

## **SOBRE LUTO E REVERÊNCIA**

parte 1 – Charles Eisenstein e Francis Weller

Neste podcast Charles Eisenstein conversa com o psicoterapeuta e escritor Francis Weller sobre a importância de resgatarmos a prática de enlutarmos em comunidade como forma de fortalecermos as relações e a nós mesmos e, assim, contribuirmos efetivamente para a transformação social que desejamos.

Gravação original em inglês disponível em: <https://newdancientstory.net/episode-04-grief-and-reverence/> Transcrição e tradução: Angelica Rente

Charles Eisenstein: Olá a todos, aqui é Charles Eisenstein novamente, desta vez acompanhado por Francis Weller, conhecido por seu trabalho sobre luto, rituais e comunidade. Seu último livro se chama *The Wild Edge of Sorrow* (O Lado Selvagem do Luto). Este título por si só me afeta profundamente, eu nunca experienciei seu trabalho pessoalmente, mas fiz um pouco de trabalho de luto com pessoas que foram treinadas por ele, e estou trazendo este assunto... Eu acho que é realmente importante, quando falo de coisas como um mundo mais belo, quando falo sobre esperança, sobre possibilidades além das que convencionalmente reconhecemos como possíveis, quando falo sobre mudar nossa compreensão sobre o que é real, por vezes o que acontece é que as pessoas entram numa espécie de desvio espiritual, no qual as coisas que realmente precisam ser vistas, contactadas e curadas são meio que deixadas de lado, porque, afinal de contas, estamos nos movendo em direção a este glorioso futuro novo. Mas o problema, se tentarmos fazer isso, é que o luto, a dor, o pesar, as feridas, eles não simplesmente desaparecem magicamente, eles permanecem no aguardo, prontos a irromper, ou lentamente liberando toxinas no nossa sociedade, nas nossas psiques. E, cedo ou tarde, eles pedirão por cura. Isto é algo que me instiga bastante. Então, Francis, eu peço a você que comente o que eu disse e que, talvez, nos conte como você chegou a isso.

Francis Weller: Ok, obrigado pelo convite, Charles. Eu acho que um dos aspectos mais importantes em relação ao luto é que ele é realmente uma das principais maneiras pelas quais os corações se mantêm tenros. Quando reprimimos o luto, quando nos afastamos dele, um dos efeitos é um certo endurecimento do coração. E, se queremos entrar neste mundo mais belo que o coração sabe ser possível, ele precisa se manter responsivo e reflexivo, ele deve manter certa capacidade de responder às circunstâncias do mundo, tanto à sua beleza quanto à sua dor. Mas se evitarmos, se dermos as costas a isto, o coração começa a se congestionar. Há um belo pequeno poema de Denise Levertov no qual ela diz: "Falar da tristeza trabalha sobre ela. Desloca-a do lugar onde ela se agacha bloqueando o caminho que leva

ao salão da alma". É uma bela e instrutiva peça (ruído), [mostra que se não] trabalharmos sobre nossa dor o caminho pelo qual nossa própria experiência ganharia alma se torna congestionado e bloqueado. Sabe, nós temos que participar da dor. É uma das maneiras que (ruído)verdadeiramente uma obrigação moral de digerir as dores do mundo para que nós possamos nos manter abertos e sintonizados para um encontro pleno com a vida.

Eisenstein: Eu acredito que sei do que você está falando, acho que já experimentei isso. Se eu não tiver um jeito seguro, se não me sentir seguro de experimentar a dor – o que, crescendo como um homem, especialmente nesta cultura, eu não tenho. Eu não tenho um jeito seguro, sabe? Na verdade, se eu mostrasse qualquer sinal de dor ou de qualquer outra emoção, eu seria alvo de bullies, eu seria ridicularizado ou ficaria em uma situação desconfortável. Então, eu aprendi a me fechar, a não sentir. E, assim, eu tenho uma vida inteira de prática em não sentir e eu acho que é disto de que você está falando, sobre endurecer o coração.

Weller: Sim, há uma certa sabedoria em se fechar, em parte por causa da maneira pela qual somos instados a experimentar nossa dor, que é privativamente. Sabe, o isolamento de certa forma acaba se tornando a condição que nossa psique reconhece como sendo a possível para processarmos o luto. Então, há uma certa forma a que nós resistimos e evitamos, porque as condições não estão maduras para que nós as encontremos. Posso falar sobre um número de vezes em que pessoas vieram para encontros de luto e alguém disse: "Eu não sei o que estou fazendo aqui, estou apavorado", e no momento em que começou a sentir que o estava fazendo num contexto comunitário, como numa vila, uma parte dele começou a relaxar e a dizer: "Ah, meu Deus, eu tenho permissão, agora posso entrar naquela sala onde há outras pessoas [na companhia das quais eu posso fazer o que estava fazendo] em minha própria solidão até agora!".

Eisenstein: Sabe, eu estou pensando que, em outras culturas, o luto era muito mais público, em parte porque toda a vida era bem mais pública, as pessoas não tinham casas grandes e contidas onde viviam suas vidas em isolamento umas das outras, e eu estou pensando... Parece que você está dizendo que o luto, que alguns aspectos do luto, não podem ser totalmente compreendidos se forem vividos privadamente.

Weller: Sim, é isso. O luto precisa de duas coisas para ser superado. Uma é continência, outra é soltura. Se estou enlutando privadamente, eu preciso fazer os dois trabalhos ao mesmo tempo, que é algo que eu não posso fazer. Então, eu acabo entrando em um estado em que contendo continuamente meu luto, mas não permito que ele se instale. A comunidade é o continente, um amigo é o continente que me permite

simplesmente fazer um dos trabalhos, que é soltá-lo, deixar que o luto se estabeleça, para que em possa me mover na direção dele e expressá-lo. Mas não podemos fazê-lo privadamente, temos que lembrar que o luto sempre foi um processo comunitário, sempre, sempre, sempre foi comunitário. Apenas muito recentemente se tornou essa coisa muito interior e privada que somos solicitados a suportar sozinhos e, como você disse anteriormente, Charles, quase que com uma qualidade de vergonha ligada a ele, como se estivéssemos acima dele: "O que há de errado com você? Eu acho que você não deveria estar se sentindo assim". Acredito que, na realidade... O que eu notei ao longo dos anos é que quando temos uma experiência emocional que não é sustentada por outras pessoas nos dando esta continência começamos a desenvolver um apego a ela que é baseado no medo e na vergonha, então, ao invés de termos uma experiência de puro luto, teremos uma experiência aterrorizante de luto, uma experiência vergonhosa de luto, porque essas outras coisas se tornam tão enredadas nele. E parte de nosso trabalho como comunidade quando nos reunimos é começarmos a nos livrar do medo e da vergonha e simplesmente ficarmos com as dores que nos cercam todo o tempo.

Eisenstein: Então, há duas coisas que quero explorar. Uma é: quando este aspecto realmente profundo e importante da vida se torna público – não público no sentido de algo que o mundo todo pode ver, mas público no sentido de ser compartilhado com outras pessoas, e você está falando sobre comunidade – eu não posso deixar de pensar que, uma vez que abrimos este modo íntimo de partilha, haverá outras... Não podemos ter comunidade para o luto e não termos comunidade para outras coisas também, certo? Eu digo, uma comunidade da estatura que tantas pessoas estão procurando.

Weller: Sim, eu considero o luto uma emoção de entrada, quando conseguimos entrar nesta sala juntos é como se ele abrisse a porta para todas as outras salas. Mas, novamente, há um lugar onde o coração se congela e endurece. Que possibilidade eu tenho então de entrar em uma conexão mais íntima e profunda com você, ou com uma árvore, ou um riacho, ou com o mundo? Então, novamente, este limiar do sofrimento é fundamental para que eu possa me abrir para a alegria. Eu encontrei uma mulher na África, e eu disse a ela, ela era tão...(interrupção). E ela virou-se para mim e disse: "É porque eu choro bastante". Foi um momento profundamente importante para que eu visse a conexão entre alegria, exuberância, brincadeira, risada, que chegam através deste limiar, a experiência mais comum da humanidade.

Eisenstein: Eu já citei esta história, eu ouvi você contando-a antes, uma mulher (ruído): "Como você consegue ser tão alegre?" "É porque eu choro muito". Porque eu acho que a resposta pode ser, quando ficamos com uma dor que não podemos expressar: "Ah, isso está

ficando muito pesado, ou isto está ficando muito negativo, vamos parar com essa autoindulgência”, sabe, há como que esta “febre” que diz que se entrarmos no luto ficaremos presos nele.

Weller: Exatamente, Charles, e há este pensamento de que o luto é uma zona morta. É por isso que chamei meu livro de “O Lado Selvagem do Luto”, porque o luto é feroz, é selvagem, é tão saturado com força vital que, de uma forma estranha, quando entramos nele nos sentimos mais vivos. É um estado irônico no sentido que quando estou nele eu me sinto mais íntimo de toda a vida. Então, nós temos esta projeção sobre a dor e sobre o luto, como se eles fossem um estado depressivo. Bem, isso só acontece porque nos tornamos oprimidos pelo peso de todo o luto não expressado em nossas vidas, então, de certa forma, nós temos esta percepção de que ele é um estado negativo que devemos evitar de todas as formas e que devemos sempre nos focarmos em sermos alegres. A alegria é a nova Meca em nossa cultura e, conseqüentemente, não sabemos como fazer as pazes e aprendermos com a dor, que nos permite entrarmos em um encontro muito mais profundo, mais conectado e, em essência, mais compassivo com o mundo.

Eisenstein: Meca é uma metáfora interessante, porque eu acredito que o objetivo de uma peregrinação não é o destino em si, não é ele que traz a experiência espiritual, é a jornada para o destino, a viagem através do deserto para chegar a Meca.

Weller: É verdade, é verdade...

Eisenstein: E se você for magicamente transportado para lá, sem atravessar o território entre você e o destino, na verdade você não fez a jornada.

Weller: Bem, eu sempre digo para as pessoas com quem trabalho que o objetivo, ou o trabalho de um ser humano maduro é carregar o luto em uma das mãos e a gratidão na outra e se permitir transitar entre estas duas coisas. E o que eu vi em algumas pessoas que se focam somente na gratidão é que lhes falta certa profundidade na compaixão, mas também vi que as pessoas que se fixam somente no luto começam a se tornar mais amargas e cínicas, então elas precisam umas das outras, porque quanto mais dor eu posso suportar, de alguma forma mais compaixão e gratidão eu posso sentir, e elas realmente servem para nos ampliar grandemente para que nos transformemos em seres humanos imensos, não simplesmente para lutarmos através da vida, enfrentando-a e sofrendo. Eu tenho visto um grande número de pessoas que têm estes grandes e fortes músculos do sofrimento. Mas o que elas precisam é de alguma experiência de serem suficientemente acolhidas, para que possam começar a relaxar e se abrir novamente para este tipo de vida exuberante que nos é oferecida.

Eisenstein: Sim. Uma das minhas frases favoritas diz que a iluminação é um processo grupal.

Weller: Isso é muito bom, muito bom!

Eisenstein: Sabe, na mentalidade da separação nós achamos que há esta coisa que supostamente deveríamos fazer por nossa própria força.

Weller: O que é muito interessante, Charles, o que eu vejo é que, escondido no nosso esforço por iluminação ou aperfeiçoamento existe um ódio por nós mesmos que diz que a menos que eu me aperfeiçoe eu nunca serei admitido no círculo. Há uma ansiedade em relação à exclusão, e é disso que se trata toda a história sobre a separação. Você sabe, temos muito pouca fé de que já estejamos dentro.

Eisenstein: Sim, em parte porque vivemos em uma sociedade, entre sistemas, que nos excluem por sua própria natureza.

Weller: Correto.

Eisenstein: O sistema econômico é excludente, mesmo a visão de mundo que nos mantém separados da natureza, da matéria, das outras pessoas, que diz que estamos para nós mesmos, que somos indivíduos separados, consciências dentro de uma prisão feita de carne, um mundo que vê a si mesmo como um simples amontoado de coisas, no qual os eventos da nossa vida são aleatórios e arbitrários, e assim por diante. Toda esta ideologia e o que foi construído a partir dela nos alienam do senso de pertencimento. Se você acredita que pertence ao mundo, realmente pertence ao mundo, que você é uno com o universo, bem, você está meio delirante porque, na realidade, tem só um monte de matéria lá fora e você está imaginando coisas, projetando significados, e assim por diante. E assim, há este tipo de desconforto trivial que... Mesmo que eu esteja tendo uma experiência de beleza, de intimidade ou de conexão, há esta pequena voz dentro de mim que diz: "Isso é real? Está tudo bem? Você pode ficar aqui? Você pode confiar? Você pode confiar em nós?". Isto é brutal, talvez isso seja algo que deve ser lamentado.

