

AUGUSTO CURY

24 MILHÕES DE LIVROS VENDIDOS



O CÓDIGO DA INTELIGÊNCIA

*Inteligência socioemocional aplicada:
a formação de mentes brilhantes e a busca
pela excelência emocional e profissional*



SEXTANTE

Como pesquisador da inteligência, não me curvaria diante de nenhuma autoridade política nem de nenhuma celebridade, mas me curvaria diante de todos os professores e alunos do mundo. São eles que podem mudar o teatro social. São atores insubstituíveis. Dedico humildemente *O código da inteligência* a cada um deles...

AUGUSTO CURY

Sumário

Prefácio	9
Introdução Treinando o intelecto para decifrar os códigos da inteligência	11
Primeira Parte – Inteligência Multifocal	
Capítulo 1 A definição da inteligência: o <i>Homo sapiens</i>, um ser além dos limites da lógica	16
Capítulo 2 Em que escola se ensina a decifrar os códigos?	24
Capítulo 3 Não há mágica para decifrar o código	29
Capítulo 4 Os códigos são universais	34
Capítulo 5 Os códigos que Einstein não decifrou	39
Segunda Parte – As quatro armadilhas da mente	
Capítulo 6 Primeira armadilha da mente humana: <i>o conformismo</i>	44
Capítulo 7 Segunda armadilha da mente humana: <i>o coitadismo</i>	50
Capítulo 8 Terceira armadilha da mente humana: <i>o medo de reconhecer os erros</i>	56
Capítulo 9 Quarta armadilha da mente humana: <i>o medo de correr riscos</i>	63
Terceira Parte – Os códigos da inteligência	
Capítulo 10 Primeiro código da inteligência: <i>código do Eu como gestor do intelecto</i>	70

Capítulo 11	Segundo código da inteligência: <i>código da autocrítica – pensar nas consequências dos comportamentos</i>	107
Capítulo 12	Terceiro código da inteligência: <i>código da psicoadaptação ou da resiliência – capacidade de sobreviver às intempéries da existência</i>	118
Capítulo 13	Quarto código da inteligência: <i>código do altruísmo – capacidade de se colocar no lugar dos outros</i>	134
Capítulo 14	Quinto código da inteligência: <i>código do debate de ideias</i>	149
Capítulo 15	Sexto código da inteligência: <i>código do carisma</i>	160
Capítulo 16	Sétimo código da inteligência: <i>código da intuição criativa</i>	171
Capítulo 17	Oitavo código da inteligência: <i>código do Eu como gestor da emoção</i>	201
Capítulo 18	Nono código da inteligência: <i>código do prazer de viver</i>	216

Conclusão

Capítulo 19	Os profissionais que decifraram os códigos: as diferenças entre bons e excelentes profissionais	232
Capítulo 20	Vendendo os sonhos em uma sociedade que deixou de sonhar	242
	Referências bibliográficas	251

Prefácio

O *código da inteligência* é um livro que descreve de maneira instigante e simplificada o complexo processo de formação de pensadores.

Que códigos foram decifrados e fizeram algumas pessoas sair do rol das comuns e as levaram a expandir o mundo da matemática, da física, da filosofia, da espiritualidade, da política e das relações sociais? Que códigos foram decifrados e ajudaram profissionais a se destacar no teatro empresarial? Que códigos foram desenvolvidos e tornaram seres humanos criativos, solidários, generosos, cativantes e saturados de prazer?

Alguns estudantes decifram determinados códigos da inteligência que os transformam em empreendedores, debatedores de ideias e construtores de conhecimento. Outros, embora tirem excelentes notas na escola, não os decifram e tornam-se meros repetidores de ideias.

Decifrar esses códigos é fundamental para conquistarmos saúde psíquica, relações pessoais, criatividade, eficiência profissional e prazer de viver. Infelizmente, as escolas e as universidades não levam seus alunos a desvendá-los e colocá-los em prática.

Neste livro, Augusto Cury – psiquiatra, pesquisador de psicologia e autor de uma importante teoria sobre o funcionamento da mente – desvenda os códigos da inteligência sob enfoques psicológico, filosófico, psicopedagógico e sociológico.

O autor indaga “Em que espaço se ensina a decifrar o código do filtro dos estímulos estressantes? Onde se educa a capacidade do eu como gestor psíquico? Em que instituição se aprende o código da resiliência para superar adversidades? E o código do altruísmo e da intuição criativa,

onde são decifrados?” E ainda afirma: “Somos uma sociedade doente que tem formado pessoas doentes.”

Augusto Cury também discorre sobre as quatro armadilhas da mente humana que bloqueiam a inteligência, asfixiam a emoção e abortam a execução dos projetos de vida. Além disso, aborda os hábitos dos bons profissionais e os compara com os hábitos dos profissionais excelentes que sabem decifrar os códigos da inteligência.

Ao longo do texto, são destacados vários pensamentos garimpados de alguns dos mais de vinte livros do autor. Esperamos que você decifre e aplique os códigos da inteligência em todos os espaços sociais da sua vida. Boa leitura.

