

## PSICOTERAPIA, INICIAÇÃO E MODIFICAÇÃO DE CONSCIÊNCIA

Por Vítor Rodrigues - Assistente da FPCE-UL

### RESUMO

Na sua generalidade, as psicoterapias têm a intenção comum de produzir mudanças no comportamento, na cognição ou nos afectos dos que se submetem a elas. Defendemos que todas acarretam, na medida em que atingem os seus fins, graus maiores ou menores de modificação de consciência. Entretanto as psicoterapias que incorporam intencional e sistematicamente a consciência como foco principal dos seus métodos e das suas finalidades terapêuticas passam a desempenhar um papel que, em boa medida, podemos qualificar como iniciático - porque conduzem os clientes, por meios sobretudo vivenciais baseados, em grande número de casos, na imaginação criadora, rumo a modificações de consciência individualmente marcantes que podem ser qualitativas - facilitando o atingimento de novos estados de ser - e quantitativas - facilitando a expansão do campo da consciência. O carácter das psicoterapias, ao assumirem um papel de tipo iniciático, pode ser também considerado sagrado porque essas modificações de consciência visam, através da sucessiva ultrapassagem de limitações mentais, emocionais e, em geral, psicobiofísicas, encaminhar o cliente para estados de consciência apelidados nomeadamente de “cósmicos”, “divinos”, “místicos” ou “transcendentais”...

### INTRODUÇÃO

As várias correntes teóricas e práticas existentes na Psicologia podem ser caracterizadas e divididas de várias maneiras. Podemos, por exemplo, considerar os seus fundamentos epistemológicos e filosóficos - para concluir que, em alguns casos, estes são eventualmente incompatíveis (Hillner, 1985); podemos, por outro lado, caracterizar as correntes “simplesmente” em termos descritivos dos seus conceitos-chave e, em parte, dos seus trunfos teóricos e práticos (leia-se áreas do ser humano que permitem caracterizar e/ou “trabalhar” de maneira satisfatória segundo critérios definidos) (Fadiman e Frager, 1979); outra opção poderá residir em agrupá-las, de certo modo, segundo aquilo para que parecem servir melhor... O que conduz facilmente a um

“eclectismo técnico” (Lazarus, 1986) pouco esclarecido teoricamente (Messer, 1986) mas, eventualmente, bastante útil em muitas situações - sobretudo do ponto de vista da adaptação às necessidades dos clientes (ver por ex. Beitman, Goldfried e Norcross, 1989). Entretanto parece-nos evidente que ainda é muito difícil, senão impossível, dispor de uma perspectiva do ser humano que vá além das diferenças e confrontos de paradigmas ou tradições dentro da psicologia para permitir integrá-las e “compreender e situar as próprias batalhas epistemológicas” (Rodrigues, 1994, pg. 209). Contudo é imprescindível avançar nesta direcção se pretendemos chegar a um estado de coisas em que se disponha, porque todas as “psicologias” pretendem tratar do ser humano, de um conhecimento desse ser humano que seja suficientemente profundo para nos permitir situar as diferentes concepções teóricas e práticas na sua devida posição relativa e na sua importância igualmente relativa como contributos para a saúde psicobiofísica do Homem. Claro está, não pretendemos, aqui, solucionar a questão; teremos, entretanto, ocasião para avançar algumas linhas orientadoras úteis e para verificar que elas nos conduzem na direcção da Psicologia Transpessoal e do domínio do Sagrado pois aí mesmo se encontra, parece-nos, a possibilidade de inovar de modo crucial as perspectivas psicológicas e de encontrar a integração teórica e prática das diferentes perspectivas a partir de um nível trans-subjectivo - entendido como um nível vivencial e de consciência em que se torna possível integrar os modelos epistemológicos e existenciais dos clientes e dos terapeutas e compreender exactamente de que modo os vários grandes modelos psicológicos têm quotas-parte de razão. A este respeito, parece-nos desde já provável que uma das chaves da questão esteja no facto de que diferentes modelos consideram diferentes áreas funcionais (cognitiva, afectiva, motora, etc.) do ser humano como sendo as suas verdadeiras “pedras de toque” ou “nós de sistema” sem se aperceberem de que, para diferentes seres humanos, as áreas de funcionamento psicológico em torno das quais se polariza a vida psíquica podem variar - uma ideia que encontramos claramente expressa nos livros pouco académicos mas ricos de ideias fecundas de Alice Bailey (ver, por exemplo, Bailey, 1951).

## UMA HIPÓTESE GERAL PARA GUIAR AS OPÇÕES TERAPÊUTICAS

Temo-nos visto confrontados, desde há vários anos, com um problema crucial na nossa prática terapêutica: *como ajustar a intervenção ao cliente de modo que favoreça o seu crescimento pessoal?* De facto, não nos parece já defensável a existência de um modelo global de intervenção que sirva igualmente bem para todos e, por outro lado, também não nos parece adequado fazer “experiências” de intervenção procurando verificar qual delas resulta... Assim temos adoptado uma perspectiva que apresentámos noutra ocasião (Rodrigues, 1994) e que pretende situar os diferentes modelos psicoterapêuticos quanto ao nível de generalidade em que visam trabalhar. Deste modo, distinguimos quatro níveis:

“Nível A: *problemas específicos*. Ex: o indivíduo “Z” fica extremamente ansioso quando colocado perante o estímulo “K” na situação “Y”.

Nível B: *classes de problemas*. Ex: o indivíduo “Z” costuma ficar ansioso quando sujeito a situações dos tipos “h, i, j”.

Nível C: *quadros de referência em que determinadas classes de problemas se inserem* (classes das classes de problemas; nível do *self*). Ex: o indivíduo “Z” tem baixa auto-estima, o que o leva a desistir facilmente de inúmeras tarefas, a ficar ansioso perante a simples hipótese do confronto com situações novas e, conseqüentemente, a desenvolver expectativas negativas relacionadas com um estado depressivo habitual.

Nível D: *classe dos quadros de referência*. Ex: o indivíduo “Z” encontra-se perante dilemas existenciais que o levam a questionar o seu estilo de vida e a construir uma visão alternativa de si mesmo e do mundo. A certa altura começa a aperceber-se de que o seu problema está em pensar em si como “aquele que tem problemas existenciais”...” (op. cit., pgs. 207-208).

Este esquema geral, bastante pragmático, colocava de parte, a nosso ver, uma questão cada vez mais central na prática psicoterapêutica: a questão do papel da consciência. De facto, pensamos que todas as intervenções terapêuticas, qualquer que seja o nível de generalidade a que intervêm, produzem mudanças de consciência pois acabam sempre por afectar o ser humano global. Algumas delas, as de orientação Transpessoal,

colocam mesmo a consciência no eixo das suas preocupações teóricas e práticas (ver por ex. Weil, 1976) e assumem que a modificação do estado de consciência é um poderosíssimo instrumento terapêutico. Se retomarmos, agora, o esquema de referência que mencionámos acima será fácil ver porquê: as psicoterapias que incidem no nível A podem, ou não, ter repercussão nos níveis superiores (dado que a resolução, por exemplo, de uma fobia simples não acarreta forçosamente uma reestruturação global do ser humano...); contudo as psicoterapias cuja área de acção é predominantemente o nível D - como é o caso, por excelência, das Psicoterapias Transpessoais (e, em parte, das que têm uma orientação existencialista, como a Logoterapia ou a Terapia Gestalt) - não podem deixar de afectar o ser humano nos seus níveis mais elementares e “superficiais” de funcionamento pois esses níveis são hierarquicamente dependentes dos níveis mais gerais (caracterizados, por exemplo, pelo funcionamento da cognição superior - ver, a este respeito, Hunt, 1982). De facto, enquanto as intervenções de nível A só acidentalmente, de certo modo, afectam a consciência global do ser humano e o seu posicionamento existencial, as de nível D vêm necessariamente afectá-lo no seu modo de se auto-conceptualizar e de se posicionar face ao mundo. Elas pretendem, justamente, ao conduzirem o indivíduo a uma vivência diferente de si mesmo e do seu mundo interior ao aceder a estados modificados de consciência (no sentido de uma ampliação e/ou mudança qualitativa da consciência, caracterizada por maior clareza, acesso a “realidades” diferentes, etc.), permitir-lhe reestruturar-se e reformular-se indo à mais funda raiz dos seus problemas: a do quadro de referência existencial em que eles fazem sentido e encontram a sua razão de ser. De certo modo podemos dizer que a vivência de algo dentro de nós - o Eu Transpessoal - que ultrapassa largamente as nossas usuais auto-referências pessoais (e parece capaz de actuar fora dos limites usuais do espaço-tempo conhecido - ver, a este respeito, Weil, 1976; Bertrand, 1979; Chauvin, 1991; Drouot, 1995) pode abrir as portas à desapareição de quaisquer perturbações neuróticas, a qualquer nível de generalidade, ao conduzir a uma reformulação radical daquilo a que chamamos “eu” e que vivenciamos como “terreno” de perturbação. Por exemplo, se deixarmos de pensar em nós como “aquele que precisa de estar acompanhado e possuir casa e carro para ser feliz” para aderirmos (no sentido de crença como adesão interna e “informada” a alguma coisa que nos transcende referido por Leloup, 1995) à ideia de que somos

“alguém que partilha da essência comum da Humanidade e está em casa em todo o lado”, será altamente provável que o nosso “sofrimento neurótico” ligado ao medo da infelicidade ou à frustração de não termos o que queremos e assim por diante tenda a desaparecer... Claro está, esta reformulação pode ser apenas parcial e depender de momentos progressivos de *insight* ocorridos em estados modificados de consciência.

#### A PSICOTERAPIA COMO PROCESSO DE TIPO INICIÁTICO E O ENCAMINHAMENTO PARA O SAGRADO

Existe nos seres humanos alguma coisa que pode superar, ainda que momentaneamente, os limites usuais do espaço-tempo tal como conhecidos. Eis uma afirmação que já dificilmente pode ser contestada, mesmo de um ponto de vista estritamente científico, se levarmos em conta: (1) o modo como a Física moderna considera a consciência humana como factor definidor e interveniente da própria realidade. Rémy Chauvin, biólogo mundialmente famoso (que passou uma parte assinalável da sua carreira a fazer investigação em Parapsicologia sem o revelar a ninguém nos meios académicos a não ser muito tardiamente), assinala que o paradoxo de Einstein-Podolsky-Rosen, segundo o qual o *spin* de dois átomos que estiveram associados na mesma molécula e são de sinal contrário um ao outro conserva uma relação interactiva instantânea, de tal modo que quando muda o de um também se inverte o do outro, qualquer que seja a distância entre eles, foi recentemente comprovado em Orsay, “na célebre experiência de Aspect” (ver Chauvin, 1991, pg. 22). Por outro lado, o mesmo autor assinala o modo espantoso como a física quântica demonstrou que “a consciência cria os fenómenos ao medi-los” (op. cit., pg. 21) e que até mesmo o paradoxo do gato de Schrödinger foi resolvido em condições laboratoriais de modo espantoso quando Schmidt verificou que um gato real consegue influenciar por via aparentemente paranormal os resultados de uma réplica da experiência teorizada por Schrödinger... Outros dados interessantes a respeito do modo como a consciência fez a sua entrada triunfal nas preocupações dos físicos podem ser encontrados, por ex., em Weil, 1976 ou em Drouot, 1995; (2) o modo como a Parapsicologia universitária demonstrou, com critérios estritamente concordantes com a proposta epistemológica de Karl Popper (1959), a existência de fenómenos paranormais como, por exemplo, a telepatia ou os efeitos