Weller: Sim. Sabe, quando eu falo sobre os "portões do luto", este é um dos quatro portões, esta qualidade do que esperamos e não recebemos. Nós esperamos estarmos inseridos em um mundo vivo e em uma cosmologia viva, nós esperamos acordar pela manhã e sermos saudados por dúzias de olhos que olhem para nós e se perguntem o que será que sonhamos na noite anterior. Nós esperamos por rituais de luto e celebração, como o de Ação de Graças, esperamos por compartilhar comida. Um dos momentos mais invejáveis da minha vida foi quando eu passei algum tempo na África, e no início de todas as

noites o refeitório ficava inchado de gente, partilhando histórias, bebendo cerveja, as crianças brincando ao redor, e eu não sabia quem era filho de quem, porque as crianças que ainda mamavam podiam ir até qualquer mãe que tivesse leite, era incrível! Foi uma experiência radical de inclusão, e é por isso que temos happy hours em nossa cultura. Sabe, como se usássemos as bebidas pela metade do preço para, de alguma forma, afogar as mágoas por não termos acesso ao que chamamos de satisfação primária.

Eisenstein: E não é permitida a presença de crianças.

Weller: Certo! Sabe, as coisas que esperamos e que não se materializam são fontes de um luto profundo que nem mesmo tem um nome.

Eisenstein: Sim, isso é algo grande para mim, eu escrevo bastante sobre isto também. Eu adorei a frase que você acabou de dizer: "O refeitório ficava inchado de gente". Mesmo se você... Nesta sociedade, mesmo que você tenha muita sorte, não tenha sido abusado quando criança, não tenha sofrido pressões terríveis, ou racismo, e assim por diante, mesmo que você tenha tido o que é considerado uma boa vida aqui nos Estados Unidos, ainda há a sensação de algo faltando, esta ânsia...

Weller: Sim, certamente! Sim, nós recebemos satisfações secundárias nesta cultura. Satisfações secundárias como cargos, privilégios, riqueza, bens materiais e, num lado mais sombrio, vícios. E nunca temos o suficiente das satisfações secundárias. Porém, quando temos nossas satisfações primárias assistidas, como quando estamos em comunidade, não sofremos pela falta de uma nova TV, pela falta de um novo carro, não ficamos pensando no que vai passar na TV esta noite, porque estamos dentro de algo que satisfaz a alma em um nível primário. Não precisamos de mais nada além do que já temos lá.

Eisenstein: Às vezes, quando eu facilito processos em retiros nos quais há um forte senso de intimidade e pertencimento e a conexão emerge, eu digo "Ok, quem quer fazer compras agora?". Penso nisto em termos de ganância, porque, sabe, uma das crenças primárias lá fora é que o problema do mundo é a ganância, e se pudéssemos livrar as pessoas dela e extirparmos a dor de dentro de nós viveríamos em um mundo melhor, e eu digo "Não, a ganância é um sintoma!". É exatamente do que você está falando, das satisfações secundárias. Eu gosto de falar em termos de substitutos para o que realmente precisamos. De quantos iates, carros esportivos, contas bancárias ou metros quadrados de casa precisamos para satisfazer esta ânsia não correspondida pelo "refeitório inchado de gente" e todas as crianças conhecendo todo mundo e chamando-os de "tios"? Quanto é necessário?

Weller: Sim, porque o que se tenta fazer é satisfazer o vazio, que não pode ser satisfeito por nada que não esteja destinado a preencher este espaço. As experiências primárias de conexão, pertencimento, participação, intimidade, estas coisas, como você disse lindamente, quando você as têm você não precisa sair para fazer compras, você não tenta encontrar algo para nos preencher, porque você está pleno.

ACESSE AQUI A SEGUNDA PARTE DESTA ENTREVISTA

This entry was posted in Ecologia Profunda, Empatia, Mudança Social and tagged mudança social, conexão, charles einstein, ecologia profunda, sociedade, comunidade on October 19, 2015.

SOBRE LUTO E REVERÊNCIA, parte 2 – Charles Einstein e Francis Weller

Leave a reply

Esta é a segunda parte da tradução do podcast em que Charles Einstein conversa com o psicoterapeuta e escritor Francis Weller sobre a importância de resgatarmos a prática de enlutarmos em comunidade como forma de fortalecermos as relações e a nós mesmos e, assim, contribuirmos efetivamente para a transformação social que desejamos (Clique aqui para ler a primeira parte).

Foto: Angelica Rente (Cemitério da Recoleta, Buenos Aires, Argentina)

Gravação original em inglês disponível em: <https://newandancientstory.net/episode-04-grief-and-reverence/> Transcrição e tradução: Angelica Rente

Einstein: Eu gosto dos cinco portões do luto, acho que provavelmente posso lembrar-me de todos eles, porque fui apresentado a eles algumas vezes, mas você gostaria de nomeá-los e, talvez, falar um pouco sobre eles?

Weller: Claro, o primeiro portão é aquele com o qual estamos mais familiarizados, que é aquele que mostra que perderemos tudo o que amamos. É duro, mas todos experimentamos mortes em nossas vidas, seja a morte de um parceiro, um amigo, um filho... É uma experiência primária de grande terror na alma, experimentar este primeiro portão do luto, que também inclui doenças, a perda de uma casa, de um animal de estimação, estas coisas às quais nos tornamos tão intimamente apegados e ligados, e quando elas desaparecem a dor é muito grande. Contudo, é o único luto na nossa cultura que é formalmente reconhecido. Alguém irá dizer: "Sinto muito por sua perda". Mas em relação ao segundo portão, ele se relaciona àquelas partes de nós que não amamos. Em outras palavras, estamos em uma

cultura, uma sociedade que considera algumas partes de nós como indesejadas. Então, temos que nos livrar da raiva, ou da tristeza, ou do luto, da alegria, da sensualidade, da imaginação. E todas as vezes que nos livramos de uma parte de nós estamos minando a integridade da psique. E estes são lugares de perda que serão julgados por algumas pessoas, e passamos a desgostar destas partes de nós. E então, ficamos presos nesta situação precária, não sendo capazes de enlutarmos por algo devido ao menosprezo, devido ao julgamento, relacionados ao estado de tristeza.

Eisenstein: E você chama isto de um "portão para o luto" por que quando reconhecemos que isto acontece o portão se abre? É por isso que você o chama assim?