Os editores

Introdução

Treinando o intelecto para decifrar os códigos da inteligência

Tito, o general romano encarregado de construir o Coliseu, sentia orgulho porque seu exército era o único que se preparava para a guerra em tempos de paz e treinava seus soldados durante o ano inteiro. Era o mais eficiente. Com ele, Tito devastou Jerusalém no ano de 70 d.C., causando atrocidades inimagináveis, levando dezenas de milhares de cativos a Roma. Em meio às lágrimas e ao sangue dos cativos, o grande general construiu monumentos que até hoje estão de pé.

O treinamento antes exigido pelos exércitos e por algumas poucas áreas da sociedade hoje permeia todos os setores. Estamos na era do treinamento. Treina-se para praticar esportes, andar, dançar, calcular, escrever, contar histórias, encenar uma peça. Treina-se para dirigir veículos, pilotar aviões, operar máquinas. Treina-se para falar em público, usar computadores, elaborar programas, administrar empresas, executar projetos. Treina-se para tomar vinho, apreciar uma obra de arte, observar a qualidade dos produtos.

Tudo parecia perfeito na era do treinamento, mas, ao olhar para as mazelas psíquicas e sociais do mundo moderno, constatamos que cometemos um erro gravíssimo. Esquecemos de realizar o mais importante treinamento: decifrar e aplicar os códigos da inteligência. Sem eles não podemos desenvolver nosso imaginário, nossa capacidade de superação e nossas potencialidades intelectuais.

Memória superutilizada e códigos da inteligência subutilizados

Deveríamos decifrar esses códigos com a mesma energia que o garimpeiro penetra nas rochas à procura do ouro, com o mesmo afinco que o cirurgião corta a pele para desnudar tecidos ocultos, com a mesma garra que o sedento procura água para saciar sua sede nos tópidos desertos.

O senso comum acredita que a memória é subutilizada. Uns creem que usam apenas 10% dela, outros, 20% e ainda outros acreditam usar um pouco mais da memória. Mas esse pensamento popular é ingênuo, simplista e, portanto, precisa ser corrigido. A memória é seletiva. Além disso, abre e fecha dependendo da emoção que vivenciamos em determinado momento.

As emoções tensas, fóbicas e apreensivas fecham as janelas da memória; as emoções prazerosas, desafiadoras e serenas as abrem. Apesar de as emoções serenas abrirem as janelas, a memória ainda assim é seletiva, pois não expõe todos os seus arquivos.

Já pensou se não fosse assim? Qualquer palavra como “carro”, “avião”, “amigo”, “inimigo” ou “medo” nos levaria a acessar milhões de dados que temos arquivados relativos a ela, saturando nosso intelecto. Nosso córtex cerebral não suportaria tantas informações. Notem que quando temos preocupações fixas, pensando obsessivamente em determinado assunto, ficamos desgastados, acordamos fatigados, sem energia.

A seletividade da memória objetiva protege nossa mente contra o congestionamento de pensamentos, imagens mentais e ideias. Apesar disso, se observarmos nossa mente, perceberemos que utilizamos a memória em excesso, por isso pensamos demais e nos desgastamos em demasia, gerando a síndrome do pensamento acelerado (SPA) (Cury, 2004).

Emoções flutuantes, pensamentos antecipatórios e muitos compromissos fazem parte do cardápio de um ser hiperpensante. Se as pessoas usassem a memória de forma mais racional, desgastariam menos seu cérebro, acordariam mais bem-dispostas, elogiariam mais o dia que de-

sabrocha e criariam mais oportunidades para conquistar quem amam a fim de ter gestos únicos, reações inesperadas, atitudes deslumbrantes.

A memória, que já é seletiva, pode ser ainda mais bloqueada pelo estresse intenso, o qual, por sua vez, bloqueia o código da intuição criativa, fazendo o *Homo bios*, o instinto, prevalecer sobre o *Homo sapiens*, a capacidade de pensar.

O estresse pode fechar as janelas da memória durante provas de concursos, entrevistas de emprego, apresentações públicas, situações novas ou desafios empresariais, gerando péssimos desempenhos intelectuais em pessoas brilhantes.

Excetuando mecanismos como esses, que nos fazem subutilizar a memória, o que está subutilizado em todo e qualquer ser humano são os códigos da inteligência. Ricos e miseráveis, psiquiatras e pacientes, líderes e liderados, têm um potencial psíquico global contraído por não decifrar plenamente os códigos da inteligência.

A complexa definição da inteligência: três camadas psíquicas

Antes de começar a comentar sobre os códigos da inteligência precisamos definir o que é inteligência. Ao longo de mais de vinte anos desenvolvi uma das poucas teorias sobre o funcionamento da mente, a construção de pensamentos e o processo de formação de pensadores, chamada de Inteligência Multifocal ou Psicologia Multifocal.

A Psicologia Multifocal não é uma teoria neurocientífica, e sim psicológica, e que entra nos campos da pedagogia, da sociologia, da filosofia. A inteligência para essa teoria tem definição complexa e difere de outras ideias em diversos aspectos, pois penetra em áreas que outros autores não tiveram oportunidade de estudar, como os fenômenos que atuam na construção das cadeias de pensamentos, imagens mentais e ideias.

A Psicologia Multifocal tem sido usada por inúmeros profissionais

de saúde mental e em pesquisas, dissertações de mestrado, teses de doutorado e cursos de pós-graduação. Apesar da difusão dessas ideias, quero deixar claro que nenhuma teoria é verdadeira em si: trata-se de um corpo de postulados, hipóteses, conceitos e argumentos do qual se deriva o conhecimento.

PRIMEIRA PARTE

Inteligência Multifocal

Como pesquisei não apenas o processo de construção de pensamentos, mas também a natureza dos pensamentos e os limites da interpretação, me convenci de que a verdade é um fim inatingível. Toda teoria deve ser avaliada, analisada, testada, refletida. Convido o leitor a debater as ideias, exercer sua autocrítica – que são dois dos códigos da inteligência – e tirar suas próprias conclusões.

Capítulo 1

A definição da inteligência: o *Homo sapiens*, um ser além dos limites da lógica

As três grandes áreas que definem a inteligência

Para a Psicologia Multifocal, a definição de inteligência é abrangente e, como o próprio nome diz, é multifocal, multidinâmica, multifatorial, enfim, possui múltiplas áreas que participam da sua formação. Alguns autores também sugeriram que a inteligência é multidimensional e modificável (Feurstein, 1980).

Quando se sofre uma grave frustração, como uma humilhação pública, o que definirá o grau da dor e a dimensão do conflito resultante não será apenas um foco, definido pela natureza da situação. Dependerá de múltiplos fatores: quem causou a humilhação (o agente), a natureza da ofensa, o ambiente social em que ela ocorreu, o tipo de personalidade do receptor, seu estado emocional no momento da ofensa, as habilidades psíquicas específicas (códigos da inteligência) que desenvolveu, como sua capacidade de gerenciar os pensamentos e proteger a emoção, assim como sua capacidade de se adaptar, minimizar e reciclar o estímulo estressante. Portanto, a inteligência é multifocal.

Quatro grandes fenômenos

O conceito global de inteligência multifocal entra em três grandes estágios ou três grandes áreas. As duas primeiras são inconscientes e a última, consciente.

A primeira área é a mais profunda, refere-se aos fenômenos inconscientes que atuam em milésimos de segundos no resgate e na organização das informações da memória e, conseqüentemente, na construção de pensamentos e emoções. São eles: o Autofluxo, o Gatilho da memória, a Janela da memória e o Eu. Vamos estudá-los mais adiante.

Como entramos no córtex cerebral e resgatamos da memória os tijolos ou dados que geram as cadeias de pensamento? Temos trilhões de tijolos armazenados (informações, experiências, verbos, adjetivos, substantivos). Como acertamos o alvo de cada verbo e o conjugamos sem saber sua localização no córtex e sem ter pensado nele previamente? Que habilidade é essa? Viajamos quase na velocidade da luz e sem plano de voo, bússola ou mapa no imenso planeta da memória, fazemos inúmeras paradas nos “aeroportos” e resgatamos os passageiros (informações) que irão compor os pensamentos, as ideias, as imagens mentais e as fantasias. Somos mais complexos do que imaginamos. Sob essa ótica, tanto os pensamentos lúcidos quanto os estúpidos têm uma fantástica complexidade construtiva.

Uma vez gerados, os pensamentos retornam para a memória e são registrados pelo fenômeno RAM (registro automático da memória), construindo a plataforma que gera o Eu – a expressão máxima da consciência crítica e da capacidade de escolha. Tudo o que percebemos, sentimos, pensamos e experimentamos se transforma em tijolos na construção dessa plataforma de formação do Eu.

O ser humano com baixa autoestima que se considera um fracassado comete um “crime” contra sua própria inteligência. Toda pessoa que se diminui perante outras, sejam elas celebridades ou líderes sociais, nunca conheceu sua própria complexidade. Desconhece que possui uma indecifrável habilidade de construir pensamentos, ainda que sejam aparentemente banais.

As variáveis “selecionam” os passageiros

A segunda área da teoria multifocal da inteligência se refere ao corpo das complexas variáveis que influenciam os fenômenos que leem a memória e produzem os pensamentos. Usando a metáfora do aeroporto, essas variáveis atuam quando esses fenômenos aterrissam no córtex cerebral, interferindo na seleção dos passageiros. Quantas vezes ficamos chateados por não ter dado a resposta certa no momento certo para certa pessoa? Retomando o exemplo da humilhação social, entre essas variáveis destaco “como estou” (estado emocional e motivacional), “quem sou” (a história existencial arquivada nas janelas da memória), “onde estou” (ambiente social), “quem sou geneticamente” (natureza genética e matriz metabólica cerebral) e “como atuo como gestor da psique” (o Eu como o roteirista de nossa história). Uma simples mudança no estado emocional interfere na resposta. Um simples aprendizado em gerir pensamentos altera a reação.

Normalmente, as teorias enfatizam os aspectos psíquicos, sociais e genéticos na construção da inteligência. Alguns pensadores se fixaram na interação entre as duas grandes forças geradoras do desenvolvimento, em geral, e da inteligência, em particular: a natureza e a cultura. Mas o que ocorre é um caldeirão de variáveis multifocais, entrelaçando genética, cultura, ambiente social, estado emocional e motivacional e habilidades particulares, aqui chamadas de *Códigos da Inteligência*. “Não é uma competição, é uma dança” (Sternberg, 1990). De fato, em nossas mentes há uma dança dinâmica de variáveis que interferem na construção da criatividade e da rigidez intelectual, do ódio e do amor, da poesia e do drama, das ideias geniais e dos pensamentos prosaicos. Os códigos da inteligência são tão importantes quanto aprender a comer, andar e respirar, mas raramente entram no cardápio da educação global.

Alguns pensadores da psicologia do passado acreditavam que somente quem teve uma infância com traumas, saturada de perdas e frustrações adoeceria ou desenvolveria transtornos psíquicos e psicossomáticos. Ledo engano! Sabemos hoje que mesmo os que gozaram de

uma infância feliz e sem traumas, que tiveram o privilégio de ter pais amorosos, generosos, solidários, podem ter uma vida psíquica miserável na adolescência e na vida adulta se não aprenderem a decifrar alguns códigos fundamentais ao longo do processo de formação da personalidade.

Poderão ser vítimas de acidentes existenciais, estresses sociais, rupturas nas relações afetivas, perdas, competição predatória, crises financeiras, preocupações excessivas; enfim, de uma série de variáveis que dilapidam seu patrimônio psíquico e roubam, em especial, seu prazer de viver.

Acreditamos ingenuamente que temos pleno domínio do processo de construção intelectual. Não é verdade. Podemos dominar computadores, carros, aviões, mas não dominamos completamente a mais incompreensível das máquinas: a mente humana. A produção de pensamentos não é apenas hipercomplexa, mas incontrolável em sua plenitude pelo “Eu”. Quantos pensamentos inquietantes perturbam nossa tranquilidade sem que os tenhamos produzido de forma consciente? Quantas ideias fóbicas transitam pelo palco psíquico sem que tenhamos permitido que fossem construídas?

O Eu como gestor psíquico, administrador do intelecto, é apenas um dos códigos da inteligência. Se mesmo sendo bons gestores psíquicos não dominamos completamente os pensamentos e as emoções, imagine se não decifrarmos esse código, se abirmos mão dessa gestão que ocorre na segunda grande área da inteligência.

Nesse caso, se usarmos um veículo como uma analogia da mente humana, podemos dizer que estamos amordaçados no banco de passageiro como espectadores passivos de uma viagem que não programamos. Aliás, diariamente, milhões de pessoas viajam em suas mentes no território das fobias, das preocupações doentias, da ansiedade, sem ter programado essa jornada. Entraram em um filme de terror a que não queriam assistir. O problema é que o filme roda na sua mente. Não há tecla para desligar o aparelho mental.

Ao estudarmos a primeira e a segunda grande área da inteligência

podemos concluir que o *Homo sapiens*, capaz de desenvolver equações matemáticas, fórmulas físicas e programas de computador lógicos, pode ser tão ilógico a ponto de produzir reações agressivas, desproporcionais, irracionais.

Peritos em lidar com números podem perder sua lógica e reagir estupidamente à mínima contrariedade. Médicos aparentemente equilibrados diante de seus pacientes, podem reagir sem qualquer controle ao serem questionados por seus pares. Na realidade, o *Homo sapiens*, seja ele psiquiatra ou paciente, matemático ou aluno, é micro ou macro de acordo com cada momento existencial. Ninguém é plenamente estável e coerente. O nível de flutuação apenas determina o grau de nossas doenças.

A área perceptível

A terceira grande área da inteligência se refere aos resultados das duas primeiras. Nesta encontram-se os comportamentos perceptíveis, capazes de ser analisados, avaliados, aferidos. É onde se evidencia a rapidez de raciocínio, o grau de memorização, a capacidade de assimilação de informações, o grau de maturidade nos focos de tensão, bem como os níveis de tolerância, inclusão, solidariedade, generosidade, altruísmo, segurança, timidez e empreendedorismo.

É na terceira área da inteligência, segundo o conceito da Psicologia Multifocal, que são feitos os mais variados testes para se medir os diversos tipos de quocientes de inteligência. Entretanto, todos eles são circunstanciais, parciais e incompletos. Nenhum é definitivo. Habilidades detectadas em uns não o são em outros. Capacidades aferidas em um momento, se mudamos as variáveis (como estou, onde estou, níveis de gestão psíquica), não são encontradas em outros.

Não vou entrar em muitos detalhes teóricos e científicos sobre as áreas nesta obra, mas gostaria de dizer que os códigos da inteligência

envolvem essas três áreas. Decifrá-los e aplicá-los são processos conscientes, mas, ao fazer esse exercício, atingiremos as regiões inconscientes, as camadas mais profundas da inteligência humana, ainda que não as percebamos.

Destacarei os nove códigos da inteligência mais relevantes.

Gosto muito de escrever livros de ficção. Mas vários dos meus livros são de não ficção. Com isso, procuro democratizar o conhecimento sobre o funcionamento da mente extraído da teoria que desenvolvi. Meu objetivo é disponibilizar ferramentas para estimular o debate de ideias, para que os leitores aprendam a atuar em seu psiquismo, a desenvolver consciência crítica, a proteger sua emoção, a se tornar gestores da sua mente, a expandir seu potencial intelectual e a prevenir transtornos psíquicos.

Musculatura intelectual e emocional

Sem decifrar os códigos da inteligência, não teremos musculatura emocional para irrigar o desenvolvimento da serenidade, do altruísmo, da coerência, da ousadia e da criatividade. Aqueles que expandem sua saúde psíquica, que refinam seu prazer de viver e libertam seu imaginário criativo, não fazem da memória um depósito infindável de informações, mas se submetem aos mais disciplinados treinamentos intelectuais para decifrar os códigos da inteligência, ainda que o façam intuitivamente.

Eis o grande e inaceitável paradoxo: *o Homo sapiens, ao longo da história, aprendeu a decifrar sua inteligência para atuar no teatro social, mas não aprendeu a decifrá-la para atuar no teatro psíquico, dirigir sua peça intelectual. Somos tímidos espectadores onde deveríamos ser ágeis atores.*

Diariamente, inúmeras pessoas, ricas ou miseráveis, são vítimas de agressivos sequestros. Os sequestradores estão alojados dentro delas mesmas. Vivem sequestradas pelas imagens mentais deprimentes e pelos pensamentos mórbidos confeccionados em seu psiquismo. É raro

encontrar um ser humano verdadeiramente livre. Ainda não encontrei nenhum.

Somos inertes, calados e silenciados no único lugar em que deveríamos gritar e nos rebelar. Distribuímos um sorriso social que nem sempre espelha nosso clima emocional.

Exemplos imaginários, mas tão reais...

Imagine um promotor austero e coerente no fórum, mas frágil e ilógico em sua psique. Demora horas ou dias para tomar decisões que qualquer um levaria minutos, como comprar uma roupa, visitar um amigo, fazer uma viagem. Angustia-se e pune-se porque não consegue decidir coisas básicas. Não aprendeu a decifrar, entre outros códigos, o da autocrítica.

Imagine uma enfermeira tratando seus pacientes em fase terminal com o maior carinho, mas cuidando mal de si mesma. Pensa todos os dias que está à beira da morte, só que sua doença é imaginária, só existe em sua cabeça. Faz assepsia dos curativos com dedicação e irriga seus pacientes com esperança, mas não dá migalhas de esperança para si mesma. Não aprendeu a fazer assepsia da sua mente, a decifrar o código da higiene psíquica.

Imagine um estudante aplicado e participativo em sala de aula, mas que, diante de uma prova, embota seu raciocínio. Sabe toda a matéria, mas parece que não estudou nada. As janelas da sua memória se fecham, pois o ato de fazer a prova se tornou um ato de terror, que trava sua inteligência. Não aprendeu a decifrar o código da proteção da emoção.

Situações como essas estão mais próximas de nós do que imaginamos. As pessoas que descrevi são especiais em determinadas áreas, mas falham muito em outras; não entendem que seus maiores inimigos estão em sua mente, e não no teatro social. Podemos conviver com pessoas injustas, mas ninguém pode ser mais injusto conosco do que nós mesmos.

Deveríamos lutar contra nossas mazelas psíquicas, mas ficamos intimidados dentro de nós. E fora de nós, onde deveríamos agir com tolerância, acabamos por nos tornar combativos, machucando a quem não merece. Ao vivermos em uma sociedade superficial que não calibra nosso foco, erramos o alvo frequentemente.

Capítulo 2

Em que escola se ensina a decifrar os códigos?

Em que espaço social, em que família ou empresa, se aprende a treinar a filtragem de estímulos estressantes – um excelente código da inteligência? Esse lamentável erro educacional, sociológico, pedagógico e psicológico tem gerado consequências gravíssimas.

As pessoas nem sabem que devem desenvolver um filtro psíquico, nem ao menos têm consciência de que devem se proteger para sobreviver. Por isso as perdas, os percalços sociais, as contrariedades invadem sua psique com grande facilidade.

Muitos usam protetor solar e óculos escuros para se proteger contra raios ultravioletas, mas não usam protetores para filtrar o lixo psíquico mais nocivo a que se expõem. Não é esse um paradoxo absurdo e inadmissível? Temos de nos questionar: já gastamos tempo construindo esse filtro psíquico? Se não, provavelmente gastaremos dinheiro com tratamentos.