psicocinéticos (Eysenck e Sargent, 1982; Chauvin, 1991; Beloff, 1994), para não falar em alguns dados ainda não inteiramente comprovativos mas bastante sugestivos da hipótese da sobrevivência post-mortem (por ex. Moody, 1977; Stevenson, 1977; Gauld, 1986; Severino, 1990; Perandrea, 1991). Entretanto a Psicologia Transpessoal tem-se interessado pela fenomenologia paranormal, não como fonte de dados especialmente relevantes para o seu objecto de estudo mas como algo que acompanha, com relativa frequência, modificações não patológicas da consciência (para uma discussão da relação entre estados modificados de “consciencialização qualitativamente alterada” - e fenómenos “Psi” ver Krippner e George, 1986) ou mesmo um determinado estado de consciência que, acompanhando Pierre Weil (1976), designaremos como Consciência Cósmica e que representa um ápice positivo, quer do ponto de vista qualitativo quer do ponto de vista quantitativo, das modificações no estado de consciência, referido em diferentes culturas como Nirvana, Satori, Samadhi, Sétimo Céu, etc.

A Psicologia Transpessoal assume que os seres humanos são capazes de transcender as suas formas usuais de perceber o mundo e de reflectir acerca dele bem como de fazerem o mesmo em relação a si mesmos graças ao acesso a estados modificados de consciência de natureza não patológica (a respeito das acepções em que se pode falar de Psicologia Transpessoal, ver, por ex., Lajoie e Shapiro, 1992; Walsh, 1993). Com efeito, sabe-se que as experiências subjectivas dos místicos, embora correspondam a percepções muito diferentes das “usuais” em relação ao Homem, ao Mundo e mesmo ao Universo, têm um carácter substancialmente diferente daquele que se encontra nas experiências de indivíduos sob acção de alucinógenos ou nos doentes esquizofrénicos (Oxman et. al., 1988). Tal facto não será de admirar se acompanharmos precursores da abordagem Transpessoal como Assagioli (1970) na ideia de que existem, para todos nós, um inconsciente inferior - de onde provêm grande parte das patologias psíquicas conhecidas - mas também um inconsciente superior ou superconsciente - de onde provêm as nossas intuições e inspirações, imperativos e sentimentos éticos bem como as nossas funções psíquicas superiores. Esse inconsciente superior, fonte, por excelência, das experiências transpessoais, poderia ser, por isso mesmo, a fonte das “experiências culminantes” descritas por Maslow, outro precursor (1968), como sendo os melhores momentos de afirmação da saúde mental e da potencialidade humanas na forma

de alegria, paz, iluminação, relação ética e estética, autorealização. Sabe-se ainda que, em determinados estados de consciência com correlatos electrofisiológicos bem delimitados (ver por exemplo Green e Green, 1986, acerca da relação entre ondas Teta occipitais e a chamada “viragem autógena”), o contacto com o “inconsciente” fica muito facilitado viabilizando quer o acesso a informações antes inacessíveis quer a reprogramação desse mesmo inconsciente.

As Psicoterapias Transpessoais visam, justamente, permitir aos seres humanos o acesso àqueles estados modificados de consciência cujo impacto sobre a sua saúde biológica, psicológica e social é potencialmente muito positivo. Os seus praticantes admitem, com frequência, que a própria existência de tais estados de consciência expandida e/ou qualitativamente modificada são possíveis por haver, no superconsciente do homem, algo que vai além do espaço-tempo como o conhecemos e é repositório de faculdades cognitivas insuspeitadas e muito mais poderosas que o simples intelecto raciocinador. Já vimos que essa possibilidade não é tão incrível como poderá parecer aos menos informados; entretanto cumpre-nos realçar que, para alguns autores, a essência última de cada ser humano é, realmente, de natureza transcendental e sagrada. Por isso eles não hesitam em atribuir aos psicoterapeutas transpessoais um papel iniciático - no sentido referido por Durckheim (1977), em que “o termo iniciação vem do latim *initiare* que significa mostrar a via conducente às profundidades secretas” (pg. 10).

Antes de prosseguirmos vale a pena interrogarmo-nos um pouco mais acerca do termo “iniciação”. A que se refere, afinal? Não é, decididamente, um termo originariamente científico. Na tradição esotérica, ele significa, segundo Helena Blavatsky (1892), a admissão aos Mistérios Maiores ensinados por hierofantes ou sábios sacerdotes em templos. Significa a passagem pela “porta estreita” que conduz à “via perdurável”, ou seja, ao contacto com o Eterno, à entrada plena numa vida interna considerada muito mais nobre e real do que as habituais preocupações mundanas do comum das pessoas. Há vários graus iniciáticos, de acordo com o grau evolutivo geral e com a ética do candidato, sendo as chamadas Iniciações Maiores acontecimentos que têm lugar, segundo Alice Bailey (1975), no “plano mental”, ou seja, numa dimensão interna e subjectiva. Estas são grandes expansões qualitativas de consciência que afectam o homem nas várias

dimensões da sua existência proporcionando-lhe extraordinárias chaves de conhecimento e poder.

Para os fins que nos interessam aqui, pouco importa discutir a existência, ou não, de uma outra dimensão designada “plano mental” e de chaves de saber e poder insuspeitadas. O que importa realçar é a acepção tradicional do termo “Iniciação”, ligada à ideia central de expansão de consciência (quaisquer que sejam os meios da sua indução - que, também tradicionalmente, implica um longo e difícil trabalho sobre si mesmo e, como é óbvio, um progressivo autoconhecimento). Na medida em que a Psicoterapia Transpessoal encaminha o homem para estados modificados de consciência que lhe permitem formas novas e, por vezes, extraordinariamente profundas de autoconhecimento e/ou visões completamente novas do Universo - que ele mesmo pode qualificar, então, como experiências no domínio do sagrado - ela merece a designação de Psicoterapia Iniciática. Podemos, assim, ir ao encontro de Durckheim (1977) ou de Leloup (1986, 1995) quando eles associam claramente esta designação à intenção, assumida pelo terapeuta, de catalisar e/ou de guiar o trabalho do cliente sobre si mesmo na direcção de um contacto com o seu “Eu essencial” e, assim, com o domínio do sagrado - o terreno dos Mistérios na tradição esotérica.

Num tal itinerário interior, o cliente deverá conquistar progressivamente as condições psico-espirituais que o levem a eventuais vivências de contacto com o sagrado ou mesmo a uma experiência de Consciência Cósmica (Weil, 1976) em que, mais do que contactar com quaisquer entidades espirituais ou confirmar qualquer religião, vivenciará:

- a) um sentimento de *unidade* com todas as coisas;
- b) uma vivência de *inefabilidade* e uma conseqüente dificuldade em relatar a sua experiência;
- c) um *carácter noético*, com o fortíssimo senso de que o que está a viver é intensamente *real*;
- d) uma *transcendência do tempo-espaço* tal como os entendemos;
- e) um *sentido do sagrado* em relação ao que está a acontecer-lhe;
- f) um *desaparecimento do medo da morte* ao aperceber-se da eternidade da vida;



g) uma *mudança do sistema de valores e do comportamento* no sentido dos valores B (valores referentes ao Ser) de Maslow (1968).

De facto, vários autores realçam a “força libertadora e transformadora que tais experiências revelam” e que “justifica a afirmação de que não se trata somente de fenómenos e projecções psicológicos mas igualmente de uma realidade supra-humana que se manifesta aqui na forma de transcendência imanente” (Durckheim, 1977, pg. 12). Estas experiências podem levar a uma “conversão profunda”, a uma “metanoia”, que pode ser interpretada não somente como mudança mas como uma ida para além dos limites de nós mesmos e da nossa mente racionadora (Leloup, 1986). Contudo o acesso a experiências de penetração no domínio do sagrado (ou de “graça numinosa”, para referirmos a terminologia de Leloup (1986)), que podem ser profundamente regenerativas e curativas, coloca dificuldades e pode mesmo ser assustador. Não é por acaso que, em diversas tradições, a “descida aos infernos” é uma das condições necessárias ao triunfo do herói ou do Iniciado nem que se fala tantas vezes em mortes e renascimentos interiores. A este respeito, Leloup refere uma lei da transformação profunda do homem que é o “morre e vem a ser”, pela qual é necessário “passar de um nível de consciência a outro, morrer para certa ideia ou imagem de si mesmo para renascer numa outra imagem totalmente nova, totalmente outra... Daí o medo de dar o passo, de deixar o conhecido pelo desconhecido, pois para encontrar é preciso perder. Perder as suas seguranças, os seus pontos de referência” (Leloup, 1986, pg. 181-182).

Em dois grandes nomes da psicoterapia iniciática, Leloup e Durckheim, encontramos referência à necessidade da descida aos infernos e de “mortes e renascimentos” internos no percurso do ser humano que busca transcender-se a si mesmo - e, assim, à própria raiz existencial de quaisquer condicionamentos mais ou menos patológicos: o quadro de referência em que eles podem ter lugar, o eu pessoal (Rodrigues, 1994).

Porquê a descida aos infernos? Porque (segundo Leloup, 1995, que acompanha conscientemente, nesse particular, Jung e Durckheim), antes de se tornar transparente ao “ser essencial”, o homem deve ultrapassar o mais perigosos dos recalamentos, o desse mesmo ser. Para isso deverá encarar o seu núcleo de sombra e,

com ele, as áreas do inconsciente inferior (Assagioli, 1970), fonte de patologias ligadas à negação do ser essencial. Aliás, o crescimento da consciência pode produzir uma “libertação de *stress*” susceptível de se exteriorizar em sofrimento e em sintomas que parecem corresponder a transtornos psicológicos mais ou menos intensos. Contudo, segundo Stallone e Migdal (1991), o *stress* patológico é acompanhado de uma identificação com a doença e de um afastamento da realidade enquanto o *stress* potencialmente salubrizante ligado ao crescimento da consciência é acompanhado de um maior contacto com a realidade e de uma consciência distanciada ou desidentificada dos transtornos que estão a ocorrer.