Weller: Exatamente! Esta é a essência do meu trabalho e da minha prática clínica com pessoas. Sabe, elas chegam até mim porque apresentam sintomas como depressão, ou um problema no casamento, e por baixo o que elas estão experimentando primariamente é a perda. Uma perda de integridade, uma perda de completude, uma perda de seu senso de serem capazes de se mover no mundo e revelar quem são em sua inteireza. Então, esta é uma experiência de luto.

Eisenstein: Sim...

Weller: O terceiro portão são as dores do mundo. E neste momento estamos sendo sobrecarregados pelas notícias e pelas informações sobre as calotas polares derretendo, os glaciares desaparecendo, a extinção de outras espécies, ou mesmo de outros idiomas sendo silenciados. Um idioma silencia a cada duas semanas no mundo, o que é assombroso, o que estamos perdendo.

Eisenstein: Sim... Eu estava pensando, em relação às dores do mundo... E talvez possamos voltar a isso mais tarde. Mas, às vezes tudo parece tão avassalador que desligar-nos é quase uma resposta saudável, de outra forma poderíamos nos sentir paralisados, sabe?

Weller: Sim, e acontece primariamente porque somos demandados a cuidar disto privadamente. Eu já fiz vários círculos de luto apenas para movimentos ambientalistas e as pessoas chegam muito pesadas pelas dores, mas quando acabamos elas percebem que há mais energia, vivacidade e vitalidade em seus corpos para voltarem e fazerem mais, o que elas puderem, para suavizarem as dores do mundo. Estas coisas acontecem em torno de nós todo o tempo, ao dirigir para o trabalho pela manhã é comum que eu veja um animal morto ao lado da estrada, e você está certo, isso pode se tornar avassalador, mas a necessidade de enfrentá-lo... Quero dizer, é parte de nossa obrigação moral e espiritual, ter alguma noção do que o mundo está experimentando no momento, mas não podemos fazer isto em isolamento. O quarto



portão, eu já o mencionei, é o que nós esperamos e não acontece. E o último portão é o que eu chamo de luto ancestral. São as dores que não apenas chegam até nós através de nossa linhagem pessoal, mas também através de nossa linhagem cultural. Então, o que aconteceu aqui neste continente quando nossos ancestrais chegaram, o impacto ambiental, a existência da escravidão, estas coisas ainda nos assombram. Estas ainda são dores que não foram reconciliadas e cuidadas de uma forma realmente significativa, e são parte do que está queimando nas cidades neste momento.

Eisenstein: Sim, sim. É algo que eu também... Eu não acho que... Sabe, uma das coisas que impede as pessoas de realmente reconhecerem o que aconteceu neste continente é que não houve um processo de luto, e assim esta culpa e esta vergonha insuportáveis que não têm uma válvula de escape, e então nos tornamos defensivos, de uma certa forma sabiamente, como se disséssemos: "não vou deixar entrar mais deste horror do que o meu aparato de processamento de luto pode lidar", e porque este aparato de processamento de luto não está disponível há esta incapacidade de reconhecer os genocídios, a escravidão, e assim, por outro lado, também não existe possibilidade para o perdão, não há possibilidade de reconhecimento ou perdão. E, se traçarmos o curso da história, quem eram estes europeus que vieram para cá? Muitos deles estavam fugindo da guerra, da fome ou da morte, sabe, uma grande proporção deles veio pois estavam condenados à morte, e desembarcaram na Nova Inglaterra ou outros locais e tinham que trabalhar por sete anos, ou catorze anos, ou mais, apenas para pagarem pelos custos de suas passagens. É como se a opressão fosse passada de uma mão para outra, e eu também acho que o luto, uma das críticas... Quando estou envolvido em conversas que têm uma natureza mais política e as pessoas dizem: "bem, você sabe, um círculo de luto seria muito bom, trabalhar em nós mesmos, mas não temos tempo para isso agora". É quase como um luxo participar de um círculo de luto quando há pessoas sofrendo muito mais lá fora, e enquanto você está tendo o seu círculo de luto na sala de conferências de um hotel – e eu sei que estou pintando uma caricatura desleal aqui – ou em retiros, ou seja lá onde for, há pessoas se afogando, sendo bombardeadas, submetidas a trabalho escravo. É o tipo de ideia que reflete a natureza privada do luto, como se ele fosse, de alguma forma, apolítico. Mas eu acho que é o oposto, eu acho que não teremos uma política realmente compassiva a menos que sejamos capazes de acolher a verdade, e só poderemos acolher a verdade que machuca tanto se tivermos meios de processar o luto.

Weller: Isto é precisamente correto, e eu penso que, novamente, é um outro lugar de passagem. Se permitimos que o luto nos toque nos tornamos muito mais íntimos da realidade do mundo e de como ela se expressa. De certa forma, se nós apenas reagirmos e tentarmos forçar uma mudança, estaremos apenas repetindo o mesmo trauma. Então,

o que eu descobri que acontece com muitos ativistas quando que vêm para rituais de luto é que eles têm muito mais espaço dentro de si quando vão embora, e eles voltam mais e mais vezes, e alguns deles começam a perceber que estes rituais passam a fazer parte de sua "manutenção da alma". É assim que eles juntam e soltam, juntam e soltam, e o que temos dito é que se tivéssemos rituais de luto todos os meses nós não sairíamos por ai juntando coisas e carregando-as por ai. Nós estamos arrastando estas coisas pelo mundo, o que, eu acredito que, ao longo do tempo, mina o nosso senso de alegria, de intimidade e começa a trazer cada vez mais uma sensação de amargura e desesperança.

Eisenstein: Então, você se importaria de compartilhar... Ah, talvez eu queira dizer uma outra coisa que me ocorreu. Para mim existe este aspecto meio irracional do luto. Algumas coisas me ferem, e não posso dizer objetivamente que elas são mais horríveis, na verdade, se eu falar objetivamente eu diria que elas são menos horríveis que outras coisas que estão acontecendo neste planeta, mas, por alguma razão, elas me ferem, entram em mim e... Por exemplo, recentemente eu descobri que na Carolina do Norte, para onde me mudei, há estas companhias que basicamente estão procurando por árvores antigas e todo tipo de madeira que elas conseguem encontrar, e indo até os fazendeiros e dizendo: "Olha, aqui tem um cheque gordo", e então elas transformam esta madeira em lascas e a exportam para o Reino Unido para ser queimada em usinas de energia e conseguindo créditos de carbono por isso, porque lascas de madeira são recursos renováveis. Há carvalhos de 200 anos sendo moídos, e de alguma forma esta é uma das coisas que... Sabe, eles têm estas máquinas gigantes que basicamente arrancam as árvores inteiras do chão, em dez segundos eles podem processar uma árvore de 200 anos de idade.

