsos, na paixão de comer, de transar, em como dominar impulsos aprendendo a entendê-los...os textos eram fascinantes.</p> <p>Também achei claras explicações sobre a sexualidade , que tanto havia me atormentado na adolescência.</p>
6. Mov. saída condicional.	
7. Movimento de observação empírica/investigação.	<p>Ao que tudo indicava, os holandeses faziam as coisas de outro modo. Explicavam a puberdade para os filhos, dizendo-lhes que o desejo sexual chegaria junto com as mudanças.</p>
8. Percep. próprias ações.	
9. Movimento resignificação.	<p>Aos poucos, comecei a enxergar que o modo como me criaram não podia dar certo. A clitorectomia não eliminava o impulso sexual humano, tampouco o medo ao fogo do inferno. A repressão não levava senão à hipocrisia e à mentira, estratégias que corrompiam o indivíduo e não o protegiam da gravidez indesejável nem de doenças</p>
10. Mudança de ação.	
11. Percepção/julgamento do próprio pensamento.	



## TRECHO 8

### Ayaan conversa com colegas de quarto na Holanda.

... as Etíopes me pareceram frívolas e definitivamente tolas. O tempo que elas passavam se vestindo e as roupas que usavam... certa manhã ela me disse: “ vamos, tire esse véu e essa saia comprida”. Não!”, respondi. “sou muçulmana”. ...mas porque? Por que as muçulmanas são obrigadas a andar cobertas e não podem transar? .... Respondi: o que espera conseguir andando seminua por aí? Não sabe que isso afeta muito os homens? ... Instaura-se um estado de caos total... ela responde:” então porque é que não estou vendo nenhum estado de caos aqui na Europa?” “Não sei”, respondi. ... Fiquei muito tempo olhando para elas, pensando: será que há alguma verdade no que dizem as etíopes? Na manhã seguinte resolvi fazer uma experiência: sai sem véu. ... Queria ver o que acontecia. Saí suando frio. .... pois não aconteceu absolutamente nada. ... não vi nenhum homem perder a cabeça. Pouco a pouco, nos dias subseqüentes, abandonei o véu. Pensei com meus botões: “ Vou dizer a Alá que estou tomando cuidado. Não faço mal a ninguém”. Ele não me fulminou com um raio. Cheguei à conclusão de que, quando o Alcorão mandava as mulheres se cobrirem, queria dizer que elas não deviam chamar a atenção. De modo que eu não podia estar pecando. Aliás, não sei porque, mas andar com cabelo ao ar livre fazia com que me sentisse um pouco mais alta. (AYAAN, 2007, p.283/284/285)

Ayaan interage com o outro, explicita pensamentos e sentimentos, e segue testando suas crenças, mesmo estando acompanhada de sentimentos que dificultam tal atitude. O processo de repensar a crença segue junto com os sentimentos conflituosos e a própria crença. Ela, em momento algum, interrompe o diálogo consigo mesma e com o outro. Percebe reações do seu corpo, faz questionamentos, faz observações e testes empíricos, sai do condicionamento em que se encontrava e ressignifica seu pensamento.



**Tabela 3-8 - Componentes do diálogo interno em relato de Ayaan sobre conversa com colegas de quarto na Holanda.**

<b>Componentes diálogo int.</b>	<b>Autor: AYAAN</b>
1. Percepção reações físicas.	Saí suando frio.
2. Percepção de sentimentos.	
3. Percepção crença, valor, e pressupostos.	
4. Questionamentos.	Será que há alguma verdade no que dizem as etíopes?
5. Movimento de busca da compreensão.	
6. Movimento saída do condicionamento.	Pouco a pouco abandonei o véu. Pensei com meus botões: “vou dizer a Alá que estou tomando cuidado. Não faço mal a ninguém.
7. Movimento de observação empírica/investigação.	Na manhã seguinte resolvi fazer uma experiência: sai sem véu. ... Queria ver o que acontecia. Pois não aconteceu absolutamente nada. Não vi nenhum homem perder a cabeça. Ele não me fulminou com um raio.
8. Percepção das próprias ações.	
9. Movimento resignificação.	Ele não me fulminou com um raio. Cheguei à conclusão de que, quando o Alcorão mandava as mulheres se cobrirem, queria dizer que elas não deveriam chamar a atenção. De modo que eu não podia estar pecando
10. Mudança de ação.	Pouco a pouco abandonei o véu. Pensei com meus botões: “vou dizer a Alá que estou tomando cuidado. Não faço mal a ninguém.
11. Percepção/julgamento do próprio pensamento.	



### 3.1.2 Uma análise com base em relato autobiográfico na crise gerada por limitações físicas.

O segundo relato analisado foi apresentado no livro intitulado **Ainda sou eu: memórias**. (REEVE, Christopher. **Ainda sou eu: memórias**. Tradução Vera Caputo. São Paulo: DBA Artes Gráficas, 2001.). A escolha do texto seguiu os mesmos critérios acima apresentados: a) Relato de fatos contemporâneos; b) Apresentar situação de crise; c) Apresentar evidências do diálogo interno; d) Evidências de flexibilização da infra-estrutura tácita do pensamento.

O livro é o relato autobiográfico do ator Christopher Reeve após sofrer grave acidente equestre, que o deixou tetraplégico em 1995. Neste relato, o ator mostra em detalhes as transformações das mais diversas ordens ocorridas em sua vida após acidente. São algumas delas: a) Transformações do corpo; b) Transformações psicológicas; c) Transformações do pensamento; d) Mudanças nas relações afetivas; e) Mudanças na percepção do mundo e de si mesmo.

Abaixo segue análise de trechos do relato.

## TRECHO 1

### Christopher fala sobre seus pensamentos logo após o acidente.

Por mais de um ano me perguntei se minha fratura teria sido mesmo um acidente, um fato raro, ou se foi irresponsabilidade minha. Era a primeira vez que Buck parava assim num percurso de *crosscountry*. Por que teria se recusado a saltar uma cerca tão fácil? Coelhos e sombras à parte, devo ter feito alguma coisa errada e fui o único responsável pelo acidente. [...] devo ter me inclinado para frente antes da hora, um erro fácil de cometer. Mas só isso não teria feito Buck parar. Já sei que querer entender o que aconteceu só me deixa mais atormentado. Independentemente do que possa ter acontecido, não devo ficar para sempre remoendo o fato. Se fui eu que cometi o erro, mereço perdão porque sou humano. Hoje em dia é isso que estou tentando fazer. (REEVE, 2001, p. 26/27)

Em seu relato, Christopher mostra sua percepção dos sentimentos trazidos pelo pensamento sobre o acidente, faz questionamentos, e demonstra atitude de saída do condicionamento – recusa em deixar que pensamentos sobre explicações para o acidente tomem conta de sua mente.



**Tabela 3-9 - Componentes do diálogo interno em relato de Christopher Reeve sobre acidente.**

<b>Componentes diálogo int.</b>	<b>Autor: Christopher Reeve</b>
<b>1.</b> Percepção reações físicas.	
<b>2.</b> Percepção de sentimentos.	Já sei que querer entender o que aconteceu só me deixa mais atormentado
<b>3.</b> Percepção crença, valor, e pressupostos.	
<b>4.</b> Questionamentos.	Por que teria se recusado a saltar uma cerca tão fácil?
<b>5.</b> Movimento de busca da compreensão.	
<b>6.</b> Movimento saída do condicionamento.	Não devo ficar para sempre remoendo o fato. Se fui eu que cometi o erro, mereço perdão porque sou humano. Hoje em dia é isso que estou tentando fazer.
<b>7.</b> Movimento de observação empírica/investigação.	
<b>8.</b> Percepção das próprias ações.	
<b>9.</b> Movimento resignificação.	
<b>10.</b> Mudança de ação.	
<b>11.</b> Percepção/julgamento do próprio pensamento.	



## TRECHO 2

### **Christopher relata seu pensamento após tomar conhecimento do nível de gravidade do seu estado físico.**

A C1-C2 é o que de pior pode acontecer. Por que não morrer de uma vez e evitar problemas para todos? Dana entrou no quarto, sentou-se a meu lado, nós fizemos contato através do olhar, e eu pronunciei minhas primeiras palavras com lucidez: “Talvez fosse melhor me deixar morrer”. Dana começou a chorar e decretou: “Vou dizer isto apenas uma vez: apoiarei o que você quiser, porque a vida é sua e as decisões também. Saiba que poderá contar comigo para o que for preciso”. E então acrescentou as palavras que salvaram a minha vida: “Estarei sempre a seu lado. Eu o amo”.

Se ela tivesse desviado o olhar, feito uma pausa ou hesitado o mínimo que fosse, ou se eu tivesse percebido um ato de nobreza da parte dela, como se apenas cumprisse uma obrigação, não sei se teria suportado. Eu sabia que seria um peso para todos, que minha vida e a de todo o mundo seria um inferno. Não era justo. Melhor morrer.

Mas Dana me mostrou que era possível viver, graças à grandeza de seu amor e de sua dedicação. Consegui até fazer uma piada: “Isso vai além dos votos matrimoniais de 'na saúde e na doença'...” Ela também sabia disso – e eu tive a certeza de que ficaria a meu lado para sempre. Caberia a mim aprender a lidar com o que tinha me acontecido e não tornar-me um peso para ninguém. Deveria encontrar uma maneira de voltar a ser produtivo.

... não seria justo para minha família se eu me entregasse. Eu não queria mais partir dessa vida. Quando me conscientizei disso, as idéias suicidas desapareceram. (REEVE, 2001, p.35/36/37)

Em seu diálogo interno Christopher faz questionamentos, observa o comportamento da esposa e, a partir daí, muda o condicionamento do pensamento tomando a decisão de lutar e adaptar-se à sua nova condição. Ele não permanece com o mesmo pensamento e podemos perceber o movimento ao longo do processo.



**Tabela 3-10 - Componentes do diálogo interno em relato de Christopher Reeve sobre seu pensamento após tomar conhecimento do nível de gravidade do seu estado físico.**

<b>Componentes diálogo int.</b>	<b>Autor: Christopher Reeve</b>
1. Percepção reações físicas.	
2. Percepção de sentimentos.	
3. Percepção crença, valor, e pressupostos.	
4. Questionamentos.	Por que não morrer de uma vez e evitar problemas para todos?
5. Movimento de busca da compreensão.	
6. Movimento saída do condicionamento.	Caberia a mim aprender a lidar com o que tinha me acontecido e não tornar-me um peso para ninguém. Deveria encontrar uma maneira de voltar a ser produtivo. [... ] não seria justo para minha família se eu me entregasse. Eu não queria mais partir dessa vida. Quando me conscientizei disso, as idéias suicidas desapareceram.
7. Movimento de observação empírica/investigação.	Dana começou a chorar e decretou: “Vou dizer isto apenas uma vez: apoiarei o que você quiser, porque a vida é sua e as decisões também. Saiba que poderá contar comigo para o que for preciso”. E então acrescentou as palavras que salvaram a minha vida: “Estarei sempre a seu lado. Eu o amo”. Se ela tivesse desviado o olhar, feito uma pausa ou hesitado o mínimo que fosse, ou se eu tivesse percebido um ato de nobreza da parte dela, como se apenas cumprisse uma obrigação, não sei se teria suportado.
8. Percepção das próprias ações.	
9. Movimento resignificação.	
10. Mudança de ação.	
11. Percepção/julgamento do próprio pensamento.	



## TRECHO 3

### Christopher fala sobre sentimentos e pensamentos gerados pela situação.

A sensação de impotência era difícil de suportar. A adaptação mais difícil foi depender tanto das pessoas. Fiquei um mês naquela cama, alterando estados de espírito e sentimentos - gratidão, pavor, autopiedade, desorientação, raiva. Eu tinha pavor de uma das médicas da UTI. Ela entrava a qualquer hora do dia ou da noite para cutucar-me e espetar-me – eu não sentia nada abaixo do trapézio, só na musculatura externa do pescoço. Essa médica falava comigo como se eu tivesse três anos de idade. Um dia não agüentei: “Vá se danar!” Sou um homem de 42 anos. Ou você me trata como adulto, ou nunca mais entra neste quarto”. Ela melhorou um pouco. Sei que sua intenção não era ofender-me nem machucar-me, mas essa mulher me deixava desesperado, fazia sentir-me humilhado, envergonhado.

Sei que pode parecer estranho que eu me sentisse humilhado e envergonhado, mas tendo a ficar assim sempre que alguma coisa dá muito errado em minha vida.

... na época de *Superman*, eu dizia brincando que precisava ser cuidadoso para não ler no dia seguinte no *New York Post*: “Super-homem é atropelado por ônibus”. Esse acidente foi humilhante e vergonhoso. Como pude deixar acontecer? (REEVE, 2001, p.47)

[...] procurava concentrar-me no amor e no apoio que vinha recebendo das pessoas, mas só conseguia pensar em mim – pouco importava que as pessoas gostassem ou não de mim. O que eu queria era andar. Trocaria todo o afeto do mundo para subir um só degrau de escada. O corpo e a mente, na luta pela sobrevivência, são totalmente egoístas. [...] Talvez o egoísmo faça parte do instinto de sobrevivência. Esse “eu, eu e mais eu” é uma primeira reação inevitável. Depois precisamos evoluir para pensamentos mais elevados, uma maneira diferente de pensar. Há os que se refugiam na religião; são as pessoas que conseguem ter fé. Isso não funcionou comigo, embora eu tenha tentado. Nunca fui religioso, mas achei que, se não estabelecesse uma relação com Deus, estaria perdido. Cheguei a rezar algumas vezes, mas me pareceu tremendamente falso.

[...] Dana passava pelas mesmas coisas. Foi criada no catolicismo, mas nunca aceitou a religião formal. Depois do acidente, ela leu o livro “Quando as coisas ruins acontecem a pessoas boas”, escrito pelo rabino Harold Kushner, cujo filho sofria de progeria, doença terrível que ocasiona envelhecimento precoce e leva à morte ainda na adolescência. Esse homem era um religioso, devotou sua vida a Deus, mas não aceitava a doença do filho. Por fim, ele chega à mesma conclusão que Dana e eu chegamos: Deus não é responsável pelo que nos acontece. Temos o livre-arbítrio e obedecemos às leis da natureza. Quando se cai de cabeça de cima de um cavalo, o mais provável é que se quebre o pescoço. Pode acontecer. Deus e a graça divina estão na força que buscamos para lidar com a adversidade. Mesmo que não saibamos de onde vem esta força, é um imenso poder à nossa disposição.

E então você sabe que está agindo da melhor maneira, a mais amorosa possível em determinado momento. O velho ditado “Deus é amor” é mesmo verdadeiro, creia-se ou não nele. Foi pensando assim que consegui sair daquele “eu, eu, eu”:



---

meu corpo, meus problemas, minha situação, eu mesmo. (REEVE, 2001, p.50/51)

[...] Com o tempo, não pensei mais em como seria minha vida, e sim em como ela poderia ser. Teria alguma utilidade nas condições em que eu estava? Poderia ser criativo? Voltaria a trabalhar? E, principalmente, voltaria a ser marido para Dana e pai para Will, Matthew e Alexandra? Não existiam respostas, mas as perguntas ajudavam muito. (REEVE, 2001, p.54)

Neste trecho podemos observar a passagem por quase todos os componentes do diálogo interno. Christopher percebe sentimentos, faz questionamentos, busca compreensão em diálogos com a esposa, percebe ações equivocadas, procura mudar os pensamentos, faz julgamentos dos próprios pensamentos, e chega a novas significações.



**Tabela 3-11- Componentes do diálogo interno em relato de Christopher Reeve sobre sentimentos e pensamentos gerados pelo acidente.**

<b>Componentes diálogo int.</b>	<b>Autor: Christopher Reeve</b>
<b>1. Percepção reações</b>	
<b>2. Percepção de sentimentos.</b>	<p>A sensação de impotência era difícil de suportar. A adaptação mais difícil foi depender tanto das pessoas. Fiquei um mês naquela cama, alterando estados de espírito e sentimentos - gratidão, pavor, autopiedade, desorientação, raiva</p> <p>Sei que sua intenção não era ofender-me nem machucar-me, mas essa mulher me deixava desesperado, fazia sentir-me humilhado, envergonhado.</p> <p>Sei que pode parecer estranho que eu me sentisse humilhado e envergonhado, mas tendo a ficar assim sempre que alguma coisa dá muito errado em minha vida.</p>
<b>3. Percepção crença, valor, e pressupostos.</b>	
<b>4. Questionamentos.</b>	<p>Esse acidente foi humilhante e vergonhoso. Como pude deixar acontecer?</p> <p>[...] Com o tempo, não pensei mais em como seria minha vida, e sim em como ela poderia ser. Teria alguma utilidade nas condições em que eu estava? Poderia ser criativo? Voltaria a trabalhar? E, principalmente, voltaria a ser marido para Dana e pai para Will, Matthew e Alexandra? Não existiam respostas, mas as perguntas ajudavam muito.</p>
<b>5. Movimento de busca da compreensão.</b>	<p>[...] Dana passava pelas mesmas coisas. Foi criada no catolicismo, mas nunca aceitou a religião formal. Depois do acidente, ela leu o livro “Quando as coisas ruins acontecem a pessoas boas”, escrito pelo rabino Harold Kushner, cujo filho sofria de progeria, doença terrível que ocasiona envelhecimento precoce e leva à morte ainda na adolescência. Esse homem era um religioso, devotou sua vida a Deus, mas não aceitava a doença do filho. Por fim, ele chega à mesma conclusão que Dana e eu chegamos: Deus não é responsável pelo que nos acontece.</p>
<b>6. Movimento saída do condicionamento.</b>	<p>Depois precisamos evoluir para pensamentos mais elevados, uma maneira diferente de pensar. Há os que se refugiam na religião; são as pessoas que conseguem ter fé.</p> <p>E então você sabe que está agindo da melhor maneira, a mais amorosa possível em determinado momento. O velho ditado “Deus é amor” é mesmo verdadeiro, creia-se ou não nele. Foi pensando assim que consegui sair daquele “eu, eu, eu”: meu corpo, meus problemas, minha situação, eu mesmo.</p>
<b>7. Mov. obs.</b>	
<b>8. Percepção das próprias ações.</b>	<p>Cheguei a rezar algumas vezes, mas me pareceu tremendamente falso.</p>
<b>9. Movimento resignificação.</b>	<p>Por fim, ele chega à mesma conclusão que Dana e eu chegamos: Deus não é responsável pelo que nos acontece. Temos o livre-arbítrio e obedecemos às leis da natureza. Quando se cai de cabeça de cima de um cavalo, o mais provável é que se quebre o pescoço. Pode acontecer. Deus e a graça divina estão na força que buscamos</p>



	<p>para lidar com a adversidade. Mesmo que não saibamos de onde vem esta força, é um imenso poder à nossa disposição. E então você sabe que está agindo da melhor maneira, a mais amorosa possível em determinado momento. O velho ditado “Deus é amor” é mesmo verdadeiro, creia-se ou não nele.</p>
<b>10. Mudança de ação.</b>	
<b>11. Percepção/julgamento do próprio pensamento.</b>	<p>[...] procurava concentrar-me no amor e no apoio que vinha recebendo das pessoas, mas só conseguia pensar em mim – pouco importava que as pessoas gostassem ou não de mim. O que eu queria era andar. Trocaria todo o afeto do mundo para subir um só degrau de escada. Nunca fui religioso, mas achei que, se não estabelecesse uma relação com Deus, estaria perdido.</p>



## TRECHO 4

### Christopher e sua concepção de relacionamento, família.

As palavras de Dana, “Você ainda é você, e eu o amo”, foram muito mais fortes que meros votos de compromisso e fidelidade. Em certo sentido, ela me fez ver que o casamento e a família estavam no centro de tudo; se eles continuavam intactos, meu mundo não ruiria. Muita gente sabe disso, mas até então eu não sabia. Desde a infância até aproximar-me dos quarenta anos, quando conheci Dana, eu não acreditava em casamento, mas queria ter uma família. Por ter crescido entre duas famílias que nunca foram estáveis, não tinha um conceito muito claro de lar. Por isso criei independência que, em muitos casos, foi positiva. Mas, por outro lado, invejava as famílias que se comunicavam, respeitavam-se, amavam-se incondicionalmente e criavam uma base sólida para os filhos. (REEVE, 2001. p.55)

Desde a infância eu achava que o máximo que se poderia esperar de um relacionamento eram alguns momentos isolados de alegria e felicidade - que nunca duravam muito. [...] Inevitavelmente tudo terminaria e as pessoas iriam embora. Surgiriam novas amizades, novas ligações. Criei a tendência de ficar sozinho e nunca aproximar-me muito de alguém. (REEVE, 2001, P.77)

Neste trecho Christopher se dá conta de suas crenças e pressupostos sobre a vida em família e dos sentimentos gerados ao se deparar com famílias bem estruturadas. Percebe as suas ações decorrentes das referidas crenças e ressignifica a noção de família.