Ao terapeuta cabe acompanhar o cliente na descida ao seu próprio inferno interior - a área de “sombra” e de patologia - para lhe permitir renascer num nível superior de consciência, em contacto mais livre com o inconsciente superior. Entretanto, mais uma vez em harmonia com as tradições iniciáticas, o indivíduo é que deverá transformar-se progressivamente a si mesmo, aceitando descer aos infernos, morrer simbolicamente e renascer para novos estados de consciência. A isto corresponde o percurso, feito de desidentificações sucessivas em relação a apegos e ilusões, para que, cada vez mais, “o ser verdadeiro viva” (Leloup, 1995, pg. 51). O termo “inferno” designa também, em determinado sentido, estar fechado em si mesmo, no seu pequeno mundo de apegos pessoais e, assim, naquilo mesmo que “deve morrer” (Op. cit., pg. 68). Ir ao inferno, sobreviver e triunfar é, assim, encarar o mundo das perturbações, ilusões pessoais, apegos e distorções frequentemente inconscientes para se abrir, por fim, à dimensão do sagrado encontrado dentro de si mesmo. Trata-se de “atravessar a sombra” e “purificar o inconsciente” (Leloup, 1986, pg. 186).

### O PERCURSO DA PSICOTERAPIA INICIÁTICA

Como se chega ao contacto com o “ser essencial” e como se atravessa a “sombra” num percurso marcado por desidentificações sucessivas? Durckheim começa a responder a isto ao descrever os três aspectos fundamentais da psicoterapia iniciática:

“1. O desenvolvimento da faculdade de percepção do ser transcendental graças a experiências que colocam o homem em contacto com a sua essência profunda,

simples sensações passageiras de carácter numérico, no início, depois verdadeiras “experiências profundas”.

2. A tomada de consciência, tanto das causas que ocultam ao homem a sua natureza transcendental quanto das condições que lhe permitem consciencializá-la. É aí que reside o aspecto da psicologia das profundezas que faz parte da via interior.

3. O exercício no sentido restrito do termo. Entendemos por isto todas as formas de exercícios que têm a finalidade comum da permeabilidade à transcendência, quer dizer o estudo das disposições que tornam o homem capaz de perceber o seu ser essencial, a sua participação numa natureza supranatural, não somente em momentos privilegiados mas de modo permanente no mundo em que vive - a fim de permitir-lhe suportar e recriar esse mundo” (Durckheim, 1977, pgs. 13-14).

Temos aqui referências ao estado a que se refere Herrigel (1955) como “esse estado no qual não pensamos, projectamos, procuramos, desejamos ou esperamos mais nada de determinado, onde nos sentimos capazes do possível como do impossível, na integridade de uma força não influenciada, esse estado ao qual são estranhos toda a intenção, todo o egoísmo (...) ele recebe também o nome de “verdadeira presença de espírito”” (pg. 43). Na tradição Zen do Japão (bem conhecida de Durckheim), um tal estado é também aquele em que o guerreiro treinado na arte da espada alcança o auge da sua eficácia, tornando-se capaz de feitos extraordinários sem que o seu eu pessoal seja responsável pelos golpes que executa; pelo contrário, “alguma coisa” (o ser interno) se move nele e, agindo para lá do medo, do desejo e das expectativas, permite-lhe actuar no mundo de modo plenamente consciente, livre e perfeito pois percorreu uma via em que ocorreu “o treino do coração pela espada” (Herrigel, 1955, pg. 76).

Curiosamente, podemos dizer que a psicoterapia iniciática visa auxiliar o homem a ultrapassar os seus “pecados” - embora não falemos deles em sentido teológico - como via para chegar à “presença de espírito” que é, também uma presença do sagrado e transcendental no dia a dia. Vejamos porquê.

Segundo Leloup (1986), o termo “amartia”, ou seja, “pecado” em grego, significa “falhar o alvo”, “ficar fora de si mesmo”, “falhar o seu Ser verdadeiro” (pg. 184). É uma “doença do Ser” que o impede de se exteriorizar na sua natureza sagrada. Para combatê-lo, é preciso recentrar o homem no seu Eu transcendental e descentrá-lo do

pequeno eu ilusório, egoísta, iludido... “Trata-se de reencontrar o nosso eixo, o nosso centro; permanecer nele e afrontar os obstáculos, as rigidificações, as fixações que impedem a manifestação do nosso Ser Essencial” (Op. cit., pg 186). Não é, assim, de admirar que Leloup encontre no “Practikê”, tratado escrito por Evagre le Pontique (nascido cerca do ano 345 da nossa era), a grande obra básica, transmitida no Ocidente por São João Cassiano, que visa corrigir os “pensamentos” capazes de desviar o homem de si mesmo colocando-o em estado de “pecado”. Mais tarde, aquilo que no Practikê eram oito sintomas de doença da alma, que deviam ser tratados e combatidos como tais, veio a tornar-se na visão mais moralista dos “sete pecados mortais”. No entanto o sentido original do termo “pecado” parece ter tudo a ver com transtornos psicológicos capazes de “desviar-nos de nós mesmos” - da nossa verdadeira natureza interior - para nos levar à “atitude neurótica do homem crispado sobre as representações que tem de si mesmo” (Leloup, 1986, pg. 198). Na origem, portanto, o combate do “pecado” pelos primeiros cristãos não significava senão a busca do Eu Transcendental de que fala Durckheim e, para tal, a tentativa sistemática de “atravessar a sombra”. Os “pensamentos” ou defeitos capazes de desviar o homem de si mesmo eram, no Practikê, oito: a gula (entendida também no sentido lato de avidez consumista, ligado a “todas as formas de patologia oral” (Op. cit., pg 188)), a avareza (ligada a todas as formas de “patologia anal”, de espírito de retenção de bens, de ligação ao ter e não ao ser...), a luxúria (as formas de obsessão sexual, os desvios e compensações patológicas do impulso sexual), a ira, a melancolia, o desespero (ou a pulsão de morte), a vaidade (ou inflação do ego pessoal) e o orgulho. Qual o modo de “purificar” o homem destes pecados ou desvios do seu ser essencial? Leloup acompanha o Praktikê e a tradição dos primeiros cristãos para ecoar as suas ideias a este respeito: a “gula”, no seu sentido lato e simbólico, combate-se pela prática da oração, de um jejum moderado (que também pode ser entendido simbolicamente como contenção e equilíbrio na alimentação física e intelectual...) e, sobretudo, pela “eucaristia” no sentido de comunhão com o Ser e com o Criador; a avareza, o apego às possessões materiais ou psicológicas, combate-se pela meditação sobre o carácter mortal e transitório de todas as coisas mas, também, sobre o que permanece e é essencial em nós. Combate-se, também, pela desidentificação do que é menos valioso para encontrar o “tesouro interno”; a luxúria, “o deficiente equilíbrio