Weller: Bem, isto me lembra de Wendell Berry, quando ele diz que "não há lugares sagrados e não-sagrados, há apenas lugares sagrados e lugares profanados", e este é um ato de profanação. E quando perdemos todo tipo de contato significativo com o mundo como sendo uma presença sagrada, isto é o que podemos fazer. E, novamente, é consequência do coração estando fechado e isolado da essência viva da vida.

Eisenstein: Agora eu percebo porque isto me atinge. Não é apenas porque sinto tristeza pela árvore, é também porque existe esta parte indignada em mim que protesta contra como esta indústria como um todo nega uma parte muito antiga de mim mesmo, que conhece cada árvore sagrada e que reconhece que o mundo, que cada lugar é sagrado, e que árvores são seres que merecem respeito. E então há esta parte de mim que está viva, e que eu acredito que exista em todas as crianças, que foi esmagada, ou abusada, ou oprimida, e que é nomeada como sendo irracional, ou emocional, ou o que quer que seja.

Então eu acho, porque eu me sinto... Sim, eu me sinto meio que oprimido, como se meu conhecimento tivesse sido abusado, como se certa parte de mim tivesse sido destruída. Sabe do que eu estou falando?

Weller: Sim, certamente! Ela não foi destruída, ela foi negada. O fato mesmo de você ter estas reações mostra que ela ainda esta viva.

Eisenstein: Sim, é verdade.

Weller: Sabe, a resposta de luto é, ela mesma, nossa conexão íntima com o mundo. É isto que precisamos entender, que a razão de você estar sentindo isto por estas árvores é porque existe uma ligação entre vocês e o luto é o reconhecimento desta ligação. E quando esta ligação é cortada ou violada, qual é a resposta adequada? O coração entra na dor. Então, sabe, esta parte em você ainda está viva. É o que eu continuo dizendo para as pessoas sobre o luto: esta é sua declaração de amor, esta é a maneira pela qual seu coração está reagindo ao que está acontecendo no mundo. Isto está muito intimamente conectado com nosso amor e nossa afeição e nossa intimidade com a vida.

Eisenstein: Eu estou pensando... Sabe, os Supertramps, em The Logical Song? "Quando eu era jovem a vida era tão linda, mágica... Um milagre! Os pássaros nas árvores cantavam tão alegremente..." Acho que é: "só me observando", como se os pássaros estivessem cantando para ele, vivendo neste universo mágico e belo. E então, o que acontece? "Eles me levaram". A música diz: "Eles me levaram e me ensinaram como ser prático, lógico...". Poderia ser o hino do movimento.

Weller: Sim, sim... Eu gosto dela, é muito verdadeira, muito verdadeira.

Eisenstein: Francis, você diria que houve algum evento precipitante que revelou a você a importância do luto?

Weller: Eu acho que foi mais cumulativo do que precipitante, acho que enfrentei muitas perdas, meu pai teve um derrame maciço quando eu tinha quinze anos e nunca mais falou, e de certa forma nós nunca conversamos durante todas as nossas vidas. Ele morreu alguns anos depois, mas eu acho que o que me pegou foi mais meu próprio... Como no segundo portão, foi perder o meu próprio senso de identidade, vivendo com muitos sentimentos de vergonha, de falta de valor, sem saber a que lugar eu pertencia no mundo, tentando ser perfeito, tentando encontrar uma maneira para que as pessoas tolerassem minha presença, e então eu fiz um treinamento com um professor africano chamado Malidoma Somé, e no meio dele esta tristeza profunda emergiu (porque era um treinamento residencial), e essa tristeza emergiu, nós nos encontramos e conversamos e eu comecei a

entender que a tristeza estava surgindo porque eu estava experimentando algo de que tinha sido privado por quase toda minha vida. E neste tempo trabalhando com ele nós começamos a fazer... Nós trabalhamos juntos por aproximadamente cinco anos, ensinando juntos, e começamos a oferecer muitos rituais e eu comecei a ver que minha prática como terapeuta pode funcionar até um certo limite, para que possamos começar a entrar em contato com o luto e a trabalhar com ele, mas do que realmente precisamos é do processo comunitário. Este é o contexto fundamental que a nossa psique está esperando encontrar para se abrir e expressar completamente quem somos. A partir de então eu comecei a assisti-lo por vários e vários anos, eu nunca me voluntariei para a posição, mas acabei nela, fazendo este tipo de trabalho, pelo qual eu sou profundamente grato. É um processo muito profundo, sentar com trinta ou mais pessoas por vez e começar a ouvir as várias histórias de tantas tristezas diferentes, e o que eu tenho dito a elas é: "Esta não é a sua tristeza, esta é nossa taça comunal, e durante nosso tempo juntos nós poderemos esvaziá-la um pouco, para dar mais espaço para a vida, para a compaixão, para a alegria". Podemos nos engajar na vida novamente, no sentido de que é um privilégio estarmos vivos neste corpo.

Eisenstein: Bem, eu estou aqui pensando... Falei com você anteriormente por telefone e uma das minhas perguntas a você foi... Eu facilito vários workshops e retiros e quase sempre se forma uma entidade grupal íntima e profunda, e então todos vamos para casa e talvez as pessoas comecem um grupo no Facebook e um pouco desta energia resista por um tempo mas, no final, ela se dilui e... Parece que eu sinto que não posso fazer muitos destes retiros durante o ano, na verdade, eu não os faço, porque é como apaixonar-se, e então o caso de amor termina abruptamente depois de três dias, e então... Quantas vezes por ano você pode apaixonar-se profundamente e perder esse amor, sem sofrer algum tipo de dano? A razão porque mencionei isto é porque você tem feito algo similar, talvez ainda mais profundamente íntimo, no qual coisas muito profundas emergem, e então você volta pra casa. Isto não cria uma nova fonte de dor? E se do que realmente precisamos não é de workshops ou encontros, mas de algo integrado à vida normal, diária? Como fazemos isto?

