

O limiar de um novo tempo

Eliane Utescher

Psicóloga / Aconselhadora Biográfica

28 de agosto de 2020

Uma grande contribuição contemporânea para a compreensão das emoções pelas quais passamos durante um processo de perda, separação e morte, nos foi trazida pela psiquiatra suíça Elizabeth Kubler Ross.

Com base em sua vasta experiência clínica, ela identificou 5 estágios: negação, raiva, negociação, depressão e aceitação. Essas fases nem sempre ocorrem nessa ordem, e todas de uma vez para todo mundo. Porém todos nós experimentamos, de alguma forma, sentimentos de isolamento, revolta e falta de sentido na vida, quando expostos ao sofrimento.

O exercício da clínica em Psicoterapia inspirada pela Antroposofia, nos revela que não há desenvolvimento humano sem a vivência periódica de crises, verdadeiras oportunidades para transformar padrões obsoletos em novas perspectivas, valores e formas de viver.

Desde seus primórdios, a história das civilizações e das culturas antigas tem passado por etapas evolutivas que, de forma geral, se constituíram por períodos cíclicos de construção, manutenção e dissolução ao longo do tempo.

Assim observamos como o caos tem sido desde sempre o elemento natural necessário à instauração de uma nova ordem. Ele é doloroso, mas não deixa de ser a premissa de uma ressurreição.

Recentemente sentimos o impacto de uma pandemia mundial, e agora nos encontramos em transição para um novo tempo. O ser humano se vê novamente na iminência de usar de sua liberdade para fazer escolhas. Vivemos uma crise na nossa imunidade e na nossa humanidade. É chegado o tempo de seguir em frente.

Em certa medida parte da comunidade humana se deu conta de que seu destino e o da Terra estão entrelaçados.

Somos tempestade e calma, desertos e florestas, luz e escuridão.

Que possamos juntos caminhar na direção de um mundo mais inclusivo, generoso, tolerante, compassivo, colaborativo e amoroso.