psico-físico que polariza toda a nossa energia ao nível genital” (Leloup, 1986, pg. 190), combate-se pela castidade entendida, muito mais do que continência, como respeito profundo pelo outro e pelo seu ser profundo em lugar de considerá-lo como simples objecto das nossas necessidades imediatas; a ira, ligada à frustração, combate-se pela aprendizagem do perdão de si mesmo e dos outros e pela aprendizagem de práticas respiratórias em que o prolongamento da expiração é essencial - já que o estado colérico faz o homem “perder o fôlego”...; a melancolia, também ligada à frustração e à vivência da falta de alguma coisa, combate-se pelo “espírito de pobreza”, pela aprendizagem do contentamento com as pequenas dádivas do dia-a-dia e com a simples vivência do Ser transcendental, fonte última de um contentamento estável e duradouro; o desespero, que pode levar quer à lassidão quer mesmo ao suicídio, aparece muitas vezes ligado aos momentos em que o homem coloca em causa as razões e o sentido de toda a sua vida. Pode conduzi-lo ao “inferno interior” e a momentos difíceis de atravessar. Combate-se, entretanto, pela oração mas, sobretudo, pela afirmação da confiança no Ser essencial e pela vivência do dia-a-dia sem “esperar nada do passado nem do futuro” (Op. cit., pg. 194); a vaidade, a vã glória que, segundo Leloup, era considerada pelos antigos como indício de estupidez, combate-se pelo conhecimento puro e simples de si mesmo e pela ultrapassagem, com ele, de grande número de ilusões antropocêntricas ou simplesmente egocêntricas... Por fim, o orgulho, resultado e manifestação extrema de ignorância para os mesmos antigos, como se o homem acreditasse ser a fonte de si mesmo, combate-se pela humildade - considerada uma virtude terapêutica por excelência. Segundo Leloup, o termo “humildade” vem de “humus”, terra, e implica a aceitação da nossa condição “terrestre” ao mesmo tempo que nos voltamos para a própria essência do sagrado. Ao reduzirmo-nos progressivamente, ao criarmos uma espécie de vacuidade do eu pessoal, podemos criar em nós uma especial abertura ao Ser transpessoal...

A ultrapassagem dos “pecados” pode, no final, conduzir o homem ao estado de “apatheia” caracterizado, por Leloup (1986), como estado de espontaneidade, inocência, simplicidade - ou seja, ausência de auto-referência centrada no eu pessoal. Nesse estado torna-se viável conhecer as coisas tal como são realmente, sem projectar nelas memórias, ideias, preconceitos. Não é difícil encontrar aqui o mesmo que Herrigel

(1955) menciona como “presença de espírito” e Durckheim (1977) refere como “transparência ao ser essencial”.

O que pode ainda fazer parte do percurso de uma psicoterapia iniciática? Leloup (1995) fornece alguns outros indícios ao considerar que a vida costuma oferecer-nos uma série de provas iniciáticas, por vezes extremamente difíceis de suportar mas que, se devidamente ultrapassadas, podem abrir as portas à revelação do Ser transpessoal. Essas provas, intensamente ligadas à lei do morre e vem a ser, implicam a aprendizagem da aceitação de alguns aspectos “inevitáveis” da vida, o desenvolvimento de uma atitude não dual, não-resistente face a eles. De que aspectos se trata? Leloup (1995) refere-os como sendo o sofrimento, o absurdo, o isolamento e a morte. Temas que todos os psicoterapeutas conhecem bem pois também eles devem ser capazes de lidar com eles antes de poderem auxiliar os seus clientes a atravessá-los. Talvez mais do que outros quaisquer, podem obrigar o homem a ver-se no espelho das suas reacções e a escolher entre procurar fugir da imagem que aí vê reflectida ou aceitá-la e transcendê-la passando para o outro lado do espelho: o reino do Ser transpessoal e, com ele, do sentido do Sagrado mesmo onde este não pareceria poder estar.

Durckheim (1977) destacou o facto de que, na tradição iniciática antiga, “toda a prova iniciática verdadeira sempre levou a pessoa a quem a iniciação é dirigida a ultrapassar o limiar do suportável, subordinando o acesso a um novo estágio a experiências dolorosas e por vezes assustadoras, mesmo experiências de morte” (pg. 57); entretanto o papel do psicoterapeuta iniciático não é, decerto, criar artificialmente tais provas - nem isso é necessário pois, muito frequentemente, a vida encarrega-se disso mesmo. Os “quatro grandes inevitáveis” de que fala Leloup (1995) fornecem a todos os indivíduos humanos ocasiões de superação de si mesmos e de possível abertura à transcendência: momentos iniciáticos que podem conduzir à expansão de consciência. Na medida em que são encarados com uma atitude não-dual, uma atitude de aceitação tomada não como passividade mas como busca activa “de não ser senão um com o acontecimento” (Op. cit., pg. 52), eles revelam uma Realidade subjacente: tornam-se “passagens” para a realidade interior. Segundo Leloup (Op. cit.), aceitando o sofrimento, aceitando activamente ir ao próprio núcleo dele, torna-se possível encontrar em nós “algo” que ele não consegue atingir; aceitando o absurdo, podemos ir além da razão para

encontrar o lado gratuito e o lado de puro Ser, sem “porquês”, que sustenta o próprio universo; aceitando o isolamento sem procurar fugir dele, penetrando nas profundezas desse isolamento, podemos encontrar a própria raiz da comunhão com todos os seres ao encontrar, nesse mergulho “solitário” para o nosso interior, aquilo que verdadeiramente temos em comum com todos os seres; aceitando, por fim, a morte, “confraternizando” com ela, podemos encontrar a própria passagem para a “a vida que nada nem ninguém pode tirar-nos” (Op. cit., pg 57), a “Vida eterna”.