**Tabela 3-12 - Componentes do diálogo interno em relato de Christopher Reeve sobre sua concepção de relacionamento e família.**

<b>Componentes diálogo int.</b>	<b>Autor: Christopher Reeve</b>
1. Percepção reações físicas.	
2. Percepção de sentimentos.	Mas, por outro lado, invejava as famílias que se comunicavam, respeitavam-se, amavam-se incondicionalmente e criavam uma base sólida para os filhos
3. Percepção crença, valor, e pressupostos.	Desde a infância até aproximar-me dos quarenta anos, quando conheci Dana, eu não acreditava em casamento, mas queria ter uma família. Por ter crescido entre duas famílias que nunca foram estáveis, não tinha um conceito muito claro de lar. Desde a infância eu achava que o máximo que se poderia esperar de um relacionamento eram alguns momentos isolados de alegria e felicidade - que nunca duravam muito. [...] Inevitavelmente tudo terminaria e as pessoas iriam embora. Surgiriam novas amizades, novas ligações.
4. Questionamentos.	
5. Movimento de busca da compreensão.	
6. Movimento saída do condicionamento.	
7. Movimento de observação empírica/investigação.	
8. Percepção das próprias ações.	Por isso criei independência que, em muitos casos, foi positiva.
9. Movimento resignificação.	As palavras de Dana, “Você ainda é você, e eu o amo”, foram muito mais fortes que meros votos de compromisso e fidelidade. Em certo sentido, ela me fez ver que o casamento e a família estavam no centro de tudo; se eles continuavam intactos, meu mundo não ruiria. Muita gente sabe disso, mas até então eu não sabia.
10. Mudança de ação.	
11. Percepção/julgamento do próprio pensamento.	



## TRECHO 5

### **Christopher relata suas mudanças na relação com as pessoas e de percepção delas bem como sua postura diante da nova condição de vida.**

Aos poucos, fui me sentindo mais à vontade no Kessler<sup>36</sup> e comecei a sair do meu isolamento. Eu visitava os outros pacientes e recebia a visita deles. No começo, achei que fosse apenas por obrigação, que ninguém queria ver-me realmente. Mas aos poucos fui achando bom partilhar experiências e sentimentos e passei a deixar a porta aberta. Não sabia quem poderia chegar numa cadeira de rodas nem sobre o que iríamos conversar. Tive conversas profundas com pessoas das quais eu jamais teria me aproximado em outras circunstâncias. E todas elas tinham algo a oferecer-me. Antes do acidente, eu, no máximo, desejava bom-dia ao moço do caixa do posto de gasolina quando lhe entregava o cartão de crédito. Jamais prestei atenção ao rapaz que fazia meu sanduíche atrás do balcão. Nunca pensei nele como pessoa, um indivíduo com histórias e características próprias. É mais fácil não enxergar as pessoas. (REEVE, 2001, P.95)

[...] Quando comecei a relacionar-me com as outras pessoas, passei a aceitar-me melhor. Aceitar a própria condição é um passo essencial para a reabilitação. (REEVE, 2001, P.96)

[...] Patty me obrigava a olhar para mim mesmo e para minha condição – aceitar-me como tetraplégico, o que, por muito tempo, tentei evitar.

Diferentemente dos outros, nunca se intimidou em minha presença. Ficava ao lado de minha cama segurando o manual sobre lesões na medula espinhal. Era a última coisa que eu queria ler: um livro sobre um presente terrível e um futuro desolador. Mas ela me obrigou a ler sobre os intestinos, a sexualidade e a disreflexia<sup>37</sup>. (REEVE, 2001, P.105)

[...] se você chegar ao pronto-socorro de um hospital qualquer com disreflexia, ninguém vai saber do que você está falando. Por isso é importante conhecer detalhes de sua condição; é preciso saber o que se faz necessário. Foi para isso que Patty me fez ler aquele manual.

Foi difícil para mim, porque há muitas coisas sobre o corpo, suas funções e seus problemas, pelas quais nunca me interessei. Até o Memorial Day de 1995, meu corpo nunca me atrapalhou. Eu me achava indestrutível.

[...] aos poucos fui percebendo que devia concentrar-me em mim como costumava fazer com um novo hobby ou um novo esporte. Precisaria ser disciplinado em relação a meu corpo como se estivesse aprendendo a pilotar avião, um barco, a montar um cavalo. Teria de saber exatamente em que condições eu estava e como estaria num futuro próximo. Como poderia administrar meu problema? Que tipo de pessoa eu seria? (REEVE, 2001, P.106)

<sup>36</sup> Centro de reabilitação.

<sup>37</sup> Problema gerado pela prisão de ventre ou complicações urinárias, que faz subir a pressão e pode provocar ataque cardíaco.



Christopher relata a percepção de crenças a respeito de si e seu esforço em compreender as implicações de uma lesão na medula espinhal. Faz questionamentos sobre a nova vida. Se coloca na postura de não se deixar levar pelos pensamentos que automaticamente vêm à sua mente e esforça-se por compreender e aceitar o ocorrido. Percebe suas ações e se percebe saindo do isolamento – mudando suas ações. Resignifica o papel do outro em sua vida. Muda a ação no momento em que passa a se relacionar e compartilhar a vida com outras pessoas. Mais uma vez observamos o movimento do pensamento como um processo de flexibilização, mudança, desenvolvimento da autonomia e aumento do nível de consciência.

**Tabela 3-13- Componentes do diálogo interno em relato de Christopher Reeve sobre suas mudanças na relação e percepção das pessoas.**

<b>Componentes diálogo int.</b>	<b>Autor: Christopher Reeve</b>
<b>1.</b> Percepção reações físicas.	
<b>2.</b> Percepção de sentimentos.	
<b>3.</b> Percepção crença, valor, e pressupostos.	Até o Memorial Day de 1995, meu corpo nunca me atrapalhou. Eu me achava indestrutível.
<b>4.</b> Questionamentos.	Como poderia administrar meu problema? Que tipo de pessoa eu seria?
<b>5.</b> Movimento de busca da compreensão.	Diferentemente dos outros, nunca se intimidou em minha presença. Ficava ao lado de minha cama segurando o manual sobre lesões na medula espinhal. Era a última coisa que eu queria ler: um livro sobre um presente terrível e um futuro desolador. Mas ela me obrigou a ler sobre os intestinos, a sexualidade e a disreflexia. (REEVE, 2001, P.105) [...] se você chegar ao pronto-socorro de um hospital qualquer com disreflexia, ninguém vai saber do que você está falando. Por isso é importante conhecer detalhes de sua condição; é preciso saber o que se faz necessário. Foi para isso que Patty me fez ler aquele manual. Foi difícil para mim, porque há muitas coisas sobre o corpo, suas funções e seus problemas, pelas quais nunca me interessei. Até o Memorial Day de 1995, meu corpo nunca me atrapalhou. [...] aos poucos fui percebendo que devia concentrar-me em mim como costumava fazer com um novo hobby ou um novo esporte. Precisaria ser disciplinado em relação a meu corpo como se estivesse aprendendo a pilotar avião, um barco, a montar um cavalo. Teria de saber exatamente em que condições eu estava e como estaria num futuro próximo. Como poderia administrar meu problema? Que tipo de pessoa eu seria?
<b>6.</b> Movimento saída do condicionamento.	Aceitar a própria condição é um passo essencial para a reabilitação.
<b>7.</b> Movi. obs.empírica/inves.	



<b>8. Percepção próprias ações</b>	Aos poucos, fui me sentindo mais à vontade no Kessler e comecei a sair do meu isolamento Patty me obrigava a olhar para mim mesmo e para minha condição – aceitar-me como tetraplégico, o que, por muito tempo, tentei evitar.
<b>9. Movimento resignificação.</b>	Antes do acidente, eu, no máximo, desejava bom-dia ao moço do caixa do posto de gasolina quando lhe entregava o cartão de crédito. Jamais prestei atenção ao rapaz que fazia meu sanduíche atrás do balcão. Nunca pensei nele como pessoa, um indivíduo com histórias e características próprias. É mais fácil não enxergar as pessoas.
<b>10.. Mudança de ação.</b>	Eu visitava os outros pacientes e recebia a visita deles. No começo, achei que fosse apenas por obrigação, que ninguém queria ver-me realmente. Mas aos poucos fui achando bom partilhar experiências e sentimentos e passei a deixar a porta aberta. Não sabia quem poderia chegar numa cadeira de rodas nem sobre o que iríamos conversar. Tive conversas profundas com pessoas das quais eu jamais teria me aproximado em outras circunstâncias. E todas elas tinham algo a oferecer-me. Quando comecei a relacionar-me com as outras pessoas, passei a aceitar-me melhor. Aceitar a própria condição é um passo essencial para a reabilitação.
<b>11. Percepção/julgamento do próprio pensamento.</b>	



## TRECHO 6

### Christopher fala sobre o esforço realizado na fisioterapia pulmonar.

[...] A cada tentativa eu só conseguia inspirar em média cinquenta centímetros cúbicos. Mas já era alguma coisa. O ponteiro ao menos se mexia. No dia seguinte, eu estava muito mais motivado. Preparei-me mentalmente para imaginar meu peito como um grande fole que eu podia abrir e fechar quanto quisesse. Convenci-me de que logo voltaria para casa e de que não sairia de lá sem ter feito algum progresso. O Dr. Finley me pediu que respirasse dez vezes para comparar com os números do dia anterior. Respirei dez vezes e a média de cada ciclo foi 450 centímetros cúbicos. Ninguém acreditou. Pensei: “Muito bem, agora você vai conseguir”.

Às três e meia da tarde seguinte, eu estava pronto para começar, mas algumas pessoas se atrasaram. Pensei: “O que é isso? Precisamos de disciplina aqui! Vamos ter de ficar juntos se quisermos fazer que isso aconteça!” Eu finalmente estava assumindo o comando. (REEVE, 2001, p. 115/116)

Neste trecho, o autor descreve dificuldades e sentimentos. Percebe sua postura e a necessidade de mudança. Relata sua mudança de ação. Descreve o esforço em direcionar seu pensamento de modo a facilitar seu trabalho.



**Tabela 3-14 - Componentes do diálogo interno em relato de Christopher Reeve sobre esforço realizado na fisioterapia pulmonar.**

<b>Componentes diálogo int.</b>	<b>Autor: Christopher Reeve</b>
1. Percepção reações físicas.	
2. Percepção de sentimentos.	[...] A cada tentativa eu só conseguia inspirar em média cinquenta centímetros cúbicos. Mas já era alguma coisa. O ponteiro ao menos se mexia. No dia seguinte, eu estava muito mais motivado.
3. Percepção crença, valor, e pressupostos.	
4. Questionamentos.	
5. Movimento de busca da compreensão.	
6. Movimento saída do condicionamento.	
7. Movimento de observação empírica/investigação.	
8. Percepção das próprias ações.	Às três e meia da tarde seguinte, eu estava pronto para começar, mas algumas pessoas se atrasaram. Pensei: “O que é isso? Precisamos de disciplina aqui! Vamos ter de ficar juntos se quisermos fazer que isso aconteça!” Eu finalmente estava assumindo o comando.
9. Movimento resignificação.	
10. Mudança de ação.	Eu finalmente estava assumindo o comando.
11. Percepção/julgamento do próprio pensamento.	<p>Preparei-me mentalmente para imaginar meu peito como um grande fole que eu podia abrir e fechar quanto quisesse. Convenci-me de que logo voltaria para casa e de que não sairia de lá sem ter feito algum progresso. O Dr. Finley me pediu que respirasse dez vezes para comparar com os números do dia anterior. Respirei dez vezes e a média de cada ciclo foi 450 centímetros cúbicos. Ninguém acreditou. Pensei: “Muito bem, agora você vai conseguir”.</p> <p>Às três e meia da tarde seguinte, eu estava pronto para começar, mas algumas pessoas se atrasaram. Pensei: “O que é isso? Precisamos de disciplina aqui! Vamos ter de ficar juntos se quisermos fazer que isso aconteça!” Eu finalmente estava assumindo o comando.</p>



---

## TRECHO 7

**Christopher discorre sobre invalidez, sobre o significado do que estava acontecendo com ele.**

[...] Aos poucos me convenci de que não só era parte dessa população, como também deveria fazer alguma coisa por todos nós. Ocorreu-me que poderia ajudar os cientistas que pesquisavam a cura da paralisia. E comecei a entender melhor o papel especial das celebridades.

[...] Juice sempre me dizia: “Você já esteve com o pé na cova por duas vezes este ano, mano. Ainda não será desta vez. Você está aqui por algum motivo maior” . Ele acreditava que minha lesão tinha um significado, uma razão de ser. Eu acreditava, e ainda acredito, que tudo não passou de mero acidente. Hoje acho que tanto Juice quanto eu tínhamos razão, porque tive a chance de entender esse acidente. Acredito que é aquilo que se fez depois de uma tragédia que dá sentido ao que aconteceu. (REEVE, 2001, P.116/117)

Em seus diálogos internos Christopher atenta para sua crença sobre o acidente e compara com a crença de Juice. Reavalia a fala de Juice e ressignifica o acidente. Julga e percebe seu próprio pensamento.

**Tabela 3-15 - Componentes do diálogo interno em relato de Christopher Reeve sobre invalidez.**

<b>Componentes diálogo int.</b>	<b>Autor: Christopher Reeve</b>
<b>1.</b> Percepção reações físicas.	
<b>2.</b> Percepção de sentimentos.	
<b>3.</b> Percepção crença, valor, e pressupostos.	Ele acreditava que minha lesão tinha um significado, uma razão de ser. Eu acreditava, e ainda acredito, que tudo não passou de mero acidente.
<b>4.</b> Questionamentos.	
<b>5.</b> Movi. busca compreensão	
<b>6.</b> Movimento saída do condicionamento.	
<b>7.</b> Movi. obs empírica/invest.	
<b>8.</b> Percepção próprias ações.	
<b>9.</b> Movimento resignificação.	Ocorreu-me que poderia ajudar os cientistas que pesquisavam a cura da paralisia. E comecei a entender melhor o papel especial das celebridades.  Hoje acho que tanto Juice quanto eu tínhamos razão, porque tive a chance de entender esse acidente. Acredito que é aquilo que se fez depois de uma tragédia que dá sentido ao que aconteceu.
<b>10.</b> Mudança de ação.	
<b>11.</b> Percepção/julgamento do próprio pensamento.	Aos poucos me convenci de que não só era parte dessa população, como também deveria fazer alguma coisa por todos nós. Ocorreu-me que poderia ajudar os cientistas que pesquisavam a cura da paralisia. E comecei a entender melhor o papel especial das celebridades.





## TRECHO 8

### Christopher fala sobre novos projetos de vida.

A maior parte do tempo que fiquei no Kessler era voltada para minha saúde e para a adaptação a uma nova vida. Mas, após as visitas de Arthur Ullian<sup>38</sup> e Wise Young<sup>39</sup> e o jantar da APA<sup>40</sup> em novembro, comecei a ler tudo que havia sobre o conhecimento científico de minha lesão.

[...]

A busca da cura da paralisia ainda não atraiu o interesse público porque sempre foi considerada impossível. Até em hieróglifos egípcios de 25000 anos há evidências de que a lesão da coluna espinhal “não pode ser tratada”. Esse mito se transformou na sabedoria convencional. E, infelizmente, poucas vítimas sobreviviam tempo bastante para chamar a atenção para isso. A maioria morria de pneumonia, que se instalava inevitavelmente nos primeiros dias após o trauma inicial.

(REEVE, 2001, P.123)

[...]

No final de 1995, eu estava convencido de que o caminho da cura era uma realidade concreta e não mero otimismo infundado. [...] Em nome de todos nós que temos lesões na medula espinhal, decidi que faria o que fosse possível para manter os principais pesquisadores ocupados em seus laboratórios, em vez de perderem tempo valioso mendigando dinheiro aos National Institutes of Health (NIH) ou a outras fundações. (REEVE, 2001, P.125)

Aqui o autor segue em busca de maior compreensão da sua lesão. Os estudos lhe permitem resignificar seu estado e ter esperanças de cura. Isto gera mudança de ação de Christopher que, agora, luta para manter pesquisadores ocupados em pesquisas sobre o assunto. O diálogo interno de Christopher gera transformações nele e no mundo, a partir de suas ações.

---

<sup>38</sup> Ativista que ficou paraplégico depois de um acidente de bicicleta.

<sup>39</sup> Médico do Bellevue Medical Center da Universidade de Nova York, e um dos pioneiros da pesquisa da medula espinhal.

<sup>40</sup> American Paralysis Association.



**Tabela 3-16 Componentes do diálogo interno em relato de Christopher Reeve sobre novos projetos de vida.**

<b>Componentes diálogo int.</b>	<b>Autor: Christopher Reeve</b>
1. Percepção reações físicas.	
2. Percepção de sentimentos.	
3. Percepção crença, valor, e pressupostos.	
4. Questionamentos.	
5. Movimento de busca da compreensão.	<p>A maior parte do tempo que fiquei no Kessler era voltada para minha saúde e para a adaptação a uma nova vida. Mas, após as visitas de Arthur Ullian e Wise Young e o jantar da APA em novembro, comecei a ler tudo que havia sobre o conhecimento científico de minha lesão.</p> <p>[...] A busca da cura da paralisia ainda não atraiu o interesse público porque sempre foi considerada impossível. Até em hieróglifos egípcios de 25000 anos há evidências de que a lesão da coluna espinhal “não pode ser tratada”. Esse mito se transformou na sabedoria convencional. E, infelizmente, poucas vítimas sobreviviam tempo bastante para chamar a atenção para isso. A maioria morria de pneumonia, que se instalava inevitavelmente nos primeiros dias após o trauma inicial.</p>
6. Movimento saída do condicionamento.	
7. Movimento de observação empírica/investigação.	
8. Percepção das próprias ações.	
9. Movimento resignificação.	No final de 1995, eu estava convencido de que o caminho da cura era uma realidade concreta e não mero otimismo infundado
10. Mudança de ação.	Em nome de todos nós que temos lesões na medula espinhal, decidi que faria o que fosse possível para manter os principais pesquisadores ocupados em seus laboratórios, em vez de perderem tempo valioso mendigando dinheiro aos National Institutes of Health (NIH) ou a outras fundações
11. Percepção/julgamento do próprio pensamento.	



---

## TRECHO 9

### Christopher fala sobre a nova vida após o acidente.

Com meu envolvimento nas pesquisas e na arrecadação de fundos, fiquei muito mais ocupado do que era antes do acidente. Tive de equilibrar meus papéis de marido, pai, ativista e profissional que ainda queria trabalhar em filmes e em teatro. Fundei a Christopher Reeve Foundation como outra fonte de arrecadação de verbas para a APA e como minha contribuição à questão da qualidade de vida dos deficientes físicos. Dei palestras por todos os Estados Unidos, fui mestre-de-cerimônias em muitos eventos beneficentes e fiz lobby em Washington. (REEVE, 2001, P.130)

[...]Quando comecei a vida no ano de 1996, sentia muito medo dessas viagens, não tanto pelo desafio físico e psicológico, mas porque não tinha nenhuma vontade de aparecer em público. (REEVE, 2001, P.179)

Em seus diálogos internos Christopher relata os sentimentos gerados pelos desafios das viagens . Ele percebe também sua radical mudança de ação.



**Tabela 3-17- Componentes do diálogo interno em relato de Christopher Reeve sobre nova vida após o acidente.**

<b>Componentes diálogo int.</b>	<b>Autor: Christopher Reeve</b>
1. Percepção reações físicas.	
2. Percepção de sentimentos.	Quando comecei a vida no ano de 1996, sentia muito medo dessas viagens, não tanto pelo desafio físico e psicológico, mas porque não tinha nenhuma vontade de aparecer em público.
3. Percepção crenças, valores, pressupostos.	
4. Questionamentos.	
5. Mov. compreensão.	
6. Movimento saída do condicionamento.	
7. Mov. obs empírica/invest.	
8. Percep próprias ações.	
9. Movimento resignificação.	
10. Mudança de ação.	Com meu envolvimento nas pesquisas e na arrecadação de fundos, fiquei muito mais ocupado do que era antes do acidente. Tive de equilibrar meus papéis de marido, pai, ativista e profissional que ainda queria trabalhar em filmes e em teatro. Fundei a Christopher Reeve Foudation como outra fonte de arrecadação de verbas para a APA e como minha contribuição à questão da qualidade de vida dos deficientes físicos. Dei palestras por todos os Estados Unidos, fui mestre-de-cerimônias em muitos eventos beneficentes e fiz lobby em Washington
11. Percepção/julgamento do próprio pensamento.	



## TRECHO 10

### Reflexões gerais sobre o acidente, sua condição, suas concepções etc.

Hoje, diante da ameaça de atrofia muscular; perda de densidade óssea, osteoporose e todos os demais efeitos colaterais da lesão na medula espinhal, a técnica é a mesma, só que o motorista sou eu. Não há ninguém brandindo o chicote em minha frente nem nada que me impeça de ficar na cama até mais tarde. Conto apenas com a autodisciplina e a fé, embora seja uma fé na ciência e não na religião. A possibilidade real de recuperação de uma medula espinhal lesionada é a prova da dedicação, perseverança, compaixão e habilidade de grandes mentes. (REEVE, 2001, P.248)

[...] Muita gente me pergunta como é ter uma lesão na medula espinhal e ficar confinado a uma cadeira de rodas. Afora todas as complicações clínicas, eu diria que a pior parte é abandonar o mundo físico – fazer a transição de ator para observador, muito antes do que se espera. Acredito que estamos preparados para abandonar gradualmente as atividades físicas, à medida que vamos envelhecendo. Certamente, eu estaria participando das competições de hipismo com sessenta anos nem esquiando na velocidade que costumava. E não velejaria sozinho na velhice. São necessários braços fortes e corpo ágil para içar e amarrar as velas no mar bravio.

A diferença é que eu teria tempo de preparar-me para curtir as coisas de que mais gosto de um outro jeito. Mas ver tudo isso mudar e ser tirado de você aos 42 anos é uma tragédia. Desde que eu não me esqueça de que ser é mais importante do que fazer e que a felicidade depende da qualidade dos relacionamentos, dá para agüentar. (REEVE, 2001, P.253)

Quando foi lançado o primeiro filme do Super-Homem, dei dezenas de entrevistas para promovê-lo. A pergunta mais freqüente era: “O que é um herói?” Lembro-me de que era muito fácil falar sobre isso, dar uma resposta pronta que repeti tantas vezes. Eu dizia que herói é quem pratica um ato de coragem sem pensar nas conseqüências.

[...] Hoje, tenho uma definição completamente diversa daquela. Vejo o herói como uma pessoa comum que tem forças para perseverar e não recuar diante de obstáculos esmagadores. (REEVE, 2001, P.254/255)

[...] Embora acredite que nossa essência não é o corpo, mas ele é apenas a casa que ocupamos enquanto estamos na terra, trata-se mais de um conceito intelectual, que de uma filosofia a ser adotada na vida diária. Sinto inveja quando alguém conta que foi esquiador, quando vejo os amigos se abraçarem e até quando Will joga hóquei com alguém na frente da casa. (REEVE, 2001, P.256)

Neste relato, Christopher continua seus diálogos internos num movimento que passa pela percepção de seus sentimentos, no caso, a inveja daqueles que podem movimentar-se livremente. Toma consciência da sua pouca fé religiosa e do valor da ciência por ele cultivado. Resignifica o valor dos relacionamentos em sua vida e sua concepção de herói. Percebe seus pensamentos e ações e sai do condicionamento do pensamento no instante em que elabora novos significados e concepções.



**Tabela 3-18- Componentes do diálogo interno em relato de Christopher Reeve sobre reflexões gerais sobre acidente.**

<b>Componentes diálogo int.</b>	<b>Autor: Christopher Reeve</b>
1. Percepção reações físicas.	
2. Percepção de sentimentos.	Sinto inveja quando alguém conta que foi esquiador, quando vejo os amigos se abraçarem e até quando Will joga hóquei com alguém na frente da casa
3. Percepção crença, valor, e pressupostos.	Conto apenas com a autodisciplina e a fé, embora seja uma fé na ciência e não na religião. A possibilidade real de recuperação de uma medula espinhal lesionada é a prova da dedicação, perseverança, compaixão e habilidade de grandes mentes.
4. Questionamentos.	
5. Movimento de busca da compreensão.	
6. Movimento saída do condicionamento.	Desde que eu não me esqueça de que ser é mais importante do que fazer e que a felicidade depende da qualidade dos relacionamentos, dá para agüentar.
7. Movimento de observação empírica/investigação.	
8. Percepção das próprias ações.	Hoje, diante da ameaça de atrofia muscular; perda de densidade óssea, osteoporose e todos os demais efeitos colaterais da lesão na medula espinhal, a técnica é a mesma, só que o motorista sou eu. Não há ninguém brandindo o chicote em minha frente nem nada que me impeça de ficar na cama até mais tarde.
9. Movimento resignificação.	Desde que eu não me esqueça de que ser é mais importante do que fazer e que a felicidade depende da qualidade dos relacionamentos, dá para agüentar. Quando foi lançado o primeiro filme do Super-Homem, dei dezenas de entrevistas para promovê-lo. A pergunta mais freqüente era: "O que é um herói?" Lembro-me de que era muito fácil falar sobre isso, dar uma resposta pronta que repeti tantas vezes. Eu dizia que herói é quem pratica um ato de coragem sem pensar nas conseqüências. [...] Hoje, tenho uma definição completamente diversa daquela. Vejo o herói como uma pessoa comum que tem forças para perseverar e não recuar diante de obstáculos esmagadores.
10. Mudança de ação.	
11. Percepção/julgamento do próprio pensamento.	Embora acredite que nossa essência não é o corpo, mas ele é apenas a casa que ocupamos enquanto estamos na terra, trata-se mais de um conceito intelectual, que de uma filosofia a ser adotada na vida diária. Sinto inveja quando alguém conta que foi esquiador, quando vejo os amigos se abraçarem e até quando Will joga hóquei com alguém na frente da casa



### 3.1.3 Uma análise com base em relato autobiográfico na crise profissional.

O terceiro relato analisado refere-se aos escritos do filósofo Bryan Magee em “**Confissões de um Filósofo**”(MAGEE, Bryan. **Confissões de um Filósofo**. Tradução Waldéa Barcellos. São Paulo: Martins Fontes, 2001.). A escolha do texto seguiu os mesmos critérios dos outros dois relatos apresentados: a) Relato de fatos contemporâneos; b) Apresentar situação de crise; c) Apresentar evidências do diálogo interno; d) Evidências de flexibilização da infra-estrutura tácita do pensamento.

No livro Bryan Magee relata sua descoberta da filosofia, primeiramente de forma intuitiva em seus questionamentos de infância, e depois de modo profissional no meio acadêmico, ao mesmo tempo em que faz uma avaliação, crítica e angustiada, da prática profissional dos filósofos; do ensino da filosofia; e de sua relação com a sociedade e outras áreas do saber como a Arte. Apesar de ter se graduado em História e Filosofia, o ambiente acadêmico não lhe parecia satisfatório e a carreira de professor universitário gerava cansaço e insatisfação.

Na forma de apresentação deste livro não encontramos tão claramente os elementos do diálogo interno, principalmente porque, Magee mistura relatos pessoais com informações teóricas sobre o pensamentos de filósofos sobre determinadas questões filosóficas. A sua crise profissional pode ser vista de forma clara ao lermos a obra por completo. Ao longo dos capítulos Magee mostra suas diversas investidas profissionais e os conflitos que daí surgiam. Assim, apresentaremos este relato juntamente com algumas informações contextuais que julgamos necessárias à compreensão do leitor. Abaixo segue análise de trechos do relato.



## TRECHO 1

**O autor inicia seu texto relatando diversos questionamentos, feitos por ele na infância, os quais já se tratavam de questões filosóficas. Neste relato ele identifica suas crenças, sentimentos, valores, pensamentos; faz questionamentos; apresenta resignificações e constatações sobre sua relação com a Filosofia. Trata-se de um relato de situação de crise, crise aqui entendida como “perda do equilíbrio” ou “geração de perplexidade/ curiosidade”.**

[...] Durante um período de dois ou três anos, aproximadamente entre os 9 e os 12 anos de idade, fui dominado pela perplexidade acerca do tempo. Ficava acordado na cama à noite, no escuro, pensando em alguma coisa semelhante ao que segue. Sei que houve o dia antes de ontem, outro dia antes dele, outro antes ainda e assim por diante, até o ponto de que não consigo mais me lembrar. Deve, porém, ter existido também um dia antes do primeiro dia de que me lembro. Sei que nasci dia 12 de abril de 1930, e deve ter existido um dia antes daquele. E outro antes. E assim por diante, e assim por diante. Antes de cada dia, deve ter havido outro. Logo, deve ser possível recuar dessa maneira sempre, sempre...Será mesmo? A idéia de recuar sempre, sempre, era algo que eu não conseguia captar: parecia impossível. Portanto, afinal de contas, deve ter havido um início em algum ponto. Só que, se houve um início, o que teria havido um início em algum ponto. Só que, se houve um início, o que teria acontecido antes dele? Bem, obviamente nada – absolutamente nada. Caso contrário, não poderia ter início. Contudo, se nada existia, como alguma coisa poderia ter começado? [...] o nada é o nada, coisa nenhuma. Logo, a idéia de um início era inimaginável, o que de certo modo também o fazia parecer impossível. O resultado era que parecia impossível o tempo ter tido um começo e parecia impossível ele não ter tido um começo. (MAGEE, 2001, p.2)

Cheguei à conclusão de que algo devia estar me escapando. Havia apenas duas alternativas. Uma das duas deveria, portanto, estar correta. As duas não poderiam ser impossíveis. Por isso, eu deslocava minha concentração de uma para outra e depois, quando aquela já estava esgotada, retornava à primeira, procurando descobrir em que ponto eu havia errado. No entanto, nunca descobri. Tornei-me escravo desse problema e comecei a me perder nele não só na cama à noite, mas cada vez mais durante o dia. Havia alguns adultos que a princípio imaginei que pudessem me ajudar, e eu lhes propus a questão, mas suas respostas me deixaram mais perplexo do que antes. (MAGEE, 2001, p.3)

[...] Novamente, quase de imediato, percebi que um problema semelhante existia em relação ao espaço. Lembro-me de mim mesmo como evacuado londrino em Market Harborough – eu devia ter uns 10 ou 11 anos –, deitado de costas na grama de um parque, procurando perscrutar com os olhos um céu azul sem nuvens e pensando em algo como “Se eu subisse direto para o céu, e continuasse subindo em linha reta, por que não poderia simplesmente continuar seguindo em frente para sempre? Mas isso é impossível. Por que não é possível? Sem dúvida, com o tempo, eu teria de chegar a uma espécie de fim. Mas por quê? Se eu





acabasse colidindo com algo, esse algo não teria de ser alguma coisa no espaço? E, se estava no espaço, não seria necessário que houvesse algo do outro lado, mesmo que fosse só mais espaço? Por outro lado, se não houvesse um limite, o espaço infinito simplesmente não poderia existir, da mesma forma que o tempo infinito não poderia”. (MAGEE, 2001, p.4)

Depois de dar tratos à bola sobre tudo isso, comecei a pensar que talvez meu erro principal tivesse sido supor que aquilo que eu não podia conceber não podia existir. Talvez houvesse uma diferença entre aquilo em que eu podia cogitar e o que realmente ocorria. (MAGEE, 2001, p.4)

[...] Quanto mais eu pensava no tempo e no espaço, mais proliferavam os problemas. Um aspecto que me deixou bastante perplexo mesmo foi o de o futuro ser específico, embora desconhecido. Essa idéia me ocorreu pela primeira vez em relação a uma partida de futebol. Era uma noite de sexta-feira, e no dia seguinte meus dois clubes preferidos iriam jogar um contra o outro. Minha impaciência exacerbada para saber o resultado chegava às raias do incontrolável. De início, foi apenas para me acalmar que disse a mim mesmo: “Amanhã a esta hora já saberei o resultado”. Existem somente três possibilidades: o Arsenal terá vencido, o Spurs terá vencido ou haverá um empate. E não importa qual seja o resultado, eu o saberei pelo resto da vida”. Foi então que me descobri pensando o seguinte: “Não importa qual seja a verdade, ela já é verdadeira agora. Se Spurs ganhar, já é verdadeiro agora que o Spurs vai ganhar. E, se o placar for 3 a 2, já é verdade agora que o placar será 3 a 2. Esses fatos terão sido verdadeiros desde o início dos tempos. Se alguém da Roma antiga ou algum profeta do Antigo Testamento tivesse dito isso há milhares de anos, eles teriam sido verdadeiros mesmo naquela época. Então, por que não posso saber esses fatos um dia antes? (MAGEE, 2001, p.4)

[...] Todos os problemas que me atormentavam eram perguntas sobre a situação na qual me encontrava imediatamente. Alguns eram perguntas sobre mim mesmo, alguns sobre o mundo ao meu redor, mas todos representavam questões práticas, ou seja, perguntas sobre como as coisas são, para as quais deveria haver uma resposta verdadeira, ou assim pensava eu. A nenhuma dessas perguntas a existência de Deus teria constituído uma resposta; e, por mais criança que eu fosse, nunca senti nenhuma inclinação para acreditar em um Deus. [...] Acabei de afirmar que nunca houve uma idade em que eu acreditasse em Deus; muito menos ainda fui cristão algum dia. Talvez, porém, o que seja ainda mais importante do que esses dois fatos é que nunca senti necessidade de reagir contra essas crenças. Isso é algo que me inspira uma profunda gratidão. (MAGEE, 2001, p.7)

[...] foi por acaso na capela da escola, no meio de um hino, que me dei conta de que, se fechasse os olhos, a cena visual de centenas de meninos diante de mim naquele prédio enorme e de teto altíssimo, com todas aquelas grandes pinturas e vitrais, simplesmente desapareceria. Eles não desapareceram, naturalmente, mas sua imagem visual, a cena, sim. E, quando abri meus olhos, a cena voltou a surgir. Eles estavam ali o tempo todo e teriam estado da mesma forma se eu não estivesse absolutamente presente na capela. No entanto, o único meio de que eu dispunha para captá-los consistia em vê-los e ouvi-los, e isso ocorria na minha cabeça. Se eu bloqueasse meus olhos e ouvidos, eles deixariam de ter qualquer existência para mim. Até aquele momento, eu sempre havia considerado líquido e certo que estava em contato imediato com as pessoas e objetos fora de mim, e que sua presença era algo que eu vivenciava sem mediação. Agora, porém, de repente, percebia que sua existência era um ponto, e minha percepção da sua existência, algo radicalmente distinto. Sua existência estava lá fora, independente de mim;



---

mas toda a percepção, experiência e conhecimento que eu poderia ter dela um dia estavam dentro da minha cabeça; e esses aspectos poderiam surgir ou sumir subitamente, a despeito das pessoas e objetos, desde que estivessem ali, é claro. Poderia fazê-los aparecer ou desaparecer quando quisesse, simplesmente abrindo e fechando os olhos. Com uma horrível convulsão estomacal, percebi que a forma natural de pôr isso em palavras era dizer: “Quando fecho os olhos, eles desaparecem”.

Mesmo agora, depois de todos esses anos, o que não consigo transmitir em palavras é o indescritível pavor que senti naquele momento de *insight*, como aquilo me parecia um pesadelo. Fui inundado por grandes e estrondosas ondas de náusea, claustrofobia e isolamento, como se estivesse para sempre separado de tudo o que existia – à exceção de mim mesmo - , encurralado por toda a vida dentro da minha cabeça. Imaginei que fosse vomitar ou desmaiar. Fui dominado pelo pânico e pela necessidade de escapar da situação – de sair dali. (MAGEE, 2001, p.8)



Tabela 3-19 - Componentes do diálogo interno em relato de Bryan Magee sobre situação de crise.

Componentes diálogo int.	Autor: Bryan Magee
1. Percepção reações físicas.	Mesmo agora, depois de todos esses anos, o que não consigo transmitir em palavras é o indescritível pavor que senti naquele momento de <i>insight</i> , como aquilo me parecia um pesadelo. Fui inundado por grandes e estrondosas ondas de náusea, claustrofobia e isolamento, como se estivesse para sempre separado de tudo o que existia – à exceção de mim mesmo -, encurralado por toda a vida dentro da minha cabeça. Imaginei que fosse vomitar ou desmaiar. Fui dominado pelo pânico e pela necessidade de escapar da situação – de sair dali.
2. Percepção de sentimentos.	Acabei de afirmar que nunca houve uma idade em que eu acreditasse em Deus; muito menos ainda fui cristão algum dia. Talvez, porém, o que seja ainda mais importante do que esses dois fatos é que nunca senti necessidade de reagir contra essas crenças. Isso é algo que me inspira uma profunda gratidão.
3. Percepção crença, valor, e pressupostos.	Depois de dar tratos à bola sobre tudo isso, comecei a pensar que talvez meu erro principal tivesse sido supor que aquilo que eu não podia conceber não podia existir. Talvez houvesse uma diferença entre aquilo em que eu podia cogitar e o que realmente ocorria.
4. Questionamentos.	<p>[...] Durante um período de dois ou três anos, aproximadamente entre os 9 e os 12 anos de idade, fui dominado pela perplexidade acerca do tempo. Ficava acordado na cama à noite, no escuro, pensando em alguma coisa semelhante ao que segue. Sei que houve o dia antes de ontem, outro dia antes dele, outro antes ainda e assim por diante, até o ponto de que não consigo mais me lembrar. Deve, porém, ter existido também um dia antes do primeiro dia de que me lembro. Sei que nasci dia 12 de abril de 1930, e deve ter existido um dia antes daquele. E outro antes. E assim por diante, e assim por diante. Antes de cada dia, deve ter havido outro. Logo, deve ser possível recuar dessa maneira sempre, sempre...Será mesmo? A idéia de recuar sempre, sempre, era algo que eu não conseguia captar: parecia impossível. Portanto, afinal de contas, deve ter havido um início em algum ponto. Só que, se houve um início, o que teria havido um início em algum ponto. Só que, se houve um início, o que teria acontecido antes dele? Bem, obviamente nada – absolutamente nada. Caso contrário, não poderia ter início. Contudo, se nada existia, como alguma coisa poderia ter começado? [...] o nada é o nada, coisa nenhuma. Logo, a idéia de um início era inimaginável, o que de certo modo também o fazia parecer impossível. O resultado era que parecia impossível o tempo ter tido um começo e parecia impossível ele não ter tido um começo.</p> <p>[...] Novamente, quase de imediato, percebi que um problema semelhante existia em relação ao espaço. Lembro-me de mim mesmo como evacuado londrino em Market Harborough – eu devia ter uns 10 ou 11 anos -, deitado de costas na grama de um parque, procurando perscrutar com os olhos um céu azul sem nuvens e pensando em algo como “Se eu subisse direto para o céu, e continuasse subindo em linha reta, por que não poderia simplesmente continuar seguindo em frente para sempre? Mas isso é impossível. Por que não é possível? Sem dúvida, com o tempo, eu teria de chegar a uma espécie de fim. Mas por quê? Se eu acabasse colidindo com algo, esse algo não teria de ser alguma coisa no espaço? E, se estava no espaço, não seria necessário que houvesse algo do outro lado, mesmo que fosse só mais espaço? Por outro lado, se não houvesse um limite, o espaço infinito simplesmente não poderia existir, da mesma forma que o tempo infinito não poderia”</p>



<b>5.</b> Movimento de busca da compreensão.	Tornei-me escravo desse problema e comecei a me perder nele não só na cama à noite, mas cada vez mais durante o dia. Havia alguns adultos que a princípio imaginei que pudessem me ajudar, e eu lhes propus a questão, mas suas respostas me deixaram mais perplexo do que antes.
<b>6.</b> Movimento saída so condicionamento	
<b>7.</b> Movimento de observação empírica/investigação.	
<b>8.</b> Percepção das próprias ações.	
<b>9.</b> Movimento resignificação.	
<b>10.</b> Mudança de ação.	
<b>11.</b> Percepção/julgamento do próprio pensamento.	<p>Chequei à conclusão de que algo devia estar me escapando. Havia apenas duas alternativas. Uma das duas deveria, portanto, estar correta. As duas não poderiam ser impossíveis. Por isso, eu deslocava minha concentração de uma para outra e depois, quando aquela já estava esgotada, retornava à primeira, procurando descobrir em que ponto eu havia errado. No entanto, nunca descobri.</p> <p>Foi então que me descobri pensando o seguinte: “ Não importa qual seja a verdade, ela já é verdadeira agora. Se Spurs ganhar, já é verdadeiro agora que o Spurs vai ganhar. E, se o placar for 3 a 2, já é verdade agora que o placar será 3 a 2. Esses fatos terão sido verdadeiros desde o início dos tempos. Se alguém da Roma antiga ou algum profeta do Antigo Testamento tivesse dito isso há milhares de anos, eles teriam sido verdadeiros mesmo naquela época. Então, por que não posso saber esses fatos um dia antes?</p>



## TRECHO 2

**No Capítulo “Minha apresentação à filosofia acadêmica”, Magee, fala sobre sua concepção da vida acadêmica e da sua relação com a Arte e a Filosofia. Percebe sentimentos, crenças e valores próprios. Faz ressignificações e muda suas ações.**

Portanto, foi enquanto estudava História em Oxford que travei conhecimento com a Filosofia acadêmica, principalmente através de amizades com alunos que faziam esse curso. Foi para mim uma revelação que um dos problemas pelos quais eles se interessavam fosse o da percepção dos objetos materiais. Com espanto ainda maior, descobri que existiram filósofos, não só centenas mas milhares de anos atrás, que escreveram textos ainda considerados obras de gênios sobre o assunto, obras que meus amigos estavam agora estudando e debatendo com seus professores, sobre as quais discutiam entre si e escreviam ensaios. Eu sentia uma profunda inveja. (MAGEE, 2001, p.20)

[...] Na Oxford daquele tempo, “história” significava a história da política e da administração, e muito pouco mais. (MAGEE, 2001, p.21)

[...] Perdi as esperanças nos meus professores e saí à procura de alunos de Filosofia para conversar com eles sobre sua matéria. Logo, eles também começaram a me procurar, pois aquele período foi o apogeu da chamada “Filosofia da linguagem comum”, e eles estavam constantemente querendo saber como um não-filósofo responderia tal e tal questão, ou qual seria sua compreensão espontânea de tal e tal expressão. O resultado disso foi que me envolvi mais com a Filosofia do que com a História. Graduei-me em História com distinção de segunda classe, não de primeira, mas foi o suficiente para me permitir passar a um nível superior. O que eu queria, porém, mais do que qualquer outra coisa era estudar Filosofia, aprendê-la de forma disciplinada. Assim, em vez de uma pós-graduação, decidi fazer mais um curso de graduação, dessa vez em Filosofia. (MAGEE, 2001, p.21)

[...] Quando fui para Oxford, era muito baixa minha opinião sobre os interesses acadêmicos e a vida acadêmica em geral. (MAGEE, 2001, p.22)

[...] Como a música, o teatro e a política pareciam de longe ser os aspectos mais empolgantes, importantes da vida, e como eu tive a sorte de nascer numa família que se interessava ativamente por esses assuntos e morava no centro de Londres, cresci com perspectivas e pressuposições quase exclusivamente metropolitanas. Uma vida de interesse pessoal pelas questões públicas e de frequência quase diária a espetáculos profissionais de teatro e música parecia com toda a seriedade ser o único tipo de vida que valia a pena levar. Logo, o único lugar onde valia a pena viver era, na minha opinião, algum lugar em que uma vida semelhante fosse possível. (MAGEE, 2001, p.22)

[...] Tudo isso me parecia não ter relação alguma com a vida acadêmica, que eu considerava provinciana, superficial e tênue, um mundo leve e sem cor, desvinculado da vida real. Eu encarava a universidade mais ou menos como uma continuação da escola, e os professores universitários como o nível seguinte acima do mestre-escola, pessoas que passavam a vida em instituições fechadas, devotando toda sua energia de trabalho a matérias do mesmo tipo das que eram



ensinadas na escola: latim, grego, história, geografia...Para mim essas matérias eram fáceis de acompanhar, mas eu nunca encontrara nenhum sentido nelas. O que me parecia penetrar até o cerne da vida – e ser , portanto, em última análise o motivo pelo qual se vivia, além dos relacionamentos com outras pessoas – era a criação de obras de arte e a absorção delas. (MAGEE, 2001, p.23)

[...] Esse era, portanto, meu ponto de vista geral quando adolescente; e, encarando a vida a partir dessa posição, eu não conseguia compreender as pessoas que eram atraídas por interesses acadêmicos. Parecia-me que elas deviam ter sérias limitações pois somente pessoas para quem tudo o que mencionei significasse pouco ou nada poderiam imaginar que o que ocorria nas salas de aula e nos anfiteatros fosse a essência da vida. Lembro-me de acreditar durante a maior parte da adolescência que, se alguém escrevia apenas livros de não-ficção, isso significava que não estava à altura de escrever romances, não tinha talento para escrever de verdade. (MAGEE, 2001, p.23)

[...] Minha opinião atual a respeito dessas atitudes remotas é a de que elas revelavam uma grande limitação. Em termos estritos e somente até certo ponto, eu tinha razão sobre quais eram as coisas mais importantes na vida, mas havia algo semelhante a antolhos na minha forma de me sentir ligado a elas. Outras coisas são importantes também; podem enriquecer a vida e gerar profunda satisfação. Além do mais, não é possível nem desejável que todos nós tenhamos os mesmos interesses. [...] eu não tinha nenhuma noção, naquela época, do papel significativo da ciência na aventura espiritual da humanidade, não fazia idéia de como a erudição era indispensável para a continuidade de qualquer cultura ou civilização, nem imaginava as profundas alegrias que um indivíduo pode extrair da dedicação a essas atividades. A verdade é que eu não havia aprendido a distinguir entre o intelectual e o artístico. Na realidade, pensava que o artístico era o intelectual. (MAGEE, 2001, p.24)

[...] Talvez, em última análise, o que a universidade fez por mim de mais importante em termos intelectuais tenha sido me ensinar que os valores intelectuais existem independentemente dos valores artísticos e quais são eles; e despertar meu interesse por eles. (MAGEE, 2001, p.24)



**Tabela 3-20 - Componentes do diálogo interno em relato de Bryan Magee sobre concepção de vida acadêmica.**

<b>Componentes diálogo int.</b>	<b>Autor: Bryan Magee</b>
<b>1. Percepção reações</b>	
<b>3. Percepção de sentimentos.</b>	<p>Portanto, foi enquanto estudava História em Oxford que travei conhecimento com a Filosofia acadêmica, principalmente através de amizades com alunos que faziam esse curso. Foi para mim uma revelação que um dos problemas pelos quais eles se interessavam fosse o da percepção dos objetos materiais. Com espanto ainda maior, descobri que existiram filósofos, não só centenas mas milhares de anos atrás, que escreveram textos ainda considerados obras de gênios sobre o assunto, obras que meus amigos estavam agora estudando e debatendo com seus professores, sobre as quais discutiam entre si e escreviam ensaios. Eu sentia uma profunda inveja.</p>



<p>4. Percepção crença, valor, e pressupostos.</p>	<p>[...] Na Oxford daquele tempo, “história” significava a história da política e da administração, e muito pouco mais.</p> <p>[...] Quando fui para Oxford, era muito baixa minha opinião sobre os interesses acadêmicos e a vida acadêmica em geral</p> <p>[...] Como a música, o teatro e a política pareciam de longe ser os aspectos mais empolgantes, importantes da vida, e como eu tive a sorte de nascer numa família que se interessava ativamente por esses assuntos e morava no centro de Londres, cresci com perspectivas e pressuposições quase exclusivamente metropolitanas. Uma vida de interesse pessoal pelas questões públicas e de frequência quase diária a espetáculos profissionais de teatro e música parecia com toda a seriedade ser o único tipo de vida que valia a pena levar. Logo, o único lugar onde valia a pena viver era, na minha opinião, algum lugar em que uma vida semelhante fosse possível.</p> <p>[...] Tudo isso me parecia não ter relação alguma com a vida acadêmica, que eu considerava provinciana, superficial e tênue, um mundo leve e sem cor, desvinculado da vida real. Eu encarava a universidade mais ou menos como uma continuação da escola, e os professores universitários como o nível seguinte acima do mestre-escola, pessoas que passavam a vida em instituições fechadas, devotando toda sua energia de trabalho a matérias do mesmo tipo das que eram ensinadas na escola: latim, grego, história, geografia...Para mim essas matérias eram fáceis de acompanhar, mas eu nunca encontrara nenhum sentido nelas. O que me parecia penetrar até o cerne da vida – e ser, portanto, em última análise o motivo pelo qual se vivia, além dos relacionamentos com outras pessoas – era a criação de obras de arte e a absorção delas.</p> <p>[...] Esse era, portanto, meu ponto de vista geral quando adolescente; e, encarando a vida a partir dessa posição, eu não conseguia compreender as pessoas que eram atraídas por interesses acadêmicos. Parecia-me que elas deviam ter sérias limitações pois somente pessoas para quem tudo o que mencionei significasse pouco ou nada poderiam imaginar que o que ocorria nas salas de aula e nos anfiteatros fosse a essência da vida. Lembro-me de acreditar durante a maior parte da adolescência que, se alguém escrevia apenas livros de não-ficção, isso significava que não estava à altura de escrever romances, não tinha talento para escrever de verdade</p> <p>[...] Minha opinião atual a respeito dessas atitudes remotas é a de que elas revelavam uma grande limitação. Em termos estritos e somente até certo ponto, eu tinha razão sobre quais eram as coisas mais importantes na vida, mas havia algo semelhante a antolhos na minha forma de me sentir ligado a elas. Outras coisas são importantes também; podem enriquecer a vida e gerar profunda satisfação. Além do mais, não é possível nem desejável que todos nós tenhamos os mesmos interesses. [...] eu não tinha nenhuma noção, naquela época, do papel significativo da ciência na aventura espiritual da humanidade, não fazia idéia de como a erudição era indispensável para a continuidade de qualquer cultura ou civilização, nem imaginava as profundas alegrias que um indivíduo pode extrair da dedicação a essas atividades. A verdade é que eu não havia aprendido a distinguir entre o intelectual e o artístico. Na realidade, pensava que o artístico era o intelectual.</p>
--	--





<b>5. Questionamentos.</b>	
<b>6. Mov. busca da</b>	
<b>7. Mov. saída condicional.</b>	
<b>8. Movimento de observação empírica/investigação.</b>	
<b>9. Percep. próprias ações.</b>	
<b>10. Movimento resignificação.</b>	<p>[...] Minha opinião atual a respeito dessas atitudes remotas é a de que elas revelavam uma grande limitação. Em termos estritos e somente até certo ponto, eu tinha razão sobre quais eram as coisas mais importantes na vida, mas havia algo semelhante a antolhos na minha forma de me sentir ligado a elas. Outras coisas são importantes também; podem enriquecer a vida e gerar profunda satisfação. Além do mais, não é possível nem desejável que todos nós tenhamos os mesmos interesses. [...] eu não tinha nenhuma noção, naquela época, do papel significativo da ciência na aventura espiritual da humanidade, não fazia idéia de como a erudição era indispensável para a continuidade de qualquer cultura ou civilização, nem imaginava as profundas alegrias que um indivíduo pode extrair da dedicação a essas atividades. A verdade é que eu não havia aprendido a distinguir entre o intelectual e o artístico. Na realidade, pensava que o artístico era o intelectual.</p> <p>[...] Talvez, em última análise, o que a universidade fez por mim de mais importante em termos intelectuais tenha sido me ensinar que os valores intelectuais existem independentemente dos valores</p>
<b>11. Mudança de ação.</b>	<p>[...] Perdi as esperanças nos meus professores e saí à procura de alunos de Filosofia para conversar com eles sobre sua matéria. Logo, eles também começaram a me procurar, pois aquele período foi o apogeu da chamada “Filosofia da linguagem comum”, e eles estavam constantemente querendo saber como um não-filósofo responderia tal e tal questão, ou qual seria sua compreensão espontânea de tal e tal expressão. O resultado disso foi que me envolvi mais com a Filosofia do que com a História. Graduei-me em História com distinção de segunda classe, não de primeira, mas foi o suficiente para me permitir passar a um nível superior. O que eu queria, porém, mais do que qualquer outra coisa era estudar Filosofia, aprendê-la de forma disciplinada. Assim, em vez de uma pós-graduação, decidi fazer mais um curso de graduação, dessa vez em filosofia.</p>
<b>12. Percepção/julgamento do próprio pensamento.</b>	



### TRECHO 3

No Capítulo “O mundo Acadêmico”, Magee continua o relato de suas reflexões sobre a vida acadêmica. Pensa sobre o valor que a Filosofia tem em sua vida, observa a postura de colegas filósofos, com relação ao distanciamento do mundo real. Percebe suas atitudes e sua semelhança com os referidos colegas, bem como sua mudança de postura. Resignifica a noção de academia.

[...] No entanto, ao me familiarizar mais com meus velhos amigos, descobri que sua aparente complacência era, com enorme frequência, uma forma de proteção camaleônica e que, subjacente a ela, havia uma grande insegurança. Em especial, era muito comum a sensação de que fora da universidade existiria um “mundo real” em que eles jamais se aventuravam; e, como não entravam nesse mundo, sentiam-se de algum modo diferentes. Um ou dois me confessaram um temor de que talvez já não fossem capazes de lidar com o mundo, por terem a totalidade de suas vidas adultas no interior da universidade. (MAGEE, 2001. p.347)

Eu próprio compartilhara essas atitudes antes de deixar o mundo acadêmico, mas agora não as tinha mais. A meu ver, o mundo da vida universitária era simplesmente tão “real” quanto o mundo da política, dos negócios, da mídia ou qualquer outro dos mundos em que havia circulado e, sem dúvida, tão válido quanto eles. O ponto em que ele se revelava carente em relação aos outros era na estreiteza de seus horizontes. A falha suprema do mundo acadêmico não reside na sua irrealidade, na qual não acredito, mas na sua pequenez: há sempre alguma coisa liliputiana nele. Por motivos que realmente não consigo identificar, seus integrantes em geral parecem viver num mundo reduzido, e é sua percepção desse fato que desperta as sensações que descrevi, a impressão de que a vida real está transcorrendo em algum outro lugar e que eles não estão participando dela. Entretanto, essa alienação é imposta por eles mesmos. Até hoje, se vou a uma festa em Oxford ou Cambridge, quase todos no recinto pertencem à universidade; mas se vou a uma festa em Londres, lá estarão políticos, empresários, advogados, diplomatas, banqueiros, escritores, editores, arquitetos, atores, músicos, profissionais de rádio e televisão – e, naturalmente, profissionais acadêmicos também. (MAGEE, 2001. p.347)

Minha atitude diante da Filosofia, para outras pessoas tanto quanto para mim mesmo, sempre foi existencial nesse sentido. A menos que ela trate de questões que sejam reais para você ou que tenham a possibilidade de tornar-se reais; de problemas que você realmente enfrenta ou que poderia enfrentar; de formas de pensamento que de fato sejam suas ou que sejam opções reais para você, a Filosofia será vazia em termos existenciais, pois não tratará da sua compreensão de si mesmo ou de seu mundo. Ela se torna então um jogo mental, uma busca conceitual abstrata ou, na melhor das hipóteses, um esforço para entender como outras pessoas pensam ou pensaram. Nesta última definição, ela pode ser um aspecto da sociologia, da Antropologia, da História, da Biografia, da Pesquisa Cultural ou da Psicologia Social. Esses aspectos são, naturalmente, de interesse e valor, e passei muitos anos da minha vida a estudá-los, não podendo, portanto, ser acusado de negligenciar sua importância. Contudo, alguém cuja apreensão das questões filosóficas esteja restrita a eles é como uma pessoa que se torna especialista em assuntos da China sem visitar o país. (MAGEE, 2001. p.353)

**Tabela 3-21- Componentes do diálogo interno em novo relato de Bryan Magee sobre a vida acadêmica.**



<b>Componentes. diálogo int.</b>	<b>Autor: Bryan Magee</b>
<b>1. Percepção reações físicas</b>	
<b>2. Percepção de sentimentos.</b>	
<b>3. Percepção crença, valor,e pressupostos.</b>	Minha atitude diante da Filosofia, para outras pessoas tanto quanto para mim mesmo, sempre foi existencial nesse sentido. A menos que ela trate de questões que sejam reais para você ou que tenham a possibilidade de tornar-se reais; de problemas que você realmente enfrenta ou que poderia enfrentar; de formas de pensamentos que de fato sejam suas ou que sejam opções reais para você, a Filosofia será vazia em termos existenciais, pois não tratará da sua compreensão de si mesmo ou de seu mundo. Ela se torna então um jogo mental, uma busca conceitual abstrata ou, na melhor das hipóteses, um esforço para entender como outras pessoas pensam ou pensaram. Nesta última definição, ela pode ser um aspecto da Sociologia, da Antropologia, da História, da Biografia, da Pesquisa Cultural ou da Psicologia Social. Esses aspectos são, naturalmente, de interesse e valor, e passei muitos anos da minha vida a estudá-los, não podendo, portanto, ser acusado de negligenciar sua importância. Contudo, alguém cuja apreensão das questões filosóficas esteja restrita a eles é como uma pessoa que se torna especialista em assuntos da China sem visitar o país
<b>4. Questionamentos.</b>	
<b>5. Mov. busca compreensão.</b>	
<b>6. M. saída condicionamento</b>	
<b>7. Movimento de observação empírica/investigação.</b>	[...] No entanto, ao me familiarizar mais com meus velhos amigos, descobri que sua aparente complacência era, com enorme frequência, uma forma de proteção camaleônica e que, subjacente a ela, havia uma grande insegurança. Em especial, era muito comum a sensação de que fora da universidade existiria um “mundo real” em que eles jamais se aventuravam; e, como não entravam nesse mundo, sentiam-se de algum modo diferentes. Um ou dois me confessaram um temor de que talvez já não fossem capazes de lidar com o mundo, por terem a totalidade de suas vidas adultas no interior da universidade.
<b>8. Percepção próprias ações.</b>	Eu próprio compartilhara essas atitudes antes de deixar o mundo acadêmico, mas agora não as tinha mais.
<b>9. Movimento resignificação.</b>	Eu próprio compartilhara essas atitudes antes de deixar o mundo acadêmico, mas agora não as tinha mais. A meu ver, o mundo da vida universitária era simplesmente tão “real” quanto o mundo da política, dos negócios, da mídia ou qualquer outro dos mundo em que havia circulado e, sem dúvida, tão válido quanto eles. O ponto em que ele se revelava carente em relação aos outros era na estreiteza de seus horizontes. A falha suprema do mundo acadêmico não reside na sua irrealidade, na qual não acredito, mas na sua pequenez: há sempre alguma coisa liliputiana nele. Por motivos que realmente não consigo identificar, seus integrantes em geral parecem viver num mundo reduzido, e é sua percepção desse fato que desperta as sensações que descrevi, a impressão de que a vida real está transcorrendo em algum outro lugar e que eles não estão participando dela. Entretanto, essa alienação é imposta por eles mesmos.
<b>10. Mudança de ação</b>	
<b>11. Percepção/julg. próp. pens.</b>	

## TRECHO 4



**No Capítulo “Crise da meia-idade”, Magee relata suas angústias existenciais. Neste relato, ele percebe os sentimentos gerados por determinados pensamentos. Observa as pessoas e faz questionamentos sobre elas. Percebe e pensa sobre os pensamentos que o atormentavam. A partir disso, ressignifica valores.**

[...] A maior parte do tempo, era atormentado por pensamentos nada literários ou intelectuais sobre as realidades diretas de minha situação: que minha morte era inevitável; que nunca existira uma época em que não fosse assim; que a morte, ao que me fosse dado saber, poderia ser o esquecimento total, o nada eterno ou atemporal; que, embora eu não pudesse ter certeza disso, essa alternativa me parecia mais provável do que qualquer outra que pudesse imaginar e era, portanto, nela que me sentia mais inclinado a acreditar; que, em comparação com uma eternidade de nada, a extensão da vida humana não chegava a ser um piscar de olhos; que, se estava a ponto de ser tragado por um vazio eterno, nada do que eu fizesse tinha a menor importância, quer passasse a escrever grandes livros, quer me tornasse ministro das relações exteriores, se fizesse um casamento feliz ou infeliz, se me revelasse um fracasso em tudo – nada disso faria a menor diferença para mim ou para qualquer outra pessoa quando todos fôssemos nada, como de fato seríamos, incluídos todos os que ainda não haviam nascido [...] (MAGEE, 2001, p.287)

[...] Pensamentos dessa natureza me apavoravam. Eu me sentia como alguém parado no cadafalso com a corda no pescoço e o alçapão sob os pés, pronto para se abrir; ou como alguém diante de um pelotão de fuzilamento. Estava a ponto de ser atirado pela noite eterna adentro. E me enfurecia contra isso com todo o meu ser. A impossibilidade de fazer alguma coisa a respeito quase me deixava fora de mim de frustração e pânico. (MAGEE, 2001, p.287)

Costumava observar as pessoas em suas ocupações normais com a alegria de sempre e pensava: “Como é que conseguem?” E como podem supor que qualquer coisa que façam tenha importância? São como passageiros do *Titanic*, só que essas pessoas já sabem que estão se dirigindo para um naufrágio total e irremediável. Dentro de pouco tempo, cada uma delas estará morta, seja como um monte de cinza numa urna, seja como um cadáver em decomposição na cova, com vermes remexendo-se em suas órbitas. E essa situação será tão perfeitamente real então quanto sua situação atual é agora; só que durará muito mais. Por que não são dominadas pelo horror a ela? [...] (MAGEE, 2001, p.288)

[...] Deixava-me perplexo o fato de quase todos os seres humanos saberem o que os aguardava e, no entanto, viverem como se isso não fosse ocorrer – ou como se fosse algo com que estivessem perfeitamente satisfeitos. Acima de tudo, eu ficava pasmado com o fato de que os de meia-idade, que estavam mais próximos da morte, costumassem ser ainda mais alegres do que os jovens. Durante algumas de minhas crises de angústia, eles me pareciam um bando de malucos rindo como dementes enquanto o hospício pegava fogo, transformando-os em cinzas. (MAGEE, 2001, p.288)

Sob a influência desses pensamentos, meus valores sofreram mudanças radicais. Tudo o que tivesse limitado a esta vida e a este mundo passou a parecer insignificante. Somente aquilo que pudesse indicar algo além deles ou que tivesse sua base fora deles – a beleza, a arte, o sexo, a moral, a integridade, a compreensão metafísica – poderia talvez chegar a ter algum valor. Naturalmente isto está relacionado ao que diz a Filosofia na tradição de Kant, Schopenhauer e da primeira fase de Wittgenstein, mas, quando me ocorreu dessa forma direta e



avassaladora, não foi como uma conclusão teórica mas como algo sentido, vivenciado, que me levava a agir. Somente nos relacionamentos íntimos, na privacidade do próprio eu, nas experiências da arte e nas tentativas de compreender o mundo poderia haver algum valor. (MAGEE, 2001, p.288)

**Tabela 3-22- Componentes do diálogo interno em relato de Bryan Magee angústias existenciais.**

<b>Componentes diálogo int.</b>	<b>Autor: Bryan Magee</b>
<b>1. Percepção reações físicas.</b>	
<b>2. Percepção de sentimentos.</b>	[...] Pensamentos dessa natureza me apavoravam. Eu me sentia como alguém parado no cadafalso com a corda no pescoço e o alçapão sob os pés, pronto para se abrir; ou como alguém diante de um pelotão de fuzilamento. Estava a ponto de ser atirado pela noite eterna adentro. E me enfurecia contra isso com todo o meu ser. A impossibilidade de fazer alguma coisa a respeito quase me deixava fora de mim de frustração e pânico
<b>3. Percepção crença, valor, e pressupostos.</b>	
<b>4. Questionamentos.</b>	Costumava observar as pessoas em suas ocupações normais com a alegria de sempre e pensava: “Como é que conseguem?” E como podem supor que qualquer coisa que façam tenha importância? São como passageiros do <i>Titanic</i> , só que essas pessoas já sabem que estão se dirigindo para um naufrágio total e irremediável. Dentro de pouco tempo, cada uma delas estará morta, seja como um monte de cinza numa urna, seja como um cadáver em decomposição na cova, com vermes remexendo-se em suas órbitas. E essa situação será tão perfeitamente real então quanto sua situação atual é agora; só que durará muito mais. Por que não são dominadas pelo horror a ela?
<b>5. Movimento de busca da compreensão.</b>	
<b>6. Movimento saída do condicionamento.</b>	
<b>7. Movimento de observação empírica/investigação.</b>	Costumava observar as pessoas em suas ocupações normais com a alegria de sempre e pensava: “Como é que conseguem?” E como podem supor que qualquer coisa que façam tenha importância? São como passageiros do <i>Titanic</i> , só que essas pessoas já sabem que estão se dirigindo para um naufrágio total e irremediável. Dentro de pouco tempo, cada uma delas estará morta, seja como um monte de cinza numa urna, seja como um cadáver em decomposição na cova, com vermes remexendo-se em suas órbitas. E essa situação será tão perfeitamente real então quanto sua situação atual é agora; só que durará muito mais.
<b>8. Percepção das próprias ações.</b>	
<b>9. Movim. resignificação.</b>	[...] Deixava-me perplexo o fato de quase todos os seres humanos saberem o que os aguardava e, no entanto, viverem como se isso não fosse ocorrer – ou como se fosse algo com que estivessem perfeitamente satisfeitos. Acima de tudo, eu ficava pasmado com o fato de que os de meia-idade, que estavam mais próximos da morte, costumassem ser ainda mais alegres do que os jovens. Durante algumas de minhas crises de angústia, eles me pareciam um bando de malucos rindo como dementes enquanto o hospício pegava fogo, transformando-os em cinzas.



	<p>Sob a influência desses pensamentos, meus valores sofreram mudanças radicais. Tudo o que tivesse limitado a esta vida e a este mundo passou a parecer insignificante. Somente aquilo que pudesse indicar algo além deles ou que tivesse sua base fora deles – a beleza, a arte, o sexo, a moral, a integridade, a compreensão metafísica – poderia talvez chegar a ter algum valor. Naturalmente isto está relacionado ao que diz a Filosofia na tradição de Kant, Schopenhauer e da primeira fase de Wittgenstein, mas, quando me ocorreu dessa forma direta e avassaladora, não foi como uma conclusão teórica mas como algo sentido, vivenciado, que me levava a agir. Somente nos relacionamentos íntimos, na privacidade do próprio eu, nas experiências da arte e nas tentativas de compreender o mundo poderia haver algum valor.</p>
<b>10. Mudança de ação.</b>	
<b>11. Percepção/julgamento do próprio pensamento.</b>	<p>[...] A maior parte do tempo, era atormentado por pensamentos nada literários ou intelectuais sobre as realidades diretas de minha situação: que minha morte era inevitável; que nunca existira uma época em que não fosse assim; que a morte, ao que me fosse dado saber, poderia ser o esquecimento total, o nada eterno ou atemporal; que, embora eu não pudesse ter certeza disso, essa alternativa me parecia mais provável do que qualquer outra que pudesse imaginar e era, portanto, nela que me sentia mais inclinado a acreditar; que, em comparação com uma eternidade de nada, a extensão da vida humana não chegava a ser um piscar de olhos; que, se estava a ponto de ser tragado por um vazio eterno, nada do que eu fizesse tinha a menor importância, quer passasse a escrever grandes livros, quer me tornasse ministro das relações exteriores, se fizesse um casamento feliz ou infeliz, se me revelasse um fracasso em tudo – nada disso faria a menor diferença para mim ou para qualquer outra pessoa quando todos fôssemos nada, como de fato seríamos, incluídos todos os que ainda não haviam nascido [...]</p>



### 3.2 Contribuições do diálogo interno

A existência do diálogo interno é evidente quando se relaciona sua caracterização (tópico 2.3.2 Caracterização geral do diálogo interno) com os estudos de caso apresentados (em 3.1). Essa relação também evidencia que diálogo interno é uma ferramenta de flexibilização do pensamento e desconstrução de conceitos e crenças. Dessa forma é um mecanismo natural, individual de reconstrução de conceitos e crenças provocando mudança de ação do indivíduo.

Na análise dos três relatos encontramos os diversos componentes do diálogo interno e pudemos observar a interação contínua do indivíduo com o mundo, através do diálogo, da observação, e dos experimentos. Percebemos também, no indivíduo, a constante autocrítica e investigação das próprias crenças, valores, pensamentos e ações. Enfim, o indivíduo treina a atenção vigilante e percepção; e desenvolve consciência, ou seja, o conhecimento da realidade externa (mundo à sua volta; seu próprio corpo) e da realidade interna (reflexão e autoconsciência).

A flexibilização do pensamento se dá na medida em que o indivíduo empenha-se, por meio do diálogo com o outro, na investigação contínua, observação, e experimento. A atenção vigilante e o diálogo constante atuam no sistema de reflexos como um elemento fragilizador e dispersivo, enfraquecendo sinapses<sup>41</sup> há muito fortalecidas, e criando caminhos alternativos. Cada nova informação obtida nesse esforço atua no pensamento ampliando a compreensão do indivíduo e possibilitando a emergência de novas compreensões (a criação). Uma nova compreensão gera a mudança de ação do indivíduo. Embora essa nova compreensão tenha a tendência a transformar-se, segundo Bohm (1994), em hábito, o treino do indivíduo na operação do diálogo interno evita o fortalecimento excessivo dos reflexos e possibilita mais facilmente a saída deles.

Ao mesmo tempo em que flexibiliza o pensamento, a operação do diálogo interno também possibilita que o indivíduo desenvolva, cada vez mais, a habilidade da construção

---

<sup>41</sup> Segundo Del Nero (1997, p.52) “O aprendizado no ser humano se dá graças à modificação nos receptores (forma e quantidade), possibilitando o reforço de algumas conexões entre neurônios. À medida que passam informações por uma sinapse, vão-se modificando o número de receptores e sua afinidade (forma da fechadura). Aquela informação fica cada vez mais forte e precisa ali”.





do conhecimento e produção de soluções criativas para os problemas com os quais se depara no dia a dia. Daí emergem indivíduos autônomos e não autômatos, capazes de tomar decisões complexas e de ter atuação efetiva no mundo.

### **3.3 O diálogo interno e a educação**

Este item tem como objetivo instigar a reflexão sobre os aspectos da educação, formal e informal, que favorecem, de algum modo, o fortalecimento do automatismo do pensamento. A partir desta reflexão, pretendemos buscar explicações e alternativas de mudança e evidenciar o papel do diálogo interno neste processo.

#### **3.3.1 O diálogo interno: potencialidade natural da mente humana**

No livro da somali Ayaan Hirsi encontramos os seguintes depoimentos a respeito da sua educação (formal e informal):

As instituições de ensino muçulmanas não tinham alunos de família holandesa. As meninas usavam véu e geralmente ficavam separadas dos meninos – na sala de aula, durante as orações, na prática de esportes. Ensinavam geografia e física como em qualquer outra escola holandesa, mas evitavam temas capazes de contrariar a doutrina islâmica. As crianças não eram incentivadas a contestar, não se estimulava a criatividade. Aprendiam a se afastar dos infiéis e a obedecer. (Ayaan, 2007, p.351)

Na minha opinião, o governo holandês precisava urgentemente parar de financiar escolas inspiradas no Alcorão. Elas rejeitavam os valores dos direitos humanos. Os homens não eram iguais nessas escolas. Além disso, nelas não podia haver liberdade de expressão nem de consciência. Não desenvolviam a criatividade – arte, teatro, música – e reprimiam a habilidade crítica capaz de levar as crianças a questionar suas crenças. Omitiam os temas que conflitavam com a doutrina islâmica, como a evolução e a sexualidade. Ensinavam a decorar, não a questionar, e instilavam a subserviência nas meninas. Também se recusavam a integrar os alunos à comunidade mais ampla. (Ayaan, 2007, p.398)

Quando meu pai retornou à minha vida, desabrochei como um flor de cacto depois da chuva. [...] Às vezes, à noite, reunia os três filhos para nos falar da importância de Deus e do bom comportamento. Estimulava-nos a fazer perguntas; papai detestava aquilo que ele chamava de educação idiota – decorar. A pergunta “por quê” deixava mamãe à beira da loucura, mas papai adorava: ela podia desencadear uma enxurrada de ensinamentos, ainda que nove décimos deles estivesse muito acima da nossa compreensão. (Ayaan, 2007, p.76)

[...] Papai era muçulmano, mas tinha ódio dos juízes e das leis sauditas; achava aquilo bárbaro, toda cultura árabe do deserto. Sempre que ouvíamos falar em uma execução ou apedrejamento, minha mãe dizia: “É a lei de Deus, é a vontade de Deus, quem pode julgá-la?” (Ayaan, 2007, p.85)





As citações mostram uma educação para a repetição, o automatismo, a dependência e submissão, com um único contra exemplo evidenciado pela postura do pai de Ayaan, que estimula o questionamento e a curiosidade. Da observação desse contexto somos impelidos à seguinte pergunta: Por que, em meio a um ambiente tão hostil ao pensamento livre, flexível e inquiridor, Ayaan consegue desenvolver o diálogo interno?

Nossa investigação sugere duas explicações que não são, em hipótese alguma, excludentes. Ao contrário, entendemos serem complementares. São elas: a) a experiência de Ayaan com a educação informal dada por seu pai e sua forte identificação com ele; b) o potencial que, segundo Bohm (1994), o pensamento tem de sair do sistema de reflexos e o modo como, segundo Del Nero (1997) a mente humana surgiu, deixando-a, pelo menos potencialmente, apta a operar de forma aberta.

Segundo Brandão (2005, p.7) “ninguém escapa da educação”, ou seja, a educação está misturada com nossa vida cotidiana, porque ela é parte essencial do modo como nos integramos e passamos a pertencer a uma família, uma comunidade, ou a uma sociedade. Através dela produzimos disposições emocionais, crenças e idéias, simbolizamos, significamos, construímos concepções de homem, de trabalho, de sociedade etc. A educação está presente em todas as nossas experiências de vida e, é claro, não vem separada de nossas ligações e preferências afetivas. Portanto, a experiência de Ayaan com a educação crítica, questionadora e incentivadora da curiosidade dada por seu pai, associada à forte ligação afetiva, é fator considerável no desenvolvimento do seu diálogo interno. Além disso, Ayaan e todos nós temos o modo de operação do diálogo interno como uma potencialidade natural que advém do modo como nossa mente surgiu e está habilitada a operar.

Segundo Del Nero (1997), no processo evolutivo, a mente humana surge do desenvolvimento da área cerebral responsável pela integração<sup>42</sup> de informações. Isto significa maior complexidade no processamento de informações (decodificação da informação), ou seja, detecção de sutilezas, conceituação, muitas ponderações, grande

---

<sup>42</sup> Segundo Del Nero (1997, p.28) “As áreas cerebrais dividem-se, assim, em sensoriais, motoras e integradoras. Quanto mais simples o sistema nervoso, por exemplo o de um molusco marítimo, menor é a área de integração; quanto mais complexo, como o do ser humano, maior. A integração é uma espécie de burocracia saudável que cuida de examinar o recebimento de documento e seu destino final. Quanto maior o número de departamentos em que esse documento tem de ser examinado, maior é a etapa que separa o instante do protocolo da expedição final de um parecer. Quanto mais simples a função que um sistema nervoso tem de desempenhar, mais fácil é coordenar circuitos de tal forma que entre o protocolo e a expedição tenham de ser seguidas instruções mínimas.”



integração de informações, e inúmeras possibilidades de ação. Assim, segundo Del Nero (1997), o modo genuíno e peculiar de operação cérebro/ mente humana caracteriza-se por um processamento semelhante ao que, na ciência da computação, denomina-se de “analógico”, ou seja, processamento complexo de inúmeros valores ou informações. Isto se opõe a um tipo de processamento que aqui denominamos “binário”, no qual o cérebro processaria apenas duas possibilidades: o sim ou o não. Esta é a forma de processamento de algumas funções cerebrais humanas, mas não daquelas funções cerebrais das quais a mente é parte. O diálogo interno é um modo de operação mental do qual fazem parte ações mentais que condizem com o processamento complexo ao qual Del Nero (1997) se refere. Isto significa que a mente humana tem, naturalmente, o diálogo interno como uma potencialidade de operação. Esta é a razão pela qual Ayaan, mesmo recebendo uma educação para a repetição e para desenvolvimento de ações binárias, consegue superá-la e priorizar o diálogo interno. Entendemos também que esta superação foi fortemente impulsionada pela vivência distinta proporcionada por seu pai, pelo forte laço afetivo com ele, e pela situação de crise.

Sobre o surgimento da mente, Del Nero (1997, p.31) argumenta:

[...] a mente surge quando são muitas as opções criativas e inteligentes de se agir com os dados ambientais obtidos pela sensorialidade. Não é possível gravar de antemão esses programas no sistema nervoso do animal. Ele deverá aprender, treinar, pensar, ponderar, discutir, arriscar, inventar, teorizar, testar e assim por diante. No momento em que tudo isso aparece entre a sensação e a ação, tem-se uma complexidade explosiva, uma burocracia enorme e necessária que vai executar milhões de cálculos e dar milhões de pareceres antes que se decida por lutar, fugir ou associar-se. A mente surge exatamente quando essa complexidade se assenta na área de integração, quando a associação é tal que não só a detecção e a ação são complexas, mas à detecção correspondem inúmeras ações diferentes sujeitas ao raciocínio, à emoção, à motivação, ao aprendizado e aos valores.

Apesar do exemplo de Ayaan (2007), na obra “Infidel”, entendemos que a educação exerce impacto fundamental em nosso modo de operação mental, uma vez que, sua influencia é direta e constante ao longo de toda a vida. Como somos seres adaptáveis e dotados de uma mente extremamente dependente do aprendizado, conforme apresentado no capítulo dois desse estudo, podemos não só aprender a observar melhor a operação da mente e direcioná-la, sempre que necessário, para um modo de operação aberto, flexível e criativo, como podemos também reforçar a operação automática da mente - neste caso basta uma educação que priorize elementos favoráveis a esse modo de operação como: repetição;



ênfase nas respostas; ênfase na pressa em apresentar respostas e resolver problemas; pouca preocupação em analisar os próprios pressupostos e crenças; pouca preocupação com o significado e a compreensão. Esse é o aspecto que evidenciaremos a seguir.

### 3.3.2 A educação cerceando a mente

Nosso cotidiano favorece consideravelmente o reforço da operação do sistema de reflexos. Somos a todo instante bombardeados com a repetição de frases feitas, idéias prontas e clichês de todo tipo (repetição de padrões), repetição de tarefas, trabalho repetitivo e mecanizado, repetição e padronização do modo de ser e agir. Podemos citar alguns exemplos disso<sup>43</sup>:

- Paula Lago (2003), em reportagem para o jornal Folha de São Paulo, evidencia a robotização dos profissionais que são impelidos a passarem o dia repetindo frases feitas, perguntas pré-estabelecidas, e apresentando comportamento-padrão. Ela afirma (Ver anexo I):

“Os caixas de lojas e supermercados têm sempre de perguntar sobre o tal cartão de fidelidade, o atendente de telemarketing repete à exaustão seus dizeres, os candidatos nas entrevistas de emprego respondem da mesma maneira às perguntas do selecionador. Até que ponto tantos treinamentos adotados hoje capacitam ou "fabricam funcionários em série"?”

- No mesmo jornal Folha de São Paulo (2003), encontramos reportagem na qual argumenta-se que treinamentos inadequados de profissionais têm levado à padronização excessiva prejudicando autonomia e criatividade. Gera também falta de flexibilidade, cansaço e insatisfação dos profissionais(Ver anexo II).
- Em outra reportagem da Folha de São Paulo (2005), o neurocientista Ivan Izquierdo, argumenta da necessidade de educarmos a mente para lidar com o bombardeio de informações que recebemos a toda hora e sairmos do automatismo em que vivemos. Fala em ordenar, acalmar o pensamento e desenvolvermos uma percepção acerca de tudo o que está ocorrendo, a todo

---

<sup>43</sup> Todas as reportagens referentes aos exemplos citados, constam, em sua íntegra, anexadas ao final deste capítulo.



momento, com nossa mente e corpo. Fala da necessidade de mudarmos padrões de comportamento mental e desenvolvermos o pensar - ponderar, elaborar as próprias sínteses, e desenvolvermos o hábito da leitura para sairmos do automatismo e até evitarmos doenças como Alzheimer. (Ver anexo III).

- Melchiades Filho (2001), na Folha de São Paulo, afirma que o basquete tem jogado no piloto automático. Com esportistas cada vez mais rápidos e diferenças milimétricas de tempo, os treinadores têm apostado nos reflexos como forma de superar tempos e marcas. Ele evidencia (Ver anexo IV):

Pensar cansa, consome energia valiosa, avisam os cientistas da bola. Para se destacar em um ambiente hipercompetitivo, o atleta precisa aprender a agir por instinto. Daí a importância dos treinos de repetição, em que os movimentos se sucedem até que o corpo ganhe vida própria, "raciocine" sozinho e os arremessos, chutes, dribles ou socos sejam executados sem esforço.

Acabamos por ficar menos treinados em tomar decisões, realizar cálculos, e parar para pensar, nem que seja para tomar pequenas decisões como organizar compras, uma vez que a tecnologia, os softwares têm feito isso por nós. A rapidez com que desempenhamos inúmeras tarefas ao longo do dia inteiro não nos permite perceber o quanto estamos automatizados a não ser quando ocorrem desastres como no caso do pai que esqueceu o filho trancado dentro do carro levando a criança a óbito. Seguem mais exemplos do modo de vida cotidiano contribuindo no reforço do sistema de reflexos e ausência de autonomia no pensar e agir.

- O repórter André Caramante (2006), cobre notícia sobre pai que esquece filho de 1 ano e três meses trancado dentro do carro da família por 5 horas e 30 min. Com a rotina diária quebrada o pai da criança, de modo automático, segue para o trabalho esquecendo completamente a criança. (Ver anexo V)

À polícia, o pai da criança, que tem 35 anos e administra a academia onde o carro ficou parado, disse que seguia um roteiro com a família: primeiro, ele levava a filha de 9 anos à escola; em seguida, o filho era deixado no maternal e, na seqüência, a mulher ficava na estação Parada Inglesa do metrô. Anteontem, sem saber explicar exatamente o motivo, o administrador teve essa rotina alterada: antes de deixar o menino no maternal, ele levou a mulher ao metrô e, da estação, partiu direto para a academia, isso por volta das 8h30. Lá, ele parou o carro no estacionamento descoberto do local e o trancou com o controle remoto, que subiu os vidros escurecidos do veículo.



[...] "Essa morte aconteceu, infelizmente, porque o pai do menino estava com o piloto automático ligado, vivia a mesma rotina", disse a delegada assistente do 20º DP (Água Fria) Adanzil Limonta, responsável pela investigação do caso.

- Bernardo Ajzenberg (2002) relata problema vivenciado na redação do jornal Folha de São Paulo, possivelmente ocasionado pelo automatismo dos jornalistas, desenvolvido em função da necessidade de rapidez e eficiência no trabalho diário. O caso dizia respeito a constantes erros gramaticais e ortográficos absurdos, comprometendo a qualidade do jornal. (Ver anexo VI)

Conversei com o professor Pasquale Cipro Neto, colunista do jornal, sobre esses casos. Para ele, erros desse tipo não decorrem obrigatoriamente da ignorância. Podem ser fruto de um fenômeno de condicionamento da memória do jornalista, que, na pressa do fechamento da edição, prioriza um registro automático derivado da incidência maior ou menor do uso dessa ou daquela palavra.

No caso do "haja", por exemplo: como as pessoas costumam usar muito mais a palavra "haja" do que "aja", o "piloto automático" da escrita apressada acaba privilegiando a primeira (incorreta). O mesmo valeria em saudar/saldar.

- Publicação do Jornal The New York Times, traduzida na Folha de São Paulo (2009), apresenta os efeitos da sofisticação tecnológica em nosso cotidiano. Em especial, sua contribuição no funcionamento da mente de forma automática, ocasionada pelo pouco esforço exigido da mente – os equipamentos pensam por nós. (Ver anexo VII)

À medida que a tecnologia se sofisticava, ela pode estar empurrando as mentes humanas na direção oposta. Artefatos como GPSs, celulares e geladeiras high-tech estão dizendo às pessoas o que fazer e como fazê-lo melhor. A vida passou a girar menos em torno da tomada de decisões complexas e mais em não precisar pensar ou fazer grande coisa.

[...] "A Philips Research, da Holanda, desenvolveu um protótipo de comprimido programável para dirigir-se a um ponto problemático específico do corpo e depositar sua substância medicamentosa ali, enviando informações atualizadas ao médico, via rádio, ao longo do percurso", escreveu Anne Eisenberg no "New York Times". O i Pill poderá ser empregado um dia para tratar distúrbios do trato digestivo.

Mas, com todas essas razões para não fazermos muito esforço, a desordem mais comum de hoje talvez seja o fato de as mentes humanas estarem funcionando no piloto automático.

Na educação formal também podemos encontrar muitos exemplos de cerceamento da mente e contribuições na destreza, cada vez maior, do sistema de reflexos.



Acreditamos que nossa vivência como discente ao longo de tantos anos e como docente do ensino superior por quatro anos, poderá nos fornecer experiência e respaldo suficiente para uma reflexão sobre as contribuições da escola formal no reforço ao sistema de reflexos e à ausência de autonomia do indivíduo, sem ter que recorrer a teóricos reconhecidos no meio científico. Assim, apresentaremos no sub-item a seguir, nossas reflexões e percepções sobre todos estes anos de vivência no ensino formal, tanto como aluno, como na posição de professor.

### **3.3.2.1 Educação formal: nossa experiência e reflexão**

A escola formal tradicional é rotineira, padronizada e tediosa. Cheia de obrigações a serem cumpridas pelo professor e pelos alunos. A burocracia das obrigações (aulas, testes, provas, notas, relatórios, reuniões, cumprimento de cargas horárias, atividades complementares que precisam acontecer, festas etc.) consome todo o tempo e exaure as forças de ambos – professor e aluno. Ambos passam a cumprir agendas e a curiosidade, o gosto pela construção do conhecimento; o tempo necessário à compreensão; a reflexão sobre as próprias experiências; a percepção e reflexão sobre os próprios sentimentos, ações, conceitos e compreensões; tudo isso, é engolido pela necessidade de atender aos inúmeros trâmites burocráticos da formalidade escolar.

Em meio a tantas obrigações aluno e professor têm pressa e passam automaticamente a: estudar para provas; assistir aulas; elaborar trabalhos; preparar aulas; ministrar aulas; elaborar provas; corrigir provas; lançar notas; participar de reuniões etc. Ou seja, o cotidiano da escola formal está longe de ser criativo, questionador, reflexivo. Mesmo quando, por exemplo, alunos participam de uma “aula reflexiva”, na maioria das vezes, o momento de questionamento não passa da sala de aula. Dalí saem correndo para cumprir outras obrigações. No tempo dedicado à aula, no máximo, apresentam críticas externas e não se colocam, verdadeiramente, como participantes, como incluídos na situação. Mesmo quando, aparentemente o fazem, na maior parte das vezes, não o fazem de fato, uma vez que, ao saírem da sala de aula, acabam por esquecer os problemas e discussões de sala e retornar à rotina automatizada.



Repare que grande parte dos chamados “discursos críticos” acabam por se transformar em palavras vazias, ou seja, sem ações efetivas no cotidiano e na vida profissional. Perdem o sentido muito rapidamente por não terem aplicação consciente na vida prática. Até quando se é “crítico” entra-se no hábito/automatismo muito facilmente. Quantas vezes já se caiu na repetição idéias que não se compreende e, portanto, não se põe em prática? Será possível ter um pouco mais de coerência?

Além de tudo isso, o professor, na maioria das vezes, se coloca como aquele que diz ao aluno o que está certo e o que está errado. Desde a mais tenra infância o aluno se habitua a seguir o mestre que o corrige, conduz, e julga. A escola, por sua vez, premia o aluno com medalhas julgando-o vitorioso e merecedor de destaque. Às vezes até o põe em salas diferenciadas confirmando seu caráter “especial” (elitista).

Com tudo isso e sem o treino no exercício da autonomia, aluno e professor acabam, num determinado dia, sendo obrigados pela realidade a tomar decisões sozinhos o que os impele à perguntas: Como devemos nós mesmos fazer nossos próprios julgamentos? Que treino temos para fazer isso? Onde está nosso mestre? Como poderemos, sós, tirar conclusões e tomar decisões? Precisamos de um chefe!!!! Alguém terá que nos dizer o que fazer, o que pensar, como pensar!!!!!! Ou será que poderemos aprender isso algum dia?

E mais! A escola sempre foi aquele lugar que freqüentamos para sermos alguém na vida! Precisamos estudar para ter êxito. Precisamos ser sabidos, saber dar respostas na ponta da língua! Não saber responder a uma questão simples, a qual já deveríamos ter conhecimento, é uma vergonha! Perguntas são boas, mas até certo ponto. Não devemos exagerar! Não podemos demonstrar tanta insegurança. Se a professor(a) faz alguma pergunta a você, na frente de todos em sala de aula, você tem que saber responder, pois, caso contrário, irá passar vergonha. Ela logo passará a questão a outro que, bem sabido, irá respondê-la, deixando você ainda mais para trás. Ser argüido e não saber o que dizer é uma enorme vergonha para grande parte das pessoas!!!! Não é assim até hoje? Como se sente um aluno de doutorado ao ser argüido em sua defesa? Será isso um condicionamento adquirido desde a mais tenra infância? É possível não tê-lo? Afinal, o que significa “ter êxito”? É, passar no vestibular e conseguir emprego com bom salário? Ter êxito é ter sucesso e dinheiro? É se destacar frente aos outros? Por que o conhecimento por si não tem valor? Por que a descoberta e o contato com a vida proporcionados pelo conhecimento não são o



grande destaque? Por que nossa mente é treinada para operar eficientemente apenas respostas, e determinadas respostas?

O educador Paulo Freire (1996), no livro “Pedagogia da autonomia”, sugere práticas necessárias para a formação de indivíduo autônomos. São algumas delas como: consciência do inacabamento; reconhecimento de ser condicionado; corporeificação das palavras pelo exemplo; aceitação do novo e rejeição a discriminação; comprometimento; respeito à autonomia do educando; tomada consciente de decisões; saber escutar; disponibilidade para o diálogo. Essas sugestões de Paulo Freire são o outro lado da moeda do processo de educação formal sobre o qual acabamos de refletir. É a contrapartida do que acaba de ser apresentado. Um lado ainda com um número insuficiente de práticas devido a própria formação dos professores e a todo o ambiente que trabalha em seu detrimento. O automatismo sitia a mente de professores e alunos. Um hábito tão presente e familiar a todos é difícil de ser percebido e detectado. Em tais condições, só mesmo uma situação de crise pode possibilitar uma consciência capaz de detectá-lo.

Esta reflexão nos impele à questão: Como resolver as contradições entre a educação formal e informal, bem como o automatismo que cerceia a mente, proveniente da educação de uma forma geral, e assim, formar indivíduos flexíveis, autônomos e atuantes na mudança individual e coletiva?

### **3.3.2.2 O diálogo interno contribuindo na formação do indivíduo**

O diálogo interno proporciona uma operação do pensamento capaz de lidar com as referidas contradições já que envolve consciência apurada, observadora, questionadora, aberta ao novo, e experienciadora. Estas características também dão forte contribuição na fragilização do sistema de reflexos e conseqüente flexibilização do pensamento. Trata-se de um mecanismo do pensamento fundamental no processo de formação do indivíduo. Além disso, o diálogo interno tem uma atuação intensa tanto quanto a educação (formal e informal). Ele também acompanha o indivíduo a cada instante de sua vida, o que o faz um excelente contraponto aos constantes cerceamentos do cotidiano à mente humana.





Apesar dos fatos, acima citados, sobre os inúmeros modos de cerceamento da mente e de incentivo ao automatismo, também temos exemplos de prática cotidiana que podem favorecer a operação contrária e o bom funcionamento do diálogo interno. Veja exemplo abaixo.

- A reportagem do jornal Folha de São Paulo, apresentada por Alan Faria (2008), apresenta uma situação cotidiana bastante favorável à prática e desenvolvimento do diálogo interno. Trata-se do hábito de escrever diários por jovens adolescentes do sexo feminino. Não são informações publicadas na internet. São diários com informações íntimas, apresentadas por escrito em pequenos cadernos. As meninas revelam que escrevem todos os dias. Quando indagadas sobre a razão dos diários elas dizem que é uma forma de desabafo, de reflexão e até de observação sobre seu processo de amadurecimento. Registram rotinas, pensamentos, idéias, momentos de angústia, sentimentos e ações. Observe que o que elas estão fazendo não é nada mais que diálogo interno. O mais interessante é que trata-se de uma prática espontânea das adolescentes. Veja o depoimento. (Ver anexo VIII)

Deixar de escrever no diário e passar a relatar o cotidiano na internet nunca passou pela cabeça de Débora. "Não escrevo para que as pessoas saibam o que fiz, mas, sim, para registrar os acontecimentos ou para refletir sobre meus sentimentos."

Mais do que desabafar e detalhar o cotidiano, Débora gosta de, ao reler os textos escritos em seus diários, saber que teve alguns momentos importantes de sua vida registrados. "Podem, talvez, um dia servir para alguém, filhos, netos, sobrinhos, ou para eu mesma lembrar e aprender a lidar com algumas situações", diz.

Ou, no caso de Carol, revelar o quanto ela amadureceu. "Vejo uma evolução. Na minha forma de escrever, na minha forma de pensar. Noto como eu cresci e percebo que minhas preocupações, meu jeito de escrever e até a letra mudam. É muito engraçado ler algum texto antigo e pensar: "Como fui idiota! Não acredito que consegui fazer isso um dia!"".

Precisamos estar mais atentos às práticas cotidianas que poderão favorecer o desenvolvimento do diálogo interno como um modo de operação do pensamento mais presente, em contraponto ao modo de operação fechado e automático. O estímulo ao hábito da escrita de diários, a leitura de relatos autobiográficos nos quais seus autores tenham o



---

diálogo interno, e até mesmo a condução de atividades reflexivas levando em conta o modo de operação do diálogo interno, podem servir como primeiros passos na busca de alternativas para o desestímulo à operação automática do pensamento.

No que se refere à educação formal, o desenvolvimento de metodologias de ensino que possibilitem o aluno vivenciar o diálogo interno é o grande desafio. Para isso poderão ser usados recursos como *Games*, *Second Life*, a princípio não diretamente vinculados à disciplinas, mas como atividades complementares que venham contribuir na construção de um dado conhecimento. Estes recursos seriam elaborados levando em consideração a estrutura do diálogo interno.

O diálogo interno precisa começar a ser parte da vida cotidiana dos indivíduos, na mesma medida em que o automatismo o é. Precisamos de contra-exemplos que nos façam utilizar a enorme capacidade mental de que dispomos e que tem sido sub-utilizada em nome de uma falsa rapidez e eficiência.



---

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Iniciamos este estudo com a intenção de melhor compreender uma “anomalia” na operação do pensamento humano denominada “automatismo”. Pensávamos ser uma anomalia até nos depararmos com as explicações de David Bohm e Michael Polanyi sobre o pensamento e, ainda, com uma observação mais apurada do nosso próprio pensamento. Estas investigações evidenciaram a normalidade do automatismo e sua função em nossa vida diária. Ao mesmo tempo, deparamo-nos com a necessidade cotidiana e premente da saída do automatismo e apresentação de uma forma de operação do pensamento que nos possibilitasse lidar com problemas complexos, que exigiam contextualização, flexibilidade, abertura ao novo e tempo em sua resolução.

Imbuídos de grande otimismo, pensamos estar diante de uma contradição, para não falar em paradoxo, o que nos fez partir de imediato em busca de alternativas. Nos escritos de David Bohm, encontramos sua proposta de diálogo como forma de gerar possíveis caminhos de saída do automatismo. No entanto, em razão da intensidade desse automatismo, esta solução nos pareceu insuficiente. Buscávamos algo que tivesse uma atuação tão presente e intensa quanto o é o automatismo. Foi a partir de nossa própria experiência que lançamos o olhar para o diálogo interno. Logo percebemos que não se tratava de qualquer diálogo interno, pois havia formas de diálogo interno que nos mantinham isolados, distantes do novo e ainda fortemente movidos pelo sistema de reflexos. Talvez não devessem sequer ser chamados de “diálogos” e sim de “monólogos” internos.

Seguimos, então, na investigação, a princípio em nossa própria experiência, do que seria esse **outro diálogo**. Sistematizamos sua operação e fomos para o mundo em busca de mais evidências semelhantes à nossa experiência. Nessa empreitada, retornamos aos escritos de David Bohm onde encontramos a semelhança com o que ele denominava “jogo livre do pensamento”. Seguimos, agora buscando evidências cotidianas, e nos deparamos com uma série de relatos autobiográficos nos quais pudemos enxergar estrutura semelhante a nossa sistematização.

Foi encantador a descoberta de uma forma de operação do pensamento – o diálogo interno - tão presente na vida humana, embora bastante negligenciada por nós. Neste momento pensamos “aqui está o contraponto ao automatismo na exata medida”. A exata



---

medida se dava por tratar-se de um mecanismo do pensamento que tem a possibilidade de ser tão presente e intenso quanto o é o automatismo.

Entendemos que o primeiro passo foi dado no que se refere a busca da autonomia do pensamento. O diálogo interno ainda precisa ser minuciosamente investigado o que não é possível em um único estudo. Assim, esperamos que esta investigação tenha contribuído não apenas no avanço do conhecimento, mas na geração de questões e *insights* a respeito do diálogo interno e sua influência para a formação de indivíduos capacitados para enfrentar problemas complexos.



## REFERÊNCIAS

ARAGÃO, Ana Lúcia Assunção. **A dinâmica do pensamento geométrico:** aprendendo a enxergar meias verdades e a construir novos significados. Tese. Programa de pós-graduação em educação, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, 1997.

\_\_\_\_\_. **Controle-liberdade:** apontamentos para um estudo. Rio Grande do Norte, 1994, 87f. Dissertação - Programa de pós-graduação em educação, Universidade Federal do Rio Grande do Norte

AJZENBERG, Bernardo. Mosca na sopa. **Folha de São Paulo**. São Paulo, 30, junho, 2002. In: <http://www1.folha.uol.com.br/fsp/ombudsma/om3006200201.htm>. Acesso em: 01/03/09.

ARMSTRONG, David Malet. **The nature of mind and other essays**. Ithaca, New York: University of Queensland Press, 1980.

ARENDT, Hannah. **Entre o passado e o futuro**. 5 ed. Trad. Mauro W. Barbosa. São Paulo: Perspectiva, 1968.

