

Vingança! Quem não provou este sabor.

A novela das oito “O Outro Lado do Paraíso” começou com audiência baixa, mas bastou a mocinha voltar para se vingar e a audiência subiu fortemente. A plateia vibra quando ela se vinga de alguém de sua lista negra. A pergunta é: o que leva as pessoas a gostarem de ver alguém se vingando? Elas se sentem vingadas também? É uma raiva contida?

Vingança! Quem não provou este sabor, este desejo, este impulso forte, e às vezes, devastador? Tem uns ditos populares que dizem muito: “O doce sabor da vingança!” Mas tem também um outro que nos aponta em outra direção, importante: “Vingança é prato que se come frio!”. Tem ainda a fala em um nível de mais sabedoria, que nos diz que o bom mesmo é você superar a necessidade de vingança. Mas para chegar a isto há um longo caminho de amadurecimento da personalidade, de sabedoria, a percorrer.

Para começar, só se pode superar a vingança quando já somos capazes, temos força, estrutura de personalidade, para nos vingar. Só posso dar a outra face, como diz o Mestre, quando faço isto não por medo, não por submissão, não a partir da humilhação, mas por uma decisão de potência. Exemplo: Um dia eu era passageira num carro cujo condutor, um grande amigo meu, era um *faixa preta* de alto nível de *Aikido*, um mestre de defesa pessoal. Um outro veículo o atravessou e fez uma daquelas coisas que nós, humanos comuns, podemos facilmente reagir embarcando num forte impulso assassino e efetuar o tal “doce sabor da vingança”, ali, na hora! Isto é, sem controle de si mesmo, descontrolado; isto é sinal de fraqueza, de incontinência, de falta de estrutura. Errado? Não sei... Às vezes, a gente precisa ser capaz de bancar a raiva e dar um bom soco no abusador! Faz parte do processo de se apoderar de si mesmo. Permanecer nisto, não sair dessa fase é que é problema. Mas, voltando ao meu amigo mestre de defesa pessoal, o outro motorista abusou e ainda por cima saiu do carro e se aproximou da janela dele, dizendo desaforos. Ele ouviu, saiu do carro, encarou o descontrolado com toda calma e poder, e disse, naquele tom de força: Ok! Fique bem! Voltou-se, devagar e, muito calmo, deu as costas para o rapaz raivoso, afastou-se, entrou no carro de novo e foi-se. Ele sabia de sua superioridade física total e isto, junto com seu treino da mente, permitia que ele não se vingasse, que desse a outra face, sem ser por medo, submissão, humilhação. Ele bancava a humildade! Humildade verdadeira é produto caro. Cuidado com as imitações, como por exemplo, dar a outra face para sentir-se melhor do que os outros, um outro pecado capital que tanto nos assola, a vaidade!

Mas, enfim, porque as pessoas gostam de assistir o herói da novela se vingar? Porque se identificam com ele e por meio dele elaboram seus próprios sentimentos de raiva e, mais que isto, de indignação, por terem sido vítimas de abuso. Elaboram a humilhação sofrida, criam em si estruturas emocionais que o ajudam a lutar contra os abusos atuais e elaborar os abusos passados, ajudam a criar condições, a ter companhia para encontrar saídas mais honrosas em suas vidas.

Porém, para isto, o tal herói ou heroína tem que estar fazendo uma vingança bem estruturada, inteligente, funcional. É a tal vingança que é prato que se come frio! Quem reage ao abuso se submetendo, é mal, perde estrutura, perde energia e se encolhe. Mas quem reage de forma impulsiva e violenta é fraco. O herói ‘bom’ vingador deve encontrar em si estrutura emocional para não reagir, mas sim **agir**, criar uma estratégia de vingança, o que exige controle, estrutura emocional de nível maior do que fazer besteiras violentas pura e simplesmente. Tem que aprender a esperar o momento, criar oportunidades etc., para pegar o abusador em seus pontos fracos. Violência é sempre fraqueza de caráter. A força, a potência, é calma e controlada, inteligente e humana.

Humana?! Mas então é humano se vingar? Tornar-se capaz disto nos leva a percorrer um caminho de nos estruturarmos mais e melhor. Por exemplo, a personagem Aria, na série da HBO *Games of Thrones*, torna-se excepcionalmente forte e poderosa para ser capaz de vingar-se de seus abusadores; mas teve de ser capaz de muito controle, muito aprendizagem e uma boa dose de sabedoria. Custou-lhe muito esforço e sofrimento. Talvez, quem sabe, mais no final da série,

ela evoluirá a tal ponto de sabedoria que não precisará mais vingar-se e transformará este aprendizado enorme em algo maior: não será o ódio a abusadores, mas sim o amor à justiça que conduzirá sua vida. Ser prisioneira do ódio é um grande nó, torna-nos burros emocionalmente, com horizontes curtos, impede a visão do todo, impede os grandes horizontes dos grandes homens, dos mestres. O perdão só é possível quando estamos nos caminhos de cura das feridas da humilhação. Quando Ária se torna capaz de se vingar, abre-se para ela a possibilidade de ampliar sua mente, sua vida, e não terá que matar seus opressores um a um, quererá mais do que isto, amará a luta pelo equilíbrio e justiça no mundo humano, no planeta, no cosmos.

Vingar-se é humano. É um impulso de coragem de crescer. Ficar livre também do desejo de vingar-se e ir além, é humano e divino.

Para quem alimenta essa sede de vingança, quanto disso faz mal a ela própria? A pessoa pensa que está igualando as coisas, mas o que ocorre na verdade?

Alimentar a sede de vingança simplesmente é besteira e custa caro. Mas fazer disto um propulsor para tornar-se mais esperto, mais capaz de defender-se, mais informado e mais formado, enfrentar os abusadores de modo mais funcional, mais estruturada, pode ser uma boa coisa!

Como estabelecer um equilíbrio entre não buscar vingança, mas também não deixar que os outros te façam de bobo e atravessem o sinal? O psiquiatra Paulo Gaudêncio dizia que agressividade é colocar limites, não é ser grosseiro. O que você acha disso?

Agressividade é a força da vida, é a energia que nos leva a agir, a nos movermos para fora, a andar. É a potência de definir nosso território, nosso espaço pessoal. Uma pessoa que tenha sido muito castrada em seus movimentos naturais por um ambiente de opressão, de não respeito à sua individualidade, permite e até 'convida' invasões. E os folgados aproveitam! Precisamos ser capazes de estender as mãos e dizer "basta, não vá além disto!" Se o outro não respeitar, temos que ser capazes de 'meter o pé na porta', impedi-lo. Assim estaremos agindo em nossa defesa e em defesa de outros, o que é humano e necessário. Isto é potência. Não é violência. Quando somos violentos é porque somos fracos, já estamos perdendo a briga por dentro e por isso exageramos na ação; na verdade, a violência reage, a potência age. A potência escolhe a ação; escolhe o como, o quando e o onde da ação. Uma boa vingança exige estas qualidades. Mas se as alcançamos, está na hora de evoluir e colocar limites ao ódio, controlar a raiva e nunca sermos controlados por ela. Eu tenho a raiva ou a raiva me tem?

Entrevista de **Maria de Melo** concedida a **Joyce Moysés (Jornalista, escritora, ghost writer)**

Publicada na revista de domingo do jornal A Tribuna de Santos de 06/02/2018