De cada vez que aprendemos a lidar com algum dos enigmas fundamentais da vida encontramos, assim, um momento de viragem, uma modificação de consciência que pode levar-nos a um maior aprofundamento em autoconhecimento e, por sua vez, em conhecimento dos outros. Podemos, do mesmo modo, acercar-nos da experiência do sagrado e, talvez, de momentos de experiência mística profunda. Note-se, entretanto, que a ideia de que é possível procurar activamente a experiência mística e de que existem exercícios que tornam muito mais provável a sua ocorrência faz parte das ideias dos psicoterapeutas iniciáticos mas, também, dos grandes místicos das tradições oriental e ocidental. A experiência mística não é simplesmente uma coisa que nos pode acontecer em raros e inexplicáveis momentos extáticos. Pode haver, para qualquer um de nós, uma busca sustida que tenda a aumentar a frequência e a qualidade dos momentos especiais em que sentimos que algo se torna muito diferente nas nossas vivências e estas adquirem outra intensidade, outra qualidade, outra luz. Mesmo o momento em que alcançamos, por exemplo, a solução aparentemente súbita para um qualquer dilema, como se esta tivesse vindo, sem esforço, do nosso inconsciente, pode ser o produto de um longo trabalho - tal como nos evidencia Weisberg (1987) a propósito da criatividade. Há momentos mágicos em que, de repente, compreendemos “por dentro”, profundamente, as palavras de algum grande instrutor espiritual ou de algum grande cientista ou filósofo; ou em que parecemos estar a olhar uma montanha pela primeira vez e tudo parece incrivelmente leve e brilhante; ou em que a energia pulsa dentro de nós e parece vibrar com todas as coisas; ou em que somos capazes de perdoar a nós e a todos os seres humanos até mesmo pelos fornos crematórios de Auschwitz; ou em que o mundo parece ter-nos desabado em cima, sentimo-nos sós e envoltos num mar de sofrimento e, no momento em que aceitamos permanecer um pouco assim, sem resistir ou lutar, surge uma inexplicável doçura; ou em

que parecemos capazes de tocar as estrelas; ou em que a nossa vida encontra um sentido fundo e inabalável; ou em que tudo parece parar e ficar silencioso e, nesse instante, o tempo parece ter deixado de existir e nos sentimos num presente fixo e perene. Tais momentos podem, realmente, ser experiências únicas e raras ou, pelo contrário, vivências que se vão tornando cada vez mais familiares à medida que a nossa busca interna nos conduz a saber criar o estado interior que lhes é favorável. Se quisermos acompanhar Whiteman (1986) nas suas considerações a este respeito, reencontraremos a noção de Leloup acerca da importância da aprendizagem da não-resistência face aos inevitáveis da vida como meio para atingir outro estado de ser mas também a importância da não-resistência e do desprendimento face à própria vida em geral. Com efeito, Whiteman cita diferentes místicos ocidentais e orientais para mostrar que eles defenderam a existência de práticas e atitudes favoráveis à experiência do sagrado. Assim, o desapego, a descentração face ao eu pessoal, a “morte para o eu pessoal” reaparecem sucessivas vezes nas temáticas acerca do que é necessário para que seja viável a afirmação de uma realidade diferente, de carácter numérico em lugar de fenoménico - como a do mundo com que, frequentemente, se identifica o eu pessoal. Eis, uma vez mais, a lei do “morre e vem a ser”, desta vez mencionada por aqueles que escolhem percorrer uma via de abertura e não-resistência ao “Ser real” em que, progressivamente, há que ir lidando com o que os afasta dele e eliminando obstáculos internos ao que, afinal, aparece em Durckheim (1977) como “transparência ao Ser transcendental”. Nessa via, as técnicas de relaxamento, as técnicas respiratórias ou outras encontram uma correspondência profunda na procura duma espécie de relaxamento psíquico profundo, de dissolução do eu pessoal que é, afinal, o quadro de referência onde ocorre o confronto com os inevitáveis da vida, para obter uma abertura interna ao sagrado. Talvez por isso mesmo, os momentos de confronto com os “inevitáveis” sejam momentos, por excelência, de oportunidade para a dissolução do eu pessoal e para a “passagem” à afirmação da realidade transpessoal de um outro Eu e, em último lugar, talvez a um estado permanente designado por Whiteman (1986) como “Transformação unitiva”...



Publicado em A Vivência do Sagrado, colectânea de textos coordenada pelo Núcleo de Psicologia Transpessoal da A. E. da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Lisboa. Lisboa: Hugin Editores Lda., 1998, pgs. 229-246.

## BIBLIOGRAFIA

- Assagioli, Roberto (1970): Psicossíntese. São Paulo: Editora Cultrix.
  
- Bailey, Alice A. (1951): Um Tratado Sobre Magia Branca ou O Caminho do Discípulo. Porto Alegre, Brasil: Fundação Educacional e Editorial Universalista (editado para Lucis Publishing Company, New York).
  
