



REVISTA TRANSDISCIPLINAR

Uma oportunidade para o livre pensar

Vol. 24 – Ano 12 – Nº 24 – 2º semestre/2024
<http://revistatransdisciplinar.com.br>

ISSN 2317-8612
www.artezen.org



ASOCIACIÓN TRANSPERSONAL IBEROAMERICANA

2024
Salvador – Bahia - Brasil



REVISTA TRANSDISCIPLINAR

Uma oportunidade para o livre pensar

Vol. 24 – Ano 12 – Nº 24 – 2º semestre/2024 ISSN 2317-8612
<http://revistatransdisciplinar.com.br> - www.artezen.org

APRESENTAÇÃO

A Revista Transdisciplinar é um periódico *on-line* semestral, organizado por Celeste Carneiro e publicado pela Associação Transpessoal Iberoamericana, que tem como objetivo socializar o pensamento de autores que desejam expressar suas reflexões sobre os mais diversos temas inter-relacionados com o Ser Integral e sua interação com o mundo que o cerca. Busca a integração de saberes e perfis, valorizando o diálogo entre sabedoria e conhecimento, estimulando a liberdade expressiva e dando oportunidade ao exercício da beleza, quer através da articulação de temas, ideias e conceitos, quer através do estilo de apresentação dessas ideias e conceitos.

Pautamos esta Revista no pensamento de Basarab Nicolescu e grupo que escreveu a Carta da Transdisciplinaridade (1994), onde esclarece:

A pluridisciplinaridade diz respeito ao estudo de um objeto de uma mesma e única disciplina por várias disciplinas ao mesmo tempo.

A interdisciplinaridade diz respeito à transferência de métodos de uma disciplina para outra.

A transdisciplinaridade, como o prefixo "trans" indica, diz respeito àquilo que está ao mesmo tempo entre as disciplinas, através das diferentes disciplinas e além de qualquer disciplina. Seu objetivo é a compreensão do mundo presente, para o qual um dos imperativos é a unidade do conhecimento.

Rigor, abertura e tolerância são as características fundamentais da visão

transdisciplinar. O rigor da argumentação que leva em conta todos os dados é o agente protetor contra todos os possíveis desvios. A abertura pressupõe a aceitação do desconhecido, do inesperado e do imprevisível. A tolerância é o reconhecimento do direito a idéias e verdades diferentes das nossas.

E no texto *Educação para o Séc. XXI*, do Relatório Delors (UNESCO, 2006):

Na visão transdisciplinar, há uma transrelação que conecta os quatro pilares do novo sistema de educação (aprender a conhecer, aprender a fazer, aprender a conviver e aprender a ser) e tem sua fonte na nossa própria constituição, enquanto seres humanos. Uma educação viável só pode ser uma educação integral do ser humano. Uma educação que é dirigida para a totalidade aberta do ser humano e não apenas para um de seus componentes.

Esperamos contribuir para a difusão do conhecimento com a sabedoria da abertura e da tolerância, aliada ao rigor que dá o ajuste necessário.

Como símbolo, trazemos a Flor da Vida, rico em mistérios estudados desde a mais antiga civilização e que encanta até os nossos dias. Lembra a conexão de todos com o Universo, a semente da vida, a relação do um com o todo, a gênese e o encadeamento dos genes, o que nos une e nos dá vida.

Os textos são de responsabilidade dos autores que deverão encaminhá-los para nossa apreciação já revisados.

Enviar para: cel5zen@gmail.com



REVISTA TRANSDISCIPLINAR

Uma oportunidade para o livre pensar

Vol. 24 – Ano 12 – Nº 24 – 2º semestre/2024
<http://revistatransdisciplinar.com.br>

ISSN 2317-8612
www.artezen.org

REVISTA TRANSDISCIPLINAR

Uma publicação da Asociación Transpersonal Iberoamericana
www.ati-transpersonal.org

Criação, editoração e coordenação geral

Maria Celeste Carneiro dos Santos – Especialista em Arteterapia Junguiana – ASBART 0036/0906 e em Psicologia Transpessoal – ALUBRAT 201740 (IJBA – Instituto Junguiano da Bahia / Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública/ Instituto Hólon). Graduada em Desenho e Artes Plásticas (Faculdade de Belas Artes de São Paulo – FEBASP, 1974). Professora e Supervisora (2007 a 2017) no curso de pós-graduação em Arteterapia do IJBA e nas pós-graduações em Psicologia e Psicoterapia Transpessoal (Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública/Instituto Hólon-BA e PHOENIX – Centro de Desenvolvimento Transpessoal / Universidade Federal de Sergipe). Coordenadora, professora e supervisora na pós-graduação em Arteterapia em Teresina-PI – 2013 a 2015. Escritora e coautora. Membro do Colégio Internacional dos Terapeutas – CIT, da Associação Baiana de Arteterapia – ASBART e da Associação Luso-brasileira de Transpessoal – ALUBRAT. Presidente da Associação Baiana de Arteterapia (2011 a 2013). Conselheira de Honra da UBAAT (União Brasileira das Associações de Arteterapia).

Membro da ATI – Asociación Transpersonal Iberoamericana.
 Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/0119114800261879>



CONSELHO EDITORIAL

Priscila Peixinho Fiorindo

Arteterapeuta ASBART 0129/0514. Doutora em Psicolinguística (Universidade de São Paulo - USP/SP). Mestre em Linguística (USP/SP). Graduada em Letras (Mackenzie/SP). Docente do Mestrado Profissional em Letras/PROFLETRAS da Universidade Estadual da Bahia (UNEB). Líder do Grupo de Pesquisa – Psicolinguística: perspectivas interdisciplinares/UNEB. Coordenadora do Projeto Contos estilizados e desenvolvimento cognitivo. Currículo Lattes disponível em: <http://buscatextual.cnpq.br/buscatextual/visualizacv.do?id=K4744418Z4>

Francesca Freitas

Graