

A PSICOTERAPIA COMO PRÁTICA CONTEMPLATIVA

"A vocação da psicoterapia confere alguns benefícios colaterais a seus praticantes e o seguinte é um deles. Ela encoraja a participação em um processo que nosso mundo moderno acabou por esquecer: sentar-se em uma sala com outra pessoa por horas a fio, sem nenhum propósito em mente senão atendê-la. Conforme fazemos isso, outro mundo se expande e se torna vivo aos nossos sentidos - um mundo governado por forças que já eram antigas muito antes da humanidade começar a existir (Lewis;Amini:Lannon, A General Theory of Love).

Um das habilidades mais preciosas que um psicoterapeuta pode adquirir ao longo de sua prática, mais ainda do que o conhecimento teórico e o manejo prático, é a habilidade de esperar.