

**SOCIEDADE BRASILEIRA DE PSICANÁLISE
E EVOLUÇÃO EXISTENCIAL**
Unidade de Sete Lagoas/MG

Rua Marechal Teodoro, 51 - Centro

Sete Lagoas/MG

Fone: (31) 2106-2405

A IMPORTÂNCIA DO AUTOCONHECIMENTO

Ricardo Costa e Silva
Sociedade Brasileira de Psicanálise e Evolução Existencial
ricardo@sbpe.net.br

Palavras-chave: autoconhecimento, autoconsciência, sucesso...

Texto

O autoconhecimento é fonte de muito esforço e determinação. É necessário batalhar e preservar na busca de nosso verdadeiro “*Eu*” para atingirmos o estado da verdadeira autoconsciência. A busca infável pelo sucesso só pode ser iniciada se buscarmos nos conhecer primeiro, algo que a maioria reluta por medo de descobrir o que guardamos no canto mais profundo do nosso inconsciente.

Durante a vida vamos adquirindo diversas “*personas*” que acabam por camuflar a nossa verdadeira essência e sendo assim passamos a sermos desconhecidos de nós mesmos. Passamos a viver os personagens: o banqueiro, o professor, a dona de casa, o pai de família, o invejoso, o fofoqueiro, etc... Perdemos a autoconsciência diante da vida cotidiana e não sabemos mais o que somos realmente.

Esquecemos completamente daquela pureza e inocência que carregávamos quando éramos crianças, onde todos nos olhávamos como carinho e benevolência através da energia pura de nossa verdadeira essência que exalava para todo lado.

Chegar a essa essência, esse verdadeiro “*Eu*”, é o objetivo de cada ser humano, pois somente descobrindo que possuímos uma consciência única e pura e que encontraremos a felicidade e o sucesso, o restante virá como consequência em virtude da radiação de seu ser através de todo o Universo.

Por isso não se demore em buscar o autoconhecimento, vasculhe-se e jogue fora tudo aquilo que faz mal a você e aos outros. Medite na sua essência e revele-a ao mundo

quem você é realmente, mesmo que essa descoberta te mostre aspectos que você quer esquecer ou te revele traços de personalidade que você achava que não tinha. **NÃO DESISTA**. Somente colocando a escuridão para fora de nossa mente é que podemos admirar a verdadeira luz.



Fonte: <http://www.terapiaviverbem.com.br/autoconhecimentos.aspx>

Referências bibliográficas

JUNG, Carl G. “**Memórias, Sonhos, Reflexões**”. Tradução de Dora Ferreira da Silva. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1986.

SILVEIRA, Nise. “**Jung: vida e obra**”. 7. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra.