

Não construa diques

Walter Andrade Parreira

O problema psicológico é
o nosso próprio impedimento para a simbolização,
o impedimento para o surgimento da palavra,
o aprisionamento da palavra antes que ela surja.

O problema psicológico é
a falta de liberdade
de *escutar-se*,
de *ouvir-se*,
de pôr em marcha o processo experiencial.

Ou melhor, o problema psicológico é
o *atrapalhar* a própria marcha do processo experiencial,
pois que não “colocamos”
o processo experiencial em marcha, em ação,
em movimento:
ele *já* está em ação,
ele *já* é movimento.

A única coisa que (não) podemos fazer, na verdade, é *atrapalhar*,
interferir,
inter/ferir,
ferir esse processo,
obstruir esse movimento.

A única coisa que (não) podemos fazer é erguer represas.

Assim,
não faça diques,
não erga represas,

não construa prisões dentro de si...

Deixe-se fluir,
deixe-se *ser*...

Você é puro movimento...
seja esse fluir,
seja esse movimento.

Ou, se fizer diques e represas,
saiba, tome consciência,
simbolize o seu *movimento* de represar.

O "problema" psicológico *passa*
quando as águas voltam a passar,
quando o rio do experienciar
novamente deságua no simbolizar...
... deixemos esse rio fluir.

A única coisa que não podemos fazer
é estancar o que é o movimento em nós,
o que é o fluir em nós,
o que é o *Ser* em nós,
não podemos estancar... o *Ser* em nós.

Nós somos pura liberdade...
liberdade até para fazer isso,
... para destruir/negar a nossa liberdade".

Publicado no livro:
Focalização: Fundamentos Teóricos, Prática, Adaptação das instruções.
(cap. 6: *Fundamentos e aplicações da abordagem centrada na pessoa e psicoterapia experiencial*-p.190/191)