Em que escola se treina para decifrar o código do Eu como gestor psíquico? Entristece-me, como pesquisador do funcionamento da mente, saber que temos centenas de milhares de escolas no mundo, mas nenhuma estrutura o Eu para ser líder da psique. Essa situação é tão absurda quanto desejar que os jovens dirijam um teatro, mas os coloque como meros espectadores na plateia; ou que pilotem um avião, mas os coloque como passageiros, e não na cabine de comando.

Grande parte das pessoas não sabe sequer que tem um Eu e muito menos que este deve exercer um controle de qualidade sobre seus pensamentos. Todo mundo sabe que devemos exercê-lo em produtos e serviços, mas ninguém o exerce em ideias, imagens mentais e fantasias.

O sucesso é mais difícil de ser trabalhado do que o fracasso. O risco do sucesso é enterrar nossos sonhos e nos tornar uma máquina de trabalhar.

A. CURY, em *O vendedor de sonhos*

O sistema educacional, como já apontei diversas vezes, tem como objetivo preparar os alunos para o mercado de trabalho, e não para a vida, mas no fundo não prepara nem para um nem para outro, pois uma pessoa doente exercerá de forma doentia suas atividades profissionais.

O sistema educacional estressa tanto os mestres quanto os alunos ao pautar sua retórica na transmissão de informações, e não na capacidade de intuir, criar, filtrar estímulos estressantes e gerenciar pensamentos.

Em que universidade se ensina
a pensar antes de reagir?

Ao longo desses anos exercendo a psiquiatria e a psicoterapia, e treinando diversos psicólogos, percebi que muitos bons profissionais da minha área não decifraram os códigos da inteligência. Esse é um dos motivos pelo qual psiquiatras, médicos de outras especialidades e psicólogos estão mais predispostos a apresentar transtornos psíquicos. São excelentes para cuidar dos outros, mas se esquecem de cuidar de si mesmos; são dedicados para aliviar a dor dos outros, mas deixam de investir em seus projetos pessoais.

Em que universidade se treina sistematicamente os alunos para decifrar o código da capacidade de pensar antes de reagir? Universitários

judeus, palestinos, europeus, chineses, americanos saem com milhões de informações em seu intelecto. Muitos decifram a linguagem da razão, mas poucos a da sensibilidade e do carisma. Muitos decifram a linguagem do individualismo, mas poucos a do altruísmo, por isso não entendem que os fortes usam as ideias e os fracos, as armas. Os fracos impõem suas verdades; os fortes as submetem ao debate. Os fracos segregam-se em seus feudos; os fortes lutam pela espécie humana.

*Os sonhos não determinam o lugar em que você
vai estar, mas produzem a força necessária
para tirá-lo do lugar em que está.*

A. CURY, em *Nunca desista dos seus sonhos*

Por não trabalharem a verdadeira força, algumas pessoas recuam diante das perdas; outras, ao contrário, reagem agressivamente a elas. Não exercitam sua capacidade de pensar antes de reagir, não elaboram suas respostas nos focos de tensão.

Quantos seres humanos estão no ápice do desespero nesse exato momento, inclusive pensando em acabar com suas vidas porque não aprenderam a confrontar, a discordar e a reciclar os pensamentos pessimistas? Como é possível sobreviver sem decifrar esse código? *A mente pensa tolices, a emoção dá crédito a elas e o Eu ingênuo, que não sabe descaracterizá-las e filtrá-las, paga a conta. A vida tão bela e singela torna-se, assim, uma fonte de ansiedade.*

Relações falidas sem decifrar os códigos

Pais e professores que não treinaram a mente para ler as letras do alfabeto da gestão da psique e da arte de pensar antes de reagir terão reações desproporcionais diante de desapontamentos causados por filhos ou alunos. Controlarão, bloquearão, tolherão, mas não educarão. Amantes se

machucarão mutuamente por comportamentos inadequados. Colegas de trabalhos terão ciúmes dos pares que se destacaram.

Quantos seres humanos socialmente invejados, como executivos, médicos e jornalistas, no silêncio de suas casas ou escritórios, não ferem quem mais amam? São calmos quando as pessoas próximas lhes dão retorno, mas explosivos quando não correspondem às suas expectativas. Será que nos recolhemos no templo da paciência diante daqueles que nos decepcionam?

Alguns dizem coisas como: “Eu sou sincero. Sou honesto, falo o que penso.” Na realidade, seu excesso de honestidade é um reflexo da incapacidade de decifrar o código do autocontrole. São servos de seus impulsos. Há pessoas insuspeitas que lesam seriamente o direito dos outros.

Em que instituição religiosa e social se treina para decifrar o código do altruísmo e o código da capacidade de se colocar no lugar do outro? Enxergar os outros com nossos olhos é uma tarefa simples, não exige treinamento. Mas enxergá-los com os olhos deles mesmos requer refinado treinamento.