- Bailey, Alice A. (1975): Iniciação, Humana e Solar. Rio de Janeiro: Fundação Cultural Avatar (tradução, para a Lucis Publishing Company, New York, de um original de 1922).
  
- Beloff, John (1994): Minds and Machines: A Radical Dualist Perspective. Journal of Consciousness Studies, Vol. 1, Nº 1.
  
- Blavatsky, Helena Petrovna (1892): The Theosophical Glossary. Londres: The Theosophical Publishing Society (existe tradução brasileira, da Editora Ground Ltda., São Paulo).
  
- Beitman, Bernard D., Goldfried, Marvin R. e Norcross, John C. (1989): The Movement Toward Integrating the Psychotherapies: an Overview. American Journal of Psychiatry, Vol. 146, 2, 138-147.
  
- Bertrand, René (1979): A Telepatia e os Reinos Invisíveis. Mem Martins: Publicações Europa-América.
  
- Chauvin, Rémy (1991): La Fonction Psy. Paris: Éditions Robert Laffont, S.A.
  
- Drouot, Patrick (1995): Nós Somos Todos Imortais. Rio de Janeiro: Record.
  
- Durckheim, Karlfried Graf (1977): Exercices Initiatiques dans la Psychothérapie. Paris: Le Courier du Livre.
  
- Eysenck, Hans J. e Sargent, Carl (1982): Explaining the Unexplained. London: Weidenfeld and Nicolson.

- Fadiman, James e Frager, Robert (1979): Teorias da Personalidade. São Paulo: Harper & Row do Brasil, Ltda.
- Gauld, Alan (1986): Mediunidade e Sobrevivência. São Paulo: Editora Pensamento.
- Green, Elmer E. e Green, Alyce M. (1986): Biofeedback and States of Consciousness. Pgs. 553-589 in Wolman, Benjamin B. e Ullman, Montague (Eds.) Handbook of States of Consciousness. New York: Van Nostrand Reinhold Company.
- Herrigel, E. (1955): Le Zen Dans l'Art Chevaleresque du Tir à l'Arc. Lyon: Paul Derain (tradução francesa do alemão).
- Hillner, Kenneth P. (1985): Psychological Reality. Amsterdam: North Holland.
- Hunt, Morton (1982): The Universe Within. Brighton, Sussex: The Harvester Press Limited.
- Krippner, Stanley e George, Leonard (1986): Psi Phenomena as Related to Altered States of Consciousness. Pgs 332-364 in Wolman, Benjamin B. e Ullman, Montague (Eds.) Handbook of States of Consciousness. New York: Van Nostrand Reinhold Company.
- Lajoie, Denise H. e Shapiro, S. I. (1992): Definitions of Transpersonal Psychology: the First Twenty-three Years. The Journal of Transpersonal Psychology, Vol. 24, nº 1.
- Lazarus, Arnold A. (1986): Multimodal Therapy in Norcross, John C. (Ed.) Handbook of Eclectic Psychotherapy. New York: Brunner/Mazel Publishers.
- Leloup, Jean-Yves (1986): Psychothérapie Initiatique dans le Christianisme. Paris: Albin Michel.
- Leloup, Jean-Yves (1995): L'enracinement et l'ouverture. Conférences de la Sainte Baume. Paris: Albin Michel.
- Maslow, Abraham H. (1968): Toward a Psychology of Being. New York: D. Van Nostrand Company.
- Messer, Stanley B. (1986): Eclecticism in Psychotherapy: Underlying Assumptions, Problems, and Trade-offs in Norcross, John C. (Ed.), Handbook of Eclectic Psychotherapy. New York: Brunner/Mazel Publishers.
- Moody, Raymond (1977): Lumières Nouvelles sur la Vie Après la Vie. Paris: Éditions Robert Laffont.

- Oxman, Thomas E., Rosenberg, Stanley D., Schnurr, Paula P., Tucker, Gary J. e Gala, Gary (1988): The Language of Altered States. The Journal of Nervous and Mental Disease, Vol. 176, Nº 7.
  
- Popper, Karl (1959): The Logic of Scientific Discovery. London: Hutchinson.
  
- Perandréa, Carlos Augusto (1991): A Psicografia à Luz da Grafoscopia. São Paulo: Núcleo Espírita Universitário.
  
- Rodrigues, Vítor (1994): Eles não Sabem o que é um Homem ou a Desdita do Psicoterapeuta. Psicologia, Vol. IX, Nº 2, 203-210.
  
- Stallone, James e Migdal, Sy (1991): Growing Sane. Dallas, PA: Upshur Press.
  
- Severino, Pulo Rossi (1990): A Vida Triunfa. São Paulo: Editora FE.
  
- Stevenson, Ian (1977): Research Into the Evidence of Man's Survival After Death. The Journal of Nervous and Mental Disease, Vol. 165, nº 3, 152-170.
  
- Walsh, Roger (1993): The Transpersonal Movement: A History and State of the Art. The Journal of Transpersonal Psychology, Vol. 25, nº 2.
  
- Weil, Pierre (1976): A Consciência Cósmica. Petrópolis: Editora Vozes Ltda.
  
- Weisberg, Robert W. (1987) Creatividad. El Genio y Otros Mitos. Barcelona: Editorial Labor, S.A.
  
- Whiteman, J. H. M. (1986): The Mystical Way and Habitualization of Mystical States. Pgs 613-659 in Wolman, Benjamin B. e Ullman, Montague (Eds.) Handbook of States of Consciousness. New York: Van Nostrand Reinhold Company.