Weller: Esta é uma pergunta essencial. O que você está dizendo, como eu estava dizendo antes, é que nós teríamos rituais de luto em todas as comunidades regularmente, como temos os rituais de ação de graças regularmente, há luto e gratidão. Contudo, as pessoas nos retiros – porque esta situação sempre surge no domingo – elas dizem: "Nós vamos embora agora?" E eu respondo "Sim!". E digo, "Nós não vivemos dentro da satisfação primária, nós a visitamos nest cultura. Temos direito de visita para a satisfação primaria, mas não vivemos nela. E, quando vamos embora, há uma dor. Mas esta dor agora é sua guia, ela diz a você: 'este é o lugar para onde quero ir sempre que

possível, eu quero estar próximo deste campo de energia sempre que possível, porque é onde me sinto mais vivo e onde posso ser mais autêntico". Então, sim, certamente é triste experimentar este espaço e ter que deixá-lo. Mas agora há um gosto de "eu conheço e quero isto". E esta ânsia se torna, realmente, como eu dizia, como uma bússola: quero me mover para onde há vida, quero me mover em direção do que me mantém vivo, e eu posso encontrá-lo. E, de fato, quando voltar para casa eu posso convidar meus vizinhos, meus amigos e conversar sobre isto, como construir isto. Foi mais ou menos assim que eu comecei com este trabalho, eu senti a falta da aldeia, me senti muito sozinho no mundo, então comecei a criar aldeias, convidando vinte pessoas de cada vez para nos reunirmos em pequenas vilas sustentáveis e não-locais e comungarmos de outras vidas, e em outros grupos para fazemos trabalhos de iniciação espiritual, tecendo comunidades. Temos treze delas na costa oeste. Todo o meu trabalho é pensado para criar contextos sustentáveis para a conexão. Mesmo as pessoas que vêm para os rituais de luto o fazem por várias vezes, elas voltam para casa e vêm novamente, elas conhecem outras pessoas e vão mais longe, cavam mais profundamente, entendendo a repetição como essencial para suas vidas.

[ACESSE AQUI A TERCEIRA PARTE DESTA ENTREVISTA](#)

This entry was posted in Ecologia Profunda, Mudança Social and tagged mudança social, conexão, ação transformadora, charles einstein, ecologia profunda, sociedade, comunidade on November 2, 2015.

[SOBRE LUTO E REVERÊNCIA](#), parte 3 – Charles Einstein e Francis Weller

Leave a reply

Esta é a terceira parte da tradução do podcast em que Charles Einstein conversa com o psicoterapeuta e escritor Francis Weller sobre a importância de resgatarmos a prática de enlutarmos em comunidade como forma de fortalecermos as relações e a nós mesmos e, assim, contribuirmos efetivamente para a transformação social que desejamos.

[ACESSE AQUI A PRIMEIRA PARTE DESTA ENTREVISTA](#)

Foto: Angelica Rente (Cemitério da Recoleta, Buenos Aires, Argentina)

Einstein: Uma das críticas que enfrento às vezes é que, quando eu ofereço estes espaços profundamente íntimos, estes espaços transformadores ou como queira chamá-los e que dão uma breve visão do que é possível para a humanidade e as relações, de certa forma... E se eu estiver apenas oferecendo este tipo de "barato" temporário e

então as pessoas voltam para casa, e isto quase faz com que suas vidas de cumplicidade com a máquina sejam um pouco mais toleráveis, porque elas tiveram esta experiência de elevação? Então, existe um tipo de crítica que diz que isto pode inclusive tornar difusa uma energia que poderia, de outra forma, ser investida na criação de mudanças positivas. Mas eu acho que... Quer dizer, eu aceito esta crítica, mas o que eu tenho visto em experiências reais é que, como você disse, elas criam um foco de luz que faz com que o normal pareça menos normal, e o que foi dito a nós que é real, menos real, porque tivemos outro tipo de experiência e não podemos mais acreditar que não pode ser diferente. Que estas experiências que você oferece não são uma exceção à normalidade, mas sim um tipo de promessa daquilo que é possível, que, na verdade, torna as pessoas menos tolerantes ao status quo. E que as mudanças que ocorrem em suas vidas não são necessariamente... Não se trata de ter esta experiência e prometer fazer algum tipo de mudança na sua vida, mas sim de voltar à vida mudado, e as coisas que, no final... "Um dia eu farei isto e aquilo, vou desistir deste emprego", sabe? Estas coisas que existiam apenas em teoria se tornam necessidades inegáveis.

Weller: Foi o que eu disse, Charles, o que eu disse em relação aos valores do luto. Um dos que já mencionei foi que ele mantém o coração tenro e flexível. Este é um jeito de desenvolver compaixão. Mas, além disso, o luto é uma forma de protesto. É uma maneira de dizer: "Eu me recuso a viver anonimamente e de forma pequena". Então, se eu me engajo no meu luto isto significa que o que eu estou experimentando não é aceitável. Ao invés de encontrar um jeito de anestesiar meu desconforto indo a estes workshops, o que ocorre é exatamente o efeito oposto, que me traz de volta à vida. E minha resposta ao mundo, ao que eu vejo, seja no supermercado, nas ruas, seja onde for, é me tornar um pouco mais aberto para responder de uma maneira significativa e útil. Então é, na verdade, uma forma de protesto: "Eu não vou me anestesiar..." Com frequência eu falo a respeito dos dois pecados primários da cultura: amnésia e anestesia. Nós esquecemos e nos entorpecemos. E nós [ruído] lembrar e nos mantermos vivos.

Eisenstein: Uma das coisas que eu diria é que nosso sistema não poderia funcionar se as pessoas não estivessem entorpecidas.

Weller: Correto!

Eisenstein: A única maneira pela qual podemos manter, sabe, o sistema prisional e o sistema de justiça... Eu tenho lido coisas sobre como funciona a fiança no sistema judiciário, não sei se você já leu a respeito disso, quando alguém é indiciado por um crime menor, como posse de maconha ou algo parecido e, por não poder pagar a fiança, essa pessoa fica presa por semanas ou meses, por vezes mesmo anos,

esperando pela sentença. E quando ela vai a julgamento e é condenada ela descobre que tem que cumprir uma pena de cinco dias de prisão. Este tipo de coisa, sabe... Ninguém acha que é uma coisa boa, mas não é uma coisa intolerável. Não é o tipo de coisa que faz um promotor ou um juiz deixar seu emprego e protestar, porque é algo muito bem conhecido por ele e que está dentro de seu nível de aceitabilidade. Isto faz com que ele a tolere e diga, privadamente, "sabe, eu gostaria que as coisas fossem diferentes, mas o que eu posso fazer?", Há este tipo de cumplicidade e ela é, novamente, um alvo para certos ativistas que, podemos dizer, acreditam ser possível "forçar" a mudança, ao culpar ou envergonhar as pessoas que compactuam com o sistema. "Você deveria se envergonhar da sua cumplicidade com o sistema, você não vê o que está acontecendo?". Mas a única razão para estas pessoas compactuarem com este sistema, eu acho, é porque elas não o estão sentindo. Se elas o sentissem não seriam capazes de continuar agindo assim, elas seriam literalmente incapazes de dar uma sentença como esta.