*Que você seja um vendedor de sonhos.
Ao fazer os outros sonharem, não tenha medo
de falhar. E, se falhar, não tenha medo de
chorar. E, se chorar, repense a sua vida, mas
não desista: dê sempre uma nova chance
para si mesmo e para quem ama.
A. CURY, em O vendedor de sonhos*

Sem decifrar esses códigos, ainda que sejamos profissionais de saúde mental, jamais entenderemos as lágrimas que não foram choradas, as dores que não foram expressas, os conflitos que não foram verbalizados. Tudo o que falarmos do outro será um espelho do que somos, e não do que *eles* são. Não respeitaremos as divergências. Não entenderemos que exigir que as pessoas sintam e pensem como nós é uma exigência insana

e desumana. É não compreender que as diferenças são decorrentes de nossa complexidade psíquica e que nenhuma delas nos exclui da fascinante família humana.

Líderes políticos e religiosos, se não decifrarem o código de se colocar no lugar dos que o confrontam, cometerão canibalismo psíquico. Bloquearão, silenciarão, excluirão.

Creiam, o canibalismo não foi extinto na atualidade, apenas assumiu outras formas. Alguns anulam seus pares em nome dos seus dogmas, outros em nome da nação, da religião, da ideologia, da raça, da teoria “científica”.

*Não somos um número de cartão de crédito,
uma conta bancária, mas seres humanos únicos.*

*Apesar dos nossos defeitos, somos
estrelas vivas no teatro da existência.*

*A. CURY, em *Você é insubstituível**

Capítulo 3

Não há mágica para decifrar o código

Se alguém quiser ter saúde psíquica e expandir os horizontes da sua inteligência, não há atalhos, não há mágica. Deve decifrar o código da inteligência, conhecer o funcionamento básico da mente humana e fazer exercícios, estágio intelectual, educação continuada.

A mente humana é um terreno inóspito, sinuoso e cheio de segredos, um fenômeno tão concreto e ao mesmo tempo tão impalpável, um espaço infinito e ao mesmo tempo tão pequeno que cabe dentro de um cérebro. Um terreno que reis, políticos e intelectuais falharam em conquistar.

Se não tivermos um sucesso mínimo nessa empreitada, como vamos atuar eficientemente no processo de construção dos pensamentos castradores e aterradores? Como vamos ser gestores da mais importante das empresas, a psique, a única que não pode falir?

Muitos não sabem que os sintomas psicossomáticos, como dores de cabeça, gastrite, nó na garganta, fadiga excessiva, são sintomas de insolvência da sua empresa psíquica, sinais graves de que estão endividados, quase falidos. Mas quem se preocupa de verdade com a contabilidade da qualidade de vida? Somos lentos para agir, frágeis para mudar nosso estilo de vida.

Houve um empresário, por exemplo, que se tornou riquíssimo, começou com uma loja, passou para duas, três. Dez anos depois era dono de uma invejável cadeia de lojas de roupas. Sabia vestir milhares de pessoas,

mas nunca aprendeu a vestir sua psique para protegê-la e encantá-la. Tinha milhões no banco, mas sua mente era pobre, com ideias pessimistas e emoção irritadiça; seu corpo estava em um real estado de falência. Só descobriu isso depois de um grave infarto que quase o levou a ser vestido por um caixão de madeira.

Há um mundo a ser descoberto dentro de cada ser humano.

*Há um tesouro escondido nos escombros das pessoas
que sofrem. Só os sensíveis e sábios os descobrem.*

A. CURY, em *O futuro da humanidade*

Não se engane! A tarefa de explorar e investir em sua saúde psíquica é exclusivamente sua. Nem os mais excelentes psicoterapeutas ou psiquiatras poderão realizá-la por você. No máximo, serão facilitadores do processo, o que também é objetivo deste livro.

Mas como explorar o mundo intangível da mente humana? Como penetrar nos seus espaços insondáveis? Como prevenir transtornos psíquicos? Como expandir os horizontes do intelecto e as fronteiras da emoção? Através do desenvolvimento das funções mais importantes da inteligência.

Os códigos de uma emoção e um intelecto brilhante, extraordinário, intuitivo e criativo não estão na carga genética – embora sejam um dos fenômenos a considerar – nem na genialidade ou nos poderes particulares de uma casta de privilegiados, mas no treinamento intelectual.

○ exercício imprescindível

Um ourives precisa das ferramentas certas para ferir o diamante e dar forma à joia. Um biólogo precisa de ferramentas apropriadas para invadir o “invisível” mundo intracelular. Um astrônomo precisa de equipamentos adequados para vislumbrar fenômenos a anos-luz de distância

da Terra. Do mesmo modo, um ser humano que almeja percorrer as avenidas do mundo escuro, tão belo e tão ameaçador, tão concreto e tão impalpável, que o constitui como ser pensante, precisa também das ferramentas certas.