\_\_\_\_\_. **A vida do espírito vol I – Pensar**. Tradução João C.S. Duarte. Portugal: Instituto Piaget, 1971.

BOHM, David. **Thought as a System**. London: Routledge, 1994.

\_\_\_\_\_. **Diálogo:** comunicação e redes de convivência. Tradução Humberto Mariotti. São Paulo: Palas Athena, 2005.

\_\_\_\_\_. **Unfolding Meaning:** a weekend of dialogue. London and New York: Routledge, 1987.

\_\_\_\_\_; PEAT, F. David. **Ciência Ordem e Criatividade**. Tradução Jorge da Silva Branco. Portugal/Lisboa: Gradiva, 1989.

BRANDÃO, Carlos Rodrigues. **O que é educação**. São Paulo: Brasiliense, 2005.

CARAMANTE, André. Esquecido pelo pai no carro, bebê morre. **Folha de São Paulo**. São Paulo, 14, abril, 2006. In: <http://www1.folha.uol.com.br/fsp/cotidian/ff1404200614.htm>. Acesso em: 01/03/2009.

DAMÁSIO, António. **O Mistério da Consciência**. Tradução Laura Teixeira Motta. Revisão técnica Luiz Henrique Martins Castro. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.



DEL NERO, Henrique S. **O sítio da mente: pensamento, emoção e vontade no cérebro humano.** São Paulo: Collegium Cognitio, 1997.

\_\_\_\_\_ Ciência Cognitiva e Educação in:  
<http://www.lsi.usp.br/~hdelnero/Palegre2.html>. Acesso em 13/02/09.

Dicionário de Psicologia. Disponível em:  
<http://www.alppsicologa.hpg.ig.com.br/dicionarioA.htm>. Acesso em 03/11/08.

FARIA, Alan. Memórias à mão. **Folha de São Paulo.** São Paulo, 01, setembro, 2008. In:  
<http://www1.folha.uol.com.br/fsp/folhatee/fm0109200807.htm>. Acesso em 04/03/09.

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. **Miniaurélio: o dicionário da língua portuguesa.** Coordenação de edição Margarida dos Anjos, Marina Baird Ferreira. 6 edição rev. Curitiba: Positivo, 2005.

**Folha de São Paulo.** Treinamento estrito limita a criatividade. São Paulo, 15, junho, 2003. In:  
<http://www1.folha.uol.com.br/fsp/empregos/ce1506200302.htm>. Acesso em: 01/03/09.

**Folha de São Paulo.** Mente quieta e atenta. São Paulo, 24, fevereiro, 2005. In:  
<http://www1.folha.uol.com.br/fsp/equilibrio/eq2402200514.htm>. Acesso em: 01/03/2009.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa.** São Paulo: Paz e Terra, 1996 (Coleção Leitura).

GANCIA, Barbara. Escola do crime. **Folha de São Paulo.** São Paulo, 14, novembro, 2008. In:  
<http://www1.folha.uol.com.br/fsp/cotidian/ff1411200807.htm>. Acesso em: 04/03/09.

HIRSI, Ali Ayaan. **Infel: a história de uma mulher que desafiou o Islã.** Tradução Luiz A. de Araújo. São Paulo: Companhia das Letras, 2007.

LAGO, Paula. Trabalho repetitivo “robotiza” funcionário. **Folha de São Paulo.** São Paulo, 15, junho, 2003. In:  
<http://www1.folha.uol.com.br/fsp/empregos/ce1506200301.htm>. Acesso em: 01/03/09.

MAGEE, Bryan. **Confissões de um Filósofo.** Tradução Waldéa Barcellos. São Paulo: Martins Fontes, 2001.

MELCHIADES FILHO. Inconsciente coletivo. **Folha de São Paulo.** São Paulo, 03, abril, 2001. In:  
<http://www1.folha.uol.com.br/fsp/esporte/fk0304200119.htm>. Acesso em: 01/03/09.

NAVARRO, Almira. **Diálogos e reflexão.** Rio grande do Norte, 2005, 187f. Tese – Programa de pós-graduação em educação, Universidade Federal do Rio Grande do Norte.



---

\_\_\_\_\_. **Conhecimento em Ação: Modos de pensar em diálogo.** Rio grande do Norte, 2000, 173 f. Dissertação – Programa de pós-graduação em educação, Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

POLANYI, Michael. **The tacit dimension.** EUA: Doubleday & Company, 1983.

REALE, Giovanni. **História da Filosofia:** filosofia pagã antiga. v.1. Tradução Ivo Stoniolo. 3 edição. São Paulo: Paulus, 2003.

REEVE, Christopher. **Ainda sou eu:** memórias. Tradução Vera Caputo. São Paulo: Dórea Books and Art, 2001.

STRATTON, Peter; HAYES, Nicky. **Dicionário de Psicologia.** Trad. Esméria Rovai. São Paulo: Pio Thomson Learning, 2003.

**The New York Times.** Tradução Folha de São Paulo. Existo, logo vivo em piloto automático. São Paulo, 16, fevereiro, 2009. In:  
<http://www1.folha.uol.com.br/fsp/newyorktimes/ny1602200903.htm>. Acesso em: 01/03/2009.



---

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

AGOSTINHO, Santo. **Confissões**. Tradução de Maria Luiza Jardim Amarante. São Paulo: Paulus, 2002.

BAUMAN, Zygmunt. **Modernidade líquida**. Tradução Plínio Dentzien. Rio de Janeiro: Jorge Zahar E., 2001.

BOHM, David. **The limits of thought: discussions**. London and New York: Routledge, 1999.

COSTA, Claudio. **Filosofia da Mente**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 2005.

DAMASIO, Antonio. **O mistério da consciência: do corpo e das emoções ao conhecimento em si**. Tradução Laura Teixeira Motta. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.

\_\_\_\_\_. **O erro de Descartes: emoção, razão e cérebro humano**. Tradução Dora Vicente e Georgina Segurado. São Paulo: Companhia das Letras, 1996.

DENNETT, Daniel C. **Tipos de mentes: rumo a uma compreensão da consciência**. Tradução Alexandre Tort. Rio de Janeiro: Rocco, 1997.

\_\_\_\_\_. **A perigosa idéias de Darwin: a evolução e os significados da vida**. Tradução Talita M. Rodrigues. Rio de Janeiro: Rocco, 1998.

EYSENCK, Michael W; KEANE, Mark T. . **Manual de psicologia cognitiva**. Tradução Magda França Lopes. 5 ed. Porto Alegre: Artmed, 2007.

GANDHI, Mahatma. **Autobiografia: minha vida e minhas experiências com a verdade**. Tradução Humberto Mariotti et al. São Paulo: Palas Athena, 1999.

LAKOFF, George. **Women, fire, and dangerous things**. Chicago and London: The University of Chicago Press, 1987.

OLIVEIRA, Marcos Barbosa de; OLIVEIRA, Marta Khol de. **Investigações cognitivas: conceitos, linguagem e cultura**. Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 1999.

POLANYI, Michael. **A lógica da liberdade**. Tradução Joubert de Oliveira Brízida. Rio de Janeiro: Topbooks Ed., 2003.

SACKS, Oliver. **Um antropólogo em Marte: sete histórias paradoxais**. Tradução Bernardo Carvalho. São Paulo: Companhia das Letras, 2006.

\_\_\_\_\_. **Com uma perna só**. Tradução Laura Teixeira Motta. São Paulo: Companhia das Letras, 2003.





SEARLE, John R. **O mistério da consciência**. Tradução André Yuji Pinheiro Uema e Vladimir Safatle. São Paulo: Paz e Terra, 1998.



## APÊNDICES E ANEXOS



## ANEXO I

REPORTAGENS DA FOLHA DE SÃO PAULO<sup>44</sup>

**PILOTO AUTOMÁTICO – Trabalho repetitivo. 15//06/03 Folha de São Paulo. In:**  
<http://www1.folha.uol.com.br/fsp/empregos/ce1506200301.htm>. Acesso em: 01/03/09.

Atendentes de telemarketing e de fast foods e promotores de eventos são vítimas comuns do problema Trabalho repetitivo "robotiza" funcionário

### PAULA LAGO

Free-lance para a folha

Fernando Moraes/ Folha Imagem



*Cristina  
Lima (esq.)  
e  
Mariângela  
Interlandi  
atuam em  
eventos*

"Para entrar em contato com o setor de vendas, disque 1. Com o departamento de marketing, disque 2. Ou, para falar com um de nossos atendentes, disque 9." Irritado por ter de decorar ramais e de "conversar com máquinas", o interlocutor resolve digitar o 9, atrás de atendimento personalizado. **No entanto, parece continuar falando com uma gravação: frases prontas, comportamento-padrão, reação zero.**

Essa cena de atendimento eletrônico levanta duas questões do mercado de trabalho de hoje: enquanto muitos temem que, no mundo moderno, as máquinas substituam a mão-de-obra humana, no caminho inverso **ocorre a "robotização" dos profissionais.**

**Os caixas de lojas e supermercados têm sempre de perguntar sobre o tal cartão de fidelidade, o atendente de telemarketing repete à exaustão seus dizeres, os candidatos nas entrevistas de emprego respondem da mesma maneira às perguntas do selecionador.**

**Até que ponto tantos treinamentos adotados hoje capacitam ou "fabricam funcionários em série"?** E a principal pergunta: como se diferenciar no meio desse exército de profissionais "clonados"?

A situação é mais visível entre atendentes de telemarketing, funcionários de fast foods e promotores de eventos. "[O telemarketing] é um setor de trabalho relativamente novo. É habitual operar com grande

<sup>44</sup> Grifo nosso.



"taylorização" [sistema que adota métodos e normas visando à maximização do rendimento da mão-de-obra], fixando várias regras", diz o coordenador do laboratório de psicologia do trabalho da UnB (Universidade de Brasília), Wanderley Codo, 52. "Isso ocorria antes com os bancários. Mas, depois que o funcionário domina o ofício, conquista mais independência."

### **Amadurecimento**

Silvana Veronezze Nigri, 38, gerente de call center, tem 18 anos de experiência com centrais de atendimento e diz que o setor mudou para melhor. "A participação do operador [no atendimento] aumentou porque o cliente ficou mais exigente, não quer se sentir mais um. Isso contribui para a melhoria da profissão", avalia.

Mas o crescimento de atividades ligadas ao atendimento ainda enfrenta o problema da baixa satisfação no trabalho. O telemarketing tem rotatividade alta (cerca de um ano e meio), diz a ABT (a associação brasileira do setor).

De acordo com Ana Maria Moreira Monteiro, 42, vice-presidente da entidade, "muitos estão lá porque precisam do salário, dizem abertamente que odeiam o que fazem e, como não se sentem estimulados, agem maquinalmente". "Afinal, como fazer bem algo de que você não gosta?"

### **Síndrome de telefonista**

Enquanto os atendentes de hoje tentam fugir da "robotização", as telefonistas de antigamente sofriam com uma síndrome batizada de "neurose das telefonistas". Especialistas dizem que as semelhanças entre as duas atividades sugerem o risco de problemas psíquicos similares nos atendentes.

A síndrome foi diagnosticada em 1956, na França, e era causada por exigências físicas, cognitivas (relativas à tomada de decisões) e psíquicas excessivas.

"Assim como no caso dos atendentes de telemarketing, elas [as telefonistas] estavam em um ambiente em que teoricamente deveriam se comunicar, mas não havia comunicação", diz Codo, da UnB.

O problema seria a natureza da atividade. "Os teleatendentes têm uma única função, a de responder às chamadas por meio da informática. Isso leva a acréscimo considerável dos esforços de atenção, de precisão e de velocidade, aumentando a atividade cognitiva", afirma Odaléa Novais Freire, psicóloga e autora de tese sobre o serviço de teleatendimento. As telefonistas avaliadas pelos pesquisadores franceses na época apresentavam crises de choro, fadiga nervosa, modificações de humor e até problemas de sono.

Aquele deslize que muitas pessoas cometem, quando atendem o telefone de casa pensando estarem no trabalho, também foi registrado. "Aguarde um instante", por exemplo, era a frase profissional mais empregada na vida cotidiana das telefonistas francesas.



## ANEXO II

**PILOTO AUTOMÁTICO – Criatividade tolhida. 15/06/03 Folha de São Paulo. In:**  
<http://www1.folha.uol.com.br/fsp/empregos/ce1506200302.htm>. Acesso em: 01/03/09.

### **Apesar de vital, capacitação mal conduzida "trava" desenvolvimento dos profissionais**

#### **Treinamento estrito limita a criatividade**

Free-lance para a folha

Investir em treinamento e capacitação dos funcionários virou sinônimo de qualidade administrativa. Nas empresas de telemarketing, a máxima não é diferente, e o discurso dos profissionais do setor (sejam terceirizados, sejam operadores, sejam empresas) segue sempre nessa direção.

O que se observa, porém, é que, além de o treinamento não ser a cura de todos os males, ele pode, dependendo de como for dado, "padronizar de maneira excessiva os profissionais e prejudicar a busca por autonomia e individualização do serviço prestado". É o que diz Regina de Souza, 52, diretora de comunicação e eventos da Assertem (Associação Brasileira de Empresas de Serviços Terceirizáveis e de Trabalho Temporário), que dá cursos de reciclagem.

"O treinamento ainda padece de uma concepção de gestão centrada na produtividade. Ele é necessário, mas a forma como a empresa o concebe é inadequada, não se baseia em mecanismos reais, e o efeito acaba sendo inócuo", complementa Mário César Ferreira, 45, professor de ergonomia do Instituto de Psicologia da UnB.

A Softway Contact Center, central de atendimento terceirizado, tenta evitar o problema colocando os novos profissionais, depois de treinados, em um processo de adaptação supervisionada durante 90 dias. "Quando eles conhecem melhor o produto e as empresas, o atendimento fica padronizado, mas não "robotizado", diz Topázio Silveira Neto, 41, diretor de administração e RH.

Na Atento, que tem em torno de 24 mil atendentes, "há treinamentos específicos para a humanização da voz, que trabalham cordialidade e entonação para que ela não pareça mecânica", diz Cleide Barani, vice-presidente de RH.

O tom de voz tem mesmo grande importância. Segundo a ABT, em um contato telefônico, 83% do impacto se dá pela voz, contra 18% pelo conteúdo trazido.

#### **Flexibilidade**

Além de ficar atenta à capacitação, a empresa não pode se esquecer do script, aquela espécie de "cola" com frases e assuntos que o atendente de telemarketing deve abordar. "Script nenhum dá jogo de cintura e



**conhecimento.** Ele é importante como roteiro", observa Silvana Veronezze Nigri, gerente de central de atendimento.

**Ficar preso a um texto e repeti-lo dezenas de vezes seguidas, sem a possibilidade de alterar nada, é o risco desse roteiro.** Robson Carlos, 23, atualmente desempregado, tem três anos de experiência em telemarketing e afirma que a repetição das frases ocorre mais no início e no fim das ligações.

"Nas saudações existe mesmo a "robotização", mas não durante a conversa, senão bloqueia o desenvolvimento do serviço", afirma.

**A experiência de Cristina Franco, 24, também operadora, não foi tão satisfatória. Em uma das empresas em que trabalhou, ela conta que "não havia flexibilidade", e os próprios operadores faziam a busca de clientes potenciais, utilizando a lista telefônica. "Não tinha liberdade nenhuma, nada podia ser adaptado, e não havia direcionamento de público. A cobrança por cumprir metas era grande, e o resultado foi que muita gente saiu", lembra Franco.**

Fazer um script com a participação dos operadores pode dar resultado na motivação da equipe. "Essa abertura é fundamental, pois eles estão na linha de frente com o cliente. Isso evita um problema maior, que são as interpretações erradas", avalia Ana Maria Monteiro, da Associação Brasileira de Telemarketing.

### **Face a face**

**O atendimento ao público feito pessoalmente diminui a ocorrência de mecanização, mas não a exclui. Depois de expor o mesmo produto por cinco vezes seguidas, Cristina Une Lima, 21, recepcionista de eventos, conta que a insegurança inicial passou, mas deu lugar ao cansaço. "Fica automático, por mais que a abordagem seja diferente para cada pessoa."**

E revela: "Se não recebemos treinamento, às vezes temos de dar uma enrolada mesmo".

A recepcionista Luciana Gion, 19, também reclama do fator capacitação. Ela diz que são poucos os que oferecem treinamento adequado e remuneram por isso. "Já houve caso em que eu não recebi instrução nenhuma sobre o produto e tive de aguentar vendedores do estande reclamando de que não ajudávamos. Não tenho obrigação de saber de tudo."



## ANEXO III

FOLHA DE SÃO PAULO 24/02/2005. In:  
<http://www1.folha.uol.com.br/fsp/equilibrio/eq2402200514.htm>. Acesso em: 01/03/2009.

### MENTE QUIETA E ATENTA

Nos anos 20, o médico espanhol Santiago Ramón y Cajal (1852-1934) já reclamava do **excesso de informações**, tendo de conviver com o cinema, o rádio, as bandas tocando nas ruas e a multiplicidade de jornais impressos.

Quem lembra a história, descrita no seu livro "A Vida Vista aos Oitenta Anos", é o neurocientista Ivan Izquierdo, do Centro da Memória da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. "Imagine se ele vivesse hoje em dia", brinca Izquierdo, um dos maiores pesquisadores sobre memória.

**Em meio ao bombardeio de informações que as pessoas recebem todos os dias, a tarefa de ordenar e de acalmar os pensamentos é cada vez mais difícil.** Segundo o especialista, existe um "aparelho" no cérebro chamado de memória de trabalho que tem a função de "separar o joio do trigo". "Ele fica o tempo todo checando as informações que já temos arquivadas e as novas que chegam, para discernir o que devemos guardar", diz Izquierdo, que pratica meditação para acalmar os pensamentos. "O segredo é saber manter o foco da atenção somente no que nos interessa."

#### Piloto automático

**"A gente vive no automático. Precisamos reeducar a mente e o corpo"**, afirma o antropólogo Arthur Shaker, coordenador do centro de meditação budista Casa de Dharma. Ele afirma que o propósito da meditação é "purificar" a mente.

**"Nesse esforço, a prática está apoiada em dois ramos: um deles é a tranquilização da mente, que leva à concentração e à serenidade, e o outro é o desenvolvimento da visão clara de tudo aquilo que está acontecendo com o corpo e com a mente a todo momento"**, explica.

Além de diminuir a torrente de pensamentos, a meditação também tem como objetivo tentar evitar os chamados pensamentos não-saudáveis.

"Só acalmar a mente não é o suficiente. **É preciso mudar os padrões de comportamento mental, conhecer o processo.** A idéia é levar o estado meditativo para o dia-a-dia", afirma.

#### Pensamento livre

**"O livre pensador é como um ser extraterreno. Ele se difere do rebanho humano"**, afirma o psiquiatra Oton Bastos, professor da Universidade Federal de Pernambuco. Para ele, a **discussão de opiniões opostas é fundamental para que o homem continue pensando.**

**"As pessoas evitam pensar, estão robotizadas"**, diz ele, que sugere a leitura de textos que apresentem sempre diversos pontos de vistas sobre um tema para que a pessoa busque sua própria síntese.

A leitura é ainda o melhor remédio para conservar a memória e pode ajudar na prevenção de doenças como o mal de Alzheimer. "Os portadores de Alzheimer que têm o hábito de ler demoram mais para manifestar os efeitos da doença. E, quando eles aparecem, têm menor gravidade", afirma o neurocientista Ivan Izquierdo.



## ANEXO IV

**FOLHA DE SÃO PAULO 03/04/2001. In:**

**<http://www1.folha.uol.com.br/fsp/esporte/fk0304200119.htm>. Acesso em: 01/03/09.**

### BASQUETE

#### INCONSCIENTE COLETIVO

**Melchhades Filho**

Editor de esporte

Parece paradoxal, em virtude do caráter cerebral do esporte, baseado em deslocamentos, corta-luzes, muita tática. Mas o basquete cada vez mais joga no piloto automático.

Com a evolução brutal da preparação física, os espaços diminuiram, a velocidade disparou. Nasceu a ditadura do reflexo.