Weller: Bem, eu acredito que temos toda uma estrutura projetada em direção à anestesia, para nos manter dissociados de nossas experiências primárias de [ruído], em parte para que possamos tolerar a existência medíocre que nos é oferecida. Temos game-shows e bilhetes de loteria e trabalhos sem sentido... É assim que... Não podemos tolerar os sentimentos que se originam na oferta destas coisas tão sem significado, a menos que estejamos anestesiados. Então, concordo inteiramente com o que você está dizendo, temos que voltar à vida.

Eisenstein: Então, me permita trazer mais uma coisa e talvez possamos concluir. É algo que se apresenta com frequência quando eu descrevo os aspectos das sociedades tradicionais das quais eu acredito que podemos aprender, recebo algumas respostas e reações, além das costumeiras "Você está romantizando o passado, etc, etc, cedendo ao orientalismo e fetichizando, etc, etc. Se liga, Charles, não deve ser assim tão legal. Olhe para estas culturas que têm maneiras públicas de lidar com o luto. Sabe, na África, por exemplo. Bom, são os mesmos lugares onde há uma brutalidade tremenda, atos bárbaros de guerra, soldados-crianças, algumas das coisas mais hediondas acontecem exatamente nestes lugares que têm práticas de enlutamento". Eu poderia rebater estas críticas, mas acho que vou deixar você fazer isto.

Weller: [risos] Bem, quando você impõe um sistema econômico e político hierárquico baseado no poder sobre populações nativas alguns destes sintomas certamente irão surgir. Em locais rurais e nas aldeias, onde estas culturas ainda estão relativamente intactas, estas práticas auxiliam as pessoas a se unirem. Eu não as idealizo, não estou tentando assimilá-las ou importar estas tradições, estou tentando entender o que faz uma cultura sustentável em longo prazo, e há

culturas, como a dos aborígenes do sul, que existem há cerca de 75 mil anos, intactas. Como eles conseguiram? Como é possível? Esta é minha curiosidade, não como nos tornarmos iguais a eles, mas quais são as estruturas, as práticas e os valores fundamentais que permitem que uma cultura se sustente. Estamos aqui há quinhentos anos e já estamos sufocando. Olho para eles e os vejo fazendo rituais de cura semanais, nos quais a vila inteira se reúne e dança do nascer ao pôr-do-sol, para trazer cura para sua aldeia. Eles dizem, "quando um de nós se cura, todos nós nos curamos". É uma cosmologia da inclusão, ao invés de dizerem "ele está doente, isso é problema dele, não meu". Estou buscando os valores, não idealizando nenhum povo em particular, mas olhando para o que tornaria possível a nós, em nossas comunidades, voltarmos a um nível semelhante de conectividade e sustentabilidade, e não num sentido econômico, mas num sentido anímico. É isto que eu estou tentando fazer.

Eisenstein: Sim. Obrigado por isto. De uma forma semelhante, vejo que nossa história... A nossa história não está mais funcionando. Nós não... Sabe, mesmo dentro da cultura dominante, nós não temos mais fé no nosso estilo de vida, e nós a tínhamos trinta ou quarenta anos atrás. Há quarenta anos poucas pessoas duvidavam dele. Mesmo as pessoas mais radicais não duvidavam que a tecnologia faria com que o mundo fosse incrível no futuro, que estávamos todos no caminho certo e encontraríamos maneiras de criar uma sociedade melhor, que tínhamos na nossa cultura as ferramentas necessárias para fazer isto, e que éramos mais avançados do que outras culturas. E agora esta certeza está desaparecendo e isto está nos trazendo humildade, a humildade está começando a emergir, talvez não tenhamos todas as respostas e tenhamos que começar a olhar para fora de nossa cultura para encontrarmos os fios de uma nova tapeçaria, o que, logicamente e como você dizia, não significa que tenhamos que importar práticas, arrancá-las de seus contextos e começar a copiar os rituais dos nativos norte-americanos, dos africanos, ou seja lá de quem for. Isto ainda é um tipo de colonialismo, em minha opinião. Mas podemos aprender com elas. Nós não iremos mais até estes lugares para dizer às pessoas como serem humanas, de fato, nós não temos mais certeza de que sabemos como sermos humanos, talvez elas tenham alguma ideia sobre isto e possam nos ensinar.

Weller: Sim, o que me ocorre é uma frase de John O'Donohue que diz: "O que você encontra, reconhece ou descobre depende grandemente da qualidade de sua abordagem. Quando nos aproximamos com reverência, grandes coisas escolherão se aproximar de nós". Então, quando nos aproximamos de nosso luto com reverência, quando abordamos outra cultura com reverência, algo profundo pode começar a aparecer e ser compartilhado. Mas se nos aproximamos com julgamentos, certezas, ou uma história de dominação, muito pouco... Não encontraremos muita coisa, não reconheceremos muita coisa, não



descobriremos muita coisa. Terminaremos no mesmo lugar em que começamos.

Eisenstein: Quando nos aproximamos com reverência grandes coisas virão a nós.

Weller: Grandes coisas escolherão se aproximar de nós.

Eisenstein: Ah... "Quando nos aproximamos com reverência, grandes coisas escolherão se aproximar de nós". Isto parece, para mim, como se... Quero dizer, é quase como se fosse uma receita abrangente para um relacionamento diferente com o mundo. Podemos fazer isto com a natureza...

Weller: Certamente!

Eisenstein: E também com as árvores, o solo, a água...

Weller: Sim, e esta ideia da reverência como abordagem tem sido uma das chaves para a maneira pela qual eu busco me mover em todos os círculos, porque ela é realmente uma tese fundamental para lidar com todas as experiências, para acolhê-las, mesmo as coisas mais difíceis com as quais eu me defronto, eu posso acolhê-las? Posso abordá-las com reverência? Posso vê-las... Como Oscar Wilde disse, "Onde há dor há um solo sagrado". Bem, como devemos nos aproximar de um solo sagrado? Eu acredito que a atitude correta, a abordagem correta, é a reverência.