Existem ferramentas ou códigos universais? Devido à diversidade cultural, genética e religiosa, é questionável uma teoria psicológica que fale em ferramentas ou códigos universais para explorar a mente humana, pois o que serve para um europeu não serve para um indiano, o que serve para um americano não é útil para um africano.

Nenhum pensamento é verdadeiro, mas uma interpretação da realidade. No ato de interpretação, o estado emocional (como estamos), social (onde estamos), de personalidade (quem somos) e de metabolismo cerebral (genética) entram em cena causando micro ou macrodistorções. Por isso, a verdade é um fim inatingível.

A. CURY, em *Inteligência multifocal*

Entretanto, depois de mais de duas décadas analisando sistematicamente o funcionamento da mente, estou convicto de que de fato existem no psiquismo humano ferramentas ou códigos intelectuais que transcendem a cultura, a religião ou o sexo. Descobri-las e utilizá-las, metodológica ou intuitivamente, pode determinar aonde uma pessoa vai chegar em seus círculos sociais, profissionais e afetivos.

Eles são capazes de propiciar tranquilidade nas tormentas, transformar uma pessoa tímida em intrépida, impulsiva em ponderada, individualista em altruísta, alienada em interativa.

Sem utilizá-los, ricos serão miseráveis, índios criarão fantasmas, intelectuais serão meninos agitados pelos ventos do estresse, psicoterapeutas reduzirão a complexidade dos seus pacientes e os aprisionarão nas estreitas fronteiras dos seus diagnósticos.

Ninguém é 100% lógico

Por mais que possamos procurar a racionalidade, a coerência e a serenidade, nenhum ser humano é 100% lógico. E, se porventura alguém conseguir ser 100% lógico e racional, aconselha-se fugir dele, pois será um carrasco, uma máquina de reagir e julgar rígida. Estará preparado para se relacionar com robôs, mas não com os imprevisíveis e contraditórios seres humanos.

Só os computadores são completamente matemáticos. Nem é desejável ser como eles. Por quê? Porque não apenas a irritabilidade, o egoísmo e a arrogância são frutos da emoção, mas também o amor, a compaixão, a solidariedade e o perdão.

Steven Pinker, professor de psicologia e diretor do Centro de Neurociência Cognitiva no Instituto Tecnológico de Massachusetts, reconhece que ainda há muitos mistérios sobre a mente, a consciência, o *self*, o significado, o conhecimento e a ética. Mas discordo quando ele diz que a mente é um sistema de órgãos de computação feito para resolver o tipo de problema que os nossos ancestrais enfrentavam para se manter vivos (Pinker, 2001).

Quem crê que seus pensamentos são verdades absolutas está preparado para ser deus e não um ser humano.
A. CURY, em *Os segredos do Pai-nosso*

A mente só resolve os problemas de sobrevivência se for treinada, educada. Quando a mente é equipada com os códigos da inteligência, sua capacidade de resolução ultrapassa os limites da lógica, tem uma versatilidade inatingível pelos computadores.

Explique o que é o amor. O sentimento é inexplicável. Toda pessoa que ama é ilógica, se entrega mesmo sem ser correspondida. Quem tem paciência com quem erra é ilógico. A paciência não pode ser prevista em um programa lógico de computador. Ser paciente é mais do que esperar,

dar um intervalo de tempo: é uma intenção subjetiva, é confiar e dar crédito a quem não merece, pelo menos em um determinado momento. Quem se esquece de si mesmo e pensa na dor do outro também é ilógico.

O ódio e o amor, a arrogância e a humildade, nascem em fontes muito próximas, que transcendem os limites das leis da matemática, no indecifrável e imprevisível mundo da mente humana. Quem aprende a decifrar os mais excelentes códigos da inteligência abandona o mundo intolerante e inflexível da lógica e dos números e se humaniza. Torna-se resiliente, maleável, solidário, sensível, compassivo, paciente, generoso, magnânimo. Quanto mais uma pessoa decifra esses códigos, mais ela se torna humana e menos se comporta como um deus rígido e autossuficiente. Infelizmente, como muitos não aprenderam a decifrar os códigos, temos mais deuses do que seres humanos no mundo.

INFORMAÇÕES SOBRE A SEXTANTE

Para saber mais sobre os títulos e autores
da EDITORA SEXTANTE,
visite o site www.sextante.com.br
e curta as nossas redes sociais.

Além de informações sobre os próximos lançamentos,
você terá acesso a conteúdos exclusivos
e poderá participar de promoções e sorteios.



www.sextante.com.br



facebook.com/esextante



twitter.com/sextante



instagram.com/edorasextante



skoob.com.br/sextante

Se quiser receber informações por e-mail,
basta se cadastrar diretamente no nosso site
ou enviar uma mensagem para
atendimento@esextante.com.br

Editora Sextante
Rua Voluntários da Pátria, 45 / 1.404 – Botafogo
Rio de Janeiro – RJ – 22270-000 – Brasil
Telefone: (21) 2538-4100 – Fax: (21) 2286-9244
E-mail: atendimento@esextante.com.br