

Yara Leal de Carvalho

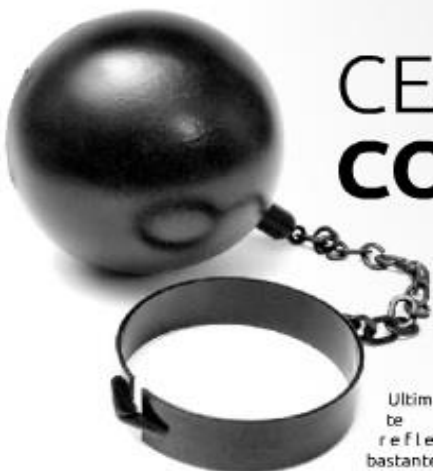
Coach e Sócia de Questão de Coaching

"O segredo é não correr atrás das borboletas... é cuidar do jardim para que elas venham até você."

Mário Quintana

yara@questao decoaching.com.br

CERTEZAS E CONVICÇÕES



Ultimamente tenho refletido bastante sobre o papel das convicções em nossa vida. Ter certeza sobre as coisas é algo benéfico ou impõe restrições em nossa forma de olhar o mundo? Eis a questão! As certezas nos fazem caminhar por estradas já conhecidas, evitando qualquer atalho, pois um atalho significa algo incerto, desconhecido e potencialmente perigoso, mas por outro lado podem nos reservar ótimas surpresas. Estar convicto sobre algo nos traz a segurança de saber qual é o melhor trajeto, não exis-

tem dúvidas, isso é certo e todo o resto é errado. Quando estamos convictos de alguma coisa, estamos afirmando que temos absoluta certeza de que aquilo é correto. As ideologias e religiões são exemplos típicos de crenças que se estabelecem em nossas mentes pelo princípio da fé, ou seja, no acreditar sem questionar. Acreditar dá um certo conforto, facilita a vida, divide as coisas entre o certo e o errado. Então me desgasto menos, penso menos e sou mais autômato. Mas então ter uma religião é automaticamente um limitador para a vida das pessoas? Acredito que não, quando a

peessoa mantiver a capacidade crítica, de aceitar algumas coisas e não concordar com outras. Mas a partir do momento em que houver dogmatismo, acredito que isso será um fator limitante para a vida do indivíduo.

As certezas são como a terra improdutiva, tudo que podia nascer dali já floresceu e as dúvidas e questionamentos são como terra adubada, depois da chuva, onde existe todo um potencial de produtividade – as possibilidades são amplas!

Roberto Crema em sua obra – Pedagogia Iniciática – expõe a seguinte ideia: "Uma pessoa que recita uma ideologia cega a uma teoria ou método, é um ser estupidificado, totalmente previsível e vítima de suas próprias rotinas automáticas. Nessa via viciada e restrita, seguimos os trilhos e perdemos as trilhas. Morre o criador, vegeta a criatura, na carência de inovação, criatividade e originalidade."

Na Geografia, o mapa é a representação de um território e não o território em si. Fazendo uma analogia com a nossa visão do mundo, há uma diferença incontestável entre a realidade (realidade objetiva) e a experiência de realidade (realidade subjetiva). Cada um cria uma representação do mundo em que vive e apresenta comportamentos mediante esse modelo.





A nossa visão da realidade, não é necessariamente verdadeira, ou seja, não é o território e sim uma representação dele – um mapa. Nossos mapas mentais do mundo não são o mundo. Reagir aos nossos mapas em vez de reagir diretamente ao mundo, acontece com frequência. O importante aqui é perceber que nossas representações internas, ou seja, nossos “mapas pessoais”, estão longe de corresponderem 100% ao mundo externo. As certezas que temos na vida estão correlacionadas à nossa visão de mundo, que pode ser restrita em função da utilização de filtros – Distorção, Omissão e Generalização – que servem para dar sustentação para nossas crenças, julgamentos, avaliações e conclusões. Conscientes disso, é importante abrir a mente para a ampliação de nosso mapa por meio de questionamentos.

Pode ser saudável ampliar as opções e não restringi-las. Quanto mais possibilidades enxergamos, mais opções de escolha temos. Portanto que sejam bem vindas as perguntas, as dúvidas e os questionamentos, pois tudo isso só vai engrandecer nossa vida.

Sócrates conduzia seus interlocutores a duvidar de seu próprio conhecimento, por meio da Maiêutica Socrática (século IV a.C.). Fazendo questões simples e perspicazes provocava ampliação da visão e a busca por novos angu-

los de interpretação da realidade.

É claro que uma vida cheia de certezas e caminhos únicos pode nos levar a cometer erros, mas por outro lado uma vida sem nenhuma convicção pode provocar a inação e isso também não é nada bom. Então como já dizia Buda – “Vamos adotar o caminho do meio”.

“Ter opiniões é estar vendido a si mesmo. Não ter opiniões é existir. Ter todas as opiniões é ser poeta.”

Fernando Pessoa

Durante um processo de Coaching, a ferramenta mais poderosa utilizada pelo Coach são as perguntas, elas ajudam o cliente a enxergar novos ângulos para uma mesma situação e, portanto as perguntas nos despertam para aquilo que não sabemos. Perguntar é um convite à aventura, a uma viagem de descobrimento. É uma das formas para chegar ao desconhecido.

Ai vão quatro perguntas para ampliar perspectivas:

- Como saber a verdade sem desafiá-la primeiro?
- Como ter certeza sobre o que é bom e o que é mau?
- Porque religiões que apoiam o amor causam tantas guerras?
- Se você pudesse dar um conselho para uma criança que acabou de nascer, qual seria?

Pense nisso! 🤔