Eisenstein: Sim, é o oposto de "Por que isto está acontecendo comigo?"

Weller: Sim, ou "Como eu conserto isto? Como eu saio dessa? Como eu evito? Como eu supero?". Tendemos a ter esta abordagem muito heroica e forte em relação à nossa vida emocional profunda. Mas não é isto que ela quer. Sabe, o que esta parte da nossa alma realmente quer é receptividade e reconhecimento. Grande parte do meu trabalho é auxiliar as pessoas a terem encontros muito mais benevolentes e compassivos com suas próprias experiências. Não podemos controlar o que entra em nossas vidas, mas podemos ter um impacto sobre como respondemos às nossas dores. Ironicamente, muitas destas respostas se conectam às histórias que criamos sobre as experiências de sofrimento, como, por exemplo, "eu mereci, eu fui uma má pessoa, estou sendo punido, não fui bom o suficiente". Estas histórias se tornam uma nova fonte de sofrimento e perda. Como acolhermos nossas experiências simplesmente com compaixão?

Eisenstein: Uau, grato por estas palavras!

Weller: Por nada!

Eisenstein: Elas realmente estão calando fundo, eu sinto que tenho que ouvir coisas assim com frequência. Como se ouvi-las somente uma vez... Sabe, é quase como se elas fossem um antídoto, não só para as mensagens culturais com as quais sou bombardeado todo o tempo, mas também para a cultura internalizada com a qual eu me bombardeio todo o tempo. Quero dizer, intelectualmente, eu compreendo o que você está dizendo, mas estes hábitos estão profundamente arraigados dentro de mim. Autorrejeição, autojulgamento, as tentativas de me "consertar" e de condicionar meu autoamor à minha capacidade de atingir um certo padrão de bondade.

Weller: Sim, e você pode ouvir por baixo disto tudo uma ansiedade por pertencer. "A menos que eu melhore, a menos que eu lapide esta pedra muito perfeitamente, eu não serei aceito". Mas, e se isto já for um fato? E se seu bilhete já foi perfurado pela mesma força que moldou o mundo? Nós podemos reagir a isto? Podemos começar a nos conectar com os outros seres humanos e com o mundo natural de uma maneira em que não nos sintamos como intrusos, mas, na verdade, como partes integrantes desta criação contínua? Eu preciso disto! E uma de nossas dores mais profundas vem de nos sentirmos desnecessários, como se fossemos partes extras da máquina da cultura.

Eisenstein: Mas é isto que nossa economia faz.

Weller: Exatamente!

Eisenstein: Na real, se você estiver imerso no pensamento econômico, você é desnecessário, porque outra pessoa poderia tomar o seu lugar, é possível pagar a outra pessoa para fazê-lo. Você é substituível. Ao ser reduzido a uma descrição de cargo e um produtor de coisas padronizadas você é substituível.

Weller: Uma das frases mais obscenas que temos na nossa cultura é: "Você tem que ganhar a vida". É uma frase obscena. Faz com que pareça que somos obrigados a, de alguma forma, provarmos nosso direito de existir. Ao contrário, [a existência] é um presente. Você frequentemente escreve e fala sobre a cultura da dádiva, não é? É isso! Este é o presente, nós ganhamos esta respiração, estas oportunidades de tocar, de ver, de amar, de nos conectarmos, que presente incrível! Eu não tenho que merecê-lo! A diferença entre ganhar a vida e perceber que você carrega remédios e dádivas para a cultura é muito profunda. Em nosso trabalho de iniciação nós atuamos na direção de observar e assistir como o talento de determinada pessoa se apresenta e como ele se conecta com as outras pessoas. E então nós nomeamos este dom e o entregamos para que ela o carregue. Novamente, porque preciso sentir que minha habilidade para tocar uma pessoa poderia me

fazer ganhar a vida, mas também me faz sentir vivo, pode me trazer de volta à vida. Nós queremos ser indagados: "Qual é o talento que você traz para a comunidade?", ao invés de "Como você ganha a vida?".

Eisenstein: Sim... Francis, eu acho que eu quero perguntar como as pessoas podem... Eu imagino que você tenha um website, caso as pessoas queiram participar de um dos processos que você facilita, mas também qual é o primeiro passo, você tem algum... Sabe, eu odeio quando as pessoas me perguntam isso [risos]. Quando me perguntam, "Tá, então qual é o primeiro passo que eu posso tomar?". Eu digo: "Você já sabe qual é, apenas por ter ouvido a este material, por ter pensado a respeito, você sabe qual é este primeiro passo". Não se trata de perpetuar o padrão de seguir as instruções de uma figura de autoridade. Sabe, eu não vou perguntar a você qual é o primeiro passo, ao invés disto eu vou fazer um pedido, há algum... Você pode nos dizer o website, se quiser, mas, além disso, eu também gostaria que você nos impregnasse com mais uma semente de cristal. Se houver mais alguma, além de todas as outras coisas lindas que você já disse.

Weller: Bem, o que me ocorre, Charles, é um poema de Rumi, que diz: "Hoje, como em todos os outros dias, acordamos vazios e temerosos. Não abra a porta da biblioteca e comece a ler. Largue os instrumentos musicais. Deixemos que a beleza que amamos seja aquilo que fazemos. Existem muitas maneiras de ajoelhar e beijar o chão". Eu acredito que é disto que precisamos: precisamos aprender a encontrar a beleza, e é lindo quando estamos juntos, e choramos juntos porque, com frequência, ao término disto compartilhamos um grande estado de alegria. Então, há uma relação profunda entre beleza, alegria e sofrimento e que apenas desejemos acolher estes sentimentos, sermos bons anfitriões para o que quer que se apresente, acho que é isto que nos é pedido. Não se trata nem tanto tentarmos entendê-los, mas de sermos generosos em nossa atenção e na nossa habilidade de dar as boas vindas afetuosamente àquilo que chega. Isto vai mudar as coisas, eu garanto. Se você puder criar espaço para isto, mesmo para um hóspede difícil, como a dor, ele irá mudá-lo. E meu website [ewisdombridge.net](http://www.ewisdombridge.net). Que tal? [risos]

Eisenstein: Obrigado! Foi um grande prazer, mal posso esperar para colocar esta conversa no ar e compartilhá-la com muitas pessoas.