Pensar cansa, consome energia valiosa, avisam os cientistas da bola. Para se destacar em um ambiente hipercompetitivo, o atleta precisa aprender a agir por instinto. Daí a importância dos treinos de repetição, em que os movimentos se sucedem até que o corpo ganhe vida própria, "raciocine" sozinho -e os arremessos, chutes, dribles ou socos sejam executados sem esforço.

Essa filosofia não se restringe ao condicionamento individual. A lei do mínimo desgaste também se aplica ao coletivo.

Entrosamento, autoconhecimento, confiança e disciplina tornaram-se palavras-chave na cartilha do técnico moderno. Um time de qualidade técnica que jogue por música, saiba suas limitações e virtudes, não hesite nas ações ofensivas e não precise inventar em demasia quase sempre levará vantagem.

A questão do inconsciente coletivo ajuda a entender a tabela de classificação da NBA e oferece pistas a quem quiser adivinhar o final do campeonato mais acirrado da história da liga norte-americana.

As três melhores campanhas pertencem justamente às três equipes mais bem resolvidas: San Antonio (51 vitórias e 22 derrotas), Sacramento (49v e 23d) e Philadelphia (51v e 22d).

Todo mundo sabe seu papel no trio. Há o craque, que ancora o ataque e garante o bicho na hora do aperto -Tim Duncan, Chris Webber e Allen Iverson, respectivamente. Há o segundo violino, capaz de desequilibrar uma partida ou outra -David Robinson, Predrag Stojakovic e Dikembe Mutombo. Há o carregador de piano, que dá liga ao time e pouco aparece para a torcida -Sean Elliott, Doug Christie e Eric Snow. E por aí vai.





Outros times fortes rateiam porque ainda buscam esse eixo.

Portland, New York, Dallas e Milwaukee têm elencos estelares e versáteis. Mas não contam com um grande craque, um líder natural. Seus treinadores optam por variar os papéis a cada rodada. Por um lado, evitam melindres. Por outro, ao confiar demais no improvável, abrem caminho para a baderna e a irresponsabilidade.

O Los Angeles Lakers padece do mesmo mal, mas por motivo diverso. O atual campeão possui duas superestrelas, Kobe Bryant e Shaquille O'Neal. Egocêntricos, recusam-se a compartilhar seus talentos. O resto da equipe, alienado, simplesmente perdeu a noção do que fazer.

Enquanto os adversários enfrentam uma montanha-russa de performances e emoções, San Antonio, Sacramento e Philadelphia aproximam-se dos playoffs em perfeita sintonia. Claro, muita coisa ainda pode acontecer. Basta uma contusão para alterar a correlação de forças. Times poderosos como o Portland, o New York ou os Lakers têm bala para se redescobrir. E não se pode descartar uma simples surpresa.

**Mas é preciso lembrar que os mata-matas costumam se curvar à previsibilidade. A equipe mais embalada e azeitada prevalece. Por isso, o San Antonio, porque também reúne experiência e vigor físico, é a barbada do ano. Pode apostar. No reflexo.**

### **Espora 1**

Depois de um primeiro bimestre de atuações apagadas, Tim Duncan decolou. O ala-pivô, líder em double-doubles da temporada, já é forte candidato ao troféu de melhor jogador da NBA. Vai concorrer com Allen Iverson e Chris Webber.

### **Espora 2**

O San Antonio luta para calar os detratores, que fazem pouco do título que os texanos conquistaram em 1999 - a temporada foi talhada em três meses por causa de conflito trabalhista.

### **Espora 3**

Cinco jogadores do San Antonio estão entre as dez melhores pontarias da linha de três pontos, outra arma obrigatória nos playoffs: o ala Danny Ferry e os armadores Terry Porter, Derek Anderson, Antonio Daniels e Steve Kerr, todos eles com aproveitamento superior a 40% nesses arremessos. E-mail : [melk@uol.com.br](mailto:melk@uol.com.br)



## ANEXO V

**FOLHA DE SÃO PAULO 14/04/2006. In:**

<http://www1.folha.uol.com.br/fsp/cotidian/ff1404200614.htm>. Acesso em: 01/03/2009.

### **ESQUECIDO PELO PAI NO CARRO, BEBÊ MORRE**

**André Caramante**

Um bebê de um ano e três meses morreu, no início da tarde de anteontem, depois de ter sido esquecido pelo pai por aproximadamente 5h30 dentro do carro da família, que estava no estacionamento de uma academia de ginástica, na Vila Mazzei (zona norte). A criança sofreu parada cardiorrespiratória, queimaduras de primeiro e segundo graus e também desidratação grave.

O inquérito de homicídio culposo (sem intenção) que apura a morte do menino, enterrado ontem no Cemitério da Paz, Morumbi (zona oeste), aponta que ele estava dentro do Fiat Siena da família, sentado na cadeira de segurança que estava no banco traseiro do veículo.

À polícia, o pai da criança, que tem 35 anos e administra a academia onde o carro ficou parado, disse que seguia um roteiro com a família: primeiro, ele levava a filha de 9 anos à escola; em seguida, o filho era deixado no maternal e, na seqüência, a mulher ficava na estação Parada Inglesa do metrô.

Anteontem, sem saber explicar exatamente o motivo, o administrador teve essa rotina alterada: antes de deixar o menino no maternal, ele levou a mulher ao metrô e, da estação, partiu direto para a academia, isso por volta das 8h30. Lá, ele parou o carro no estacionamento descoberto do local e o trancou com o controle remoto, que subiu os vidros escurecidos do veículo.

Ao longo de toda a manhã de trabalho, ele, ainda segundo o que disse à polícia, reclamou ao irmão, que também administra a academia, que estava sentindo uma "angústia muito forte". Por volta das 13h, cerca de 5h30 depois de ter trancado o filho no Siena, ele resolveu pegar o carro e ir ao hospital para tentar descobrir porque estava mal. A temperatura na região, segundo a polícia, estava em torno dos 27C.

Ao abrir a porta do veículo, o pai do menino diz ter visto o filho na cadeira de segurança, totalmente desfalecido. Ele partiu para o Hospital Voluntários, em Santana (zona norte), mas foi em vão, pois a criança já estava morta.

"Essa morte aconteceu, infelizmente, porque o pai do menino estava com o piloto automático ligado, vivia a mesma rotina", disse a delegada assistente do 20º DP (Água Fria) Adanzil Limonta, responsável pela investigação do caso.

"Como o carro tinha insulfilm, as pessoas não viram a criança. E o carro tinha trava elétrica, o pai nem percebeu que fechou o veículo com o bebê", acrescentou a delegada.

A delegada diz que a mãe, ao saber do que ocorrera, foi ao hospital e, com o corpo do filho no colo, disse ao marido: "Você sempre foi um pai muito atencioso, sei que você não teve culpa alguma pelo que aconteceu."



---

De acordo com a delegada Adanzil, o pai do menino deverá receber "perdão judicial", pois o resultado do que aconteceu é altamente penoso para ele.



## ANEXO VI

**FOLHA DE SÃO PAULO 30/06/2002. In:**

<http://www1.folha.uol.com.br/fsp/ombudsma/om3006200201.htm>. Acesso em: 01/03/09.

**Ombudsman**

**MOSCA NA SOPA**

**Bernardo Ajzenberg**

Ao ler a **Folha** quarta-feira, captei **um erro ortográfico chato**. Foi no texto em que Pedro Malan comentava a "Carta ao Povo Brasileiro", divulgada pelo candidato do PT à Presidência, Luiz Inácio Lula da Silva.

Atribuía-se ao ministro da Fazenda a seguinte declaração: "Só posso saldar isso [a postura de Lula" como algo positivo...". Anotei o erro -o certo seria "saudar", com "u"- para comentá-lo em crítica interna. Pouco depois, um fax chegou, e, nele, **um assinante do jornal se dizia "estarecido"**. "Essa é de lascar", reclamava. E, após sugerir "um cursinho de português" ao responsável, concluía: "Leitor da Folha há meio século, fico triste de ver esses escorregões".

Alertar para erros de português não está entre as atribuições principais do ombudsman. O jornal tem um programa específico para isso. O tal fax, porém, deixou claro que erros de forma (gramática, digitação, linguagem) podem ser tão irritantes e agressivos para com os leitores quanto os chamados erros de conteúdo (informação equivocada, por exemplo).

**O problema ganhou dimensão maior, na última semana, devido também a outros tropeços.**

Na segunda, texto de orientação a investidores começava assim: "Não haja sob impulso". Isso mesmo, com agá (verbo haver), quando o correto seria aja (de agir).

**Na terça, outro deslize**, na boca do líder palestino Iasser Arafat: "Israel, com esses contínuos ataques, está revelando ao mundo quais são suas reais intensões". Com "s" em vez do "ç".

**Conversei com o professor Pasquale Cipro Neto, colunista do jornal, sobre esses casos. Para ele, erros desse tipo não decorrem obrigatoriamente da ignorância. Podem ser fruto de um fenômeno de condicionamento da memória do jornalista, que, na pressa do fechamento da edição, prioriza um registro automático derivado da incidência maior ou menor do uso dessa ou daquela palavra.**

**No caso do "haja", por exemplo: como as pessoas costumam usar muito mais a palavra "haja" do que "aja", o "piloto automático" da escrita apressada acaba privilegiando a primeira (incorreta). O mesmo valeria em saudar/saldar.**

No terceiro caso, há uma diferença, já que, embora a palavra intensões (com "s") exista (sinônimo de intensidade, veemência, segundo o "Aurélio"), ela é de uso quase nulo.



## Qualidade

Depois de lembrar que o jornal extinguiu a figura do "revisor" desde os anos 80, o coordenador do Programa de Qualidade da Folha, Rogério Ortega, explica que, para a empresa, "os jornalistas têm de se responsabilizar pela correção das informações e da linguagem, e não delegar essa responsabilidade a terceiros".

As atividades do PQ, diz ele, têm caráter "fortemente preventivo". Um resumo delas: os erros são repassados às editorias; todos têm metas a cumprir; jornalistas são avaliados e premiados também com base nisso; há um "mural" na Redação voltado para erros graves; uma professora dá assistência sete horas por dia; à disposição, existem, ainda, o dicionário "Aurélio" eletrônico, um corretor ortográfico e obras de referência.

Segundo Ortega, o jornal mantinha em junho o seu melhor desempenho deste ano (a média de erros/coluna caiu de 0,62 em março para 0,50).

Como é possível que, mesmo com todo esse aparato, ainda se cometam erros crassos?

Para o coordenador, isso "resulta de um misto de desatenção no trabalho de fechamento e deficiências culturais básicas de alguns jornalistas".

A avaliação faz sentido, mas não basta ir por aí. Os casos que mencionei (veja o quadro acima), surgidos um em seguida ao outro, expõem uma vulnerabilidade mais profunda.

Mais do que individualizar os erros -algo necessário-, trata-se de recuperar uma cultura da excelência, um grau de exigência superior, incorporado pelas equipes e em cada profissional.

Como explicar que esses três erros, por exemplo, forjados na chamada edição nacional (que fecha por volta das 20h), tenham sobrevivido na edição SP/DF (fechada em torno das 23h)?

Ou seja: mesmo que as causas tenham sido o "piloto automático" ou a pressão do tempo, e não as "deficiências culturais básicas", três horas havia para reler o material e fazer correções -o que não aconteceu.

Cabe perguntar até que ponto o tal "piloto automático" se faz presente apenas no lapso individual de quem concebe o texto; se ele não se aloja, também, no sistema de exigências (ou na insuficiência destas) administrado em esferas mais amplas, coletivas, da Redação.

Por mais que seja isolado ou que se o considere, às vezes, menos importante, para muitos leitores o erro crasso de português é mosca na sopa: estraga toda a leitura do jornal do dia.



## ANEXO VII

**FOLHA DE SÃO PAULO/ THE NEW YORK TIMES 16/02/2009. In:**  
<http://www1.folha.uol.com.br/fsp/newyorktimes/ny1602200903.htm>. Acesso em: 01/03/2009.

### LENTE

#### EXISTO, LOGO VIVO EM PILOTO AUTOMÁTICO

À medida que a **tecnologia se sofisticava**, ela pode estar empurrando as mentes humanas na direção oposta. **Artefatos** como GPSs, celulares e geladeiras high-tech estão **dizendo às pessoas o que fazer e como fazê-lo melhor**. **A vida passou a girar menos em torno da tomada de decisões complexas e mais em não precisar pensar ou fazer grande coisa.**

"Pesquisas mostram que, quando você acrescenta complexidade ao processo decisório, algumas pessoas optam por não escolher nada", disse John Gourville, professor da Escola de Administração Harvard, ao "New York Times". E um consumidor que não escolhe é precisamente o que as empresas não querem.

Os celulares podem ajudar. Japoneses vêm utilizando uma espécie de cartão de crédito virtual dentro de seus celulares para pagar ingressos, passagens ou comida, escreveu Leslie Berlin, do "New York Times". A tecnologia "passe e pague" acelerou a passagem pelo caixa e pode levar as pessoas a comprar mais. Não é mais preciso procurar a carteira dentro da bolsa nem contar o dinheiro nela. "É fácil. É prático. Ajuda você", disse Key Pousttchi, diretor do grupo de pesquisas Wi-mobile, da Universidade de Augsburg, Alemanha.

Facilidade e conveniência são também o que todos querem na cozinha. **Novos softwares** para celulares **ajudam a organizar as compras e o preparo das refeições**, escreveu Julia Moskin, do "New York Times". Quem ainda precisa do livro de receitas da vovó, quando há receitas que podem ser baixadas na web, programas para listas de compras e um cronômetro que deixa os ovos quentes no ponto exato?

Alguns chefs chegam a usar um BlackBerry para comunicar-se com seus subordinados, em vez de falar com eles. É o caso de Floyd Cardoz, do restaurante Tabla, em Nova York. Se vê um de seus assistentes errar no preparo da comida, "mando um e-mail para todo o mundo imediatamente", disse ele.

Como se as pessoas ainda precisassem de mais uma desculpa para não falar umas com as outras ou sair de casa, agora também é possível eliminar as idas ao supermercado com o aplicativo Ikan. Antes de jogar fora uma embalagem de ketchup ou cereal matinal, o usuário pode scanear o código de barras com seu Ikan. O aparelho vai acrescentar o produto a uma lista de compras. **Com um clique, tudo pode ser encomendado e entregue em casa.**

**E o que será da interação médico-paciente?** Para as pessoas que têm dificuldade em lembrar-se das dosagens dos remédios, o problema foi resolvido. **"A Philips Research, da Holanda, desenvolveu um protótipo de comprimido programável para dirigir-se a um ponto problemático específico do corpo e depositar sua**



---

substância medicamentosa ali, enviando informações atualizadas ao médico, via rádio, ao longo do percurso", escreveu Anne Eisenberg no "New York Times". O iPill poderá ser empregado um dia para tratar desordens do trato digestivo.

Mas, com todas essas razões para não fazermos muito esforço, a desordem mais comum de hoje talvez seja o fato de as mentes humanas estarem funcionando no piloto automático.

Um artigo publicado no periódico "Sleep Medicine" falou de um sonâmbulo que enviava e-mails enquanto dormia. O neurologista Fouzia Siddiqui disse no artigo: "O caso demonstra que um paciente poderia fazer outras coisas durante episódios de sonambulismo". Como, por exemplo, passar pela vida, simplesmente.

---

Envie seu comentário para [nytweekly@nytimes.com](mailto:nytweekly@nytimes.com)



## ANEXO VIII

### SEGUNDO GRUPO DE REPORTAGENS

#### MEMÓRIAS A MÃO

Distantes da superexposição em blogs, meninas mantêm o antigo hábito de escrever diários no papel  
Patricia Stavis/Folha Imagem



Andrea, 19, resolveu escrever diários por não ter amigas para conversar

**ALAN DE FARIA**

COLABORAÇÃO PARA A FOLHA

Contar detalhes do cotidiano para qualquer pessoa, mesmo para aquelas que não conhecemos, tornou-se comum em blogs, flogs e comunidades virtuais como o Orkut e o Facebook. Mas nem todo mundo quer detalhar segredos íntimos na internet. Não à toa, muitas meninas ainda preferem revelá-los nos velhos diários de papel.

A estudante Andrea Riccio Nieto Lacerda, 19, começou a escrever em diários quando tinha apenas sete anos. À época, por ser uma criança introvertida, sentia-se muito sozinha na escola. "Acho que qualquer garota gosta de sair contando as novidades e os problemas por aí. Como eu não tinha uma amiga em quem confiasse de verdade, comecei a escrever."

Com o passar dos anos, ela deixou de escrever sobre sua rotina e passou a registrar pensamentos, idéias e momentos de angústia em sua agenda.

A relações públicas Débora Pinto Carneiro, 25, que escreve em diários há mais de dez anos, age da mesma forma. "O diário serve para eu desabafar coisas íntimas", confessa.

Já a estudante de jornalismo Ana Carolina Almeida Ferreira, 21, faz jus ao termo "diário" até hoje. "Escrevo todos os dias antes de dormir. Às vezes, quando estou muito cansada, atualizo no dia seguinte, mas todos os dias eu escrevo", diz.





O assunto? O que sente, pensa ou o que fez. "Conto a maior parte das coisas e escrevo como se ela, a minha agenda, soubesse tudo o que acontece comigo, como se ela conhecesse todo mundo. Chega a ser engraçado." Ela já tem nove diários.

### **Segredo absoluto?**

Há três anos escrevendo com frequência, a programadora de web Flávia Veiga Frota, 24, nunca deixou alguém ler seus textos. "O diário é algo muito pessoal", explica. Em contrapartida, a estudante Nathalia Lira, 16, confessa que concede acesso ao seu diário às pessoas nas quais confia. "A minha melhor amiga nem precisa ler o que eu escrevo, pois eu mesma conto", ressalva.

Carolina não costuma deixar suas amigas lerem o que escreve. No entanto, nas últimas férias, vivenciou algo inusitado. Como esqueceu sua agenda na faculdade, ela não a levou para Américo de Campos (interior de São Paulo, a 540 km da capital), cidade em que mora, e a deixou com uma amiga.

"Eu combinei com ela de mandar as atualizações por e-mail. Assim, eu digitava o que acontecia comigo, e ela escrevia na agenda. Foi a maior prova de amizade que eu já dei para alguém", conta.

Deixar de escrever no diário e passar a relatar o cotidiano na internet nunca passou pela cabeça de Débora.

"Não **escrevo** para que as pessoas saibam o que fiz, mas, sim, **para registrar os acontecimentos ou para refletir sobre meus sentimentos.**"

Segundo relatório do site Technorati, que monitora a blogosfera, havia mais de 70 milhões de blogs em março de 2007 (esse número pode ser superior a 100 milhões hoje) - a cada dia, há dois anos, eram criados 120 mil diários virtuais.

"Não vejo problema nenhum em blogs e flogs. Mas é importante saber que, expondo-se na internet, você sempre está sujeito a especulações e fofocas", acredita Andrea, que criou um blog quando tinha 14 anos.

"Mas logo desisti dele: meus posts eram imensos, ninguém agüentava ler, e eu cansei de me expor tanto, embora não escrevesse absolutamente tudo o que escreveria em um diário ao qual apenas eu tivesse acesso."

Para evitar problemas, Nathalia não escreve nada muito relevante e revelador na internet. **Há três anos, ela relata histórias em diários impressos.**

### **De olho no passado**

**Mais do que desabafar e detalhar o cotidiano, Débora gosta de, ao reler os textos escritos em seus diários, saber que teve alguns momentos importantes de sua vida registrados.**

"Podem, talvez, um dia servir para alguém, filhos, netos, sobrinhos, ou para eu mesma lembrar e aprender a lidar com algumas situações", diz.

Já para Flávia, os diários poderão fazer com que o seu filho saiba um pouco sobre sua vida -ela é mãe de um garoto de 8 meses de vida.

Ou, no caso de Carol, **revelar o quanto ela amadureceu. "Vejo uma evolução. Na minha forma de escrever, na minha forma de pensar. Noto como eu cresci e percebo que minhas preocupações, meu jeito de escrever e até a letra mudam. É muito engraçado ler algum texto antigo e pensar: "Como fui idiota! Não acredito que consegui fazer isso um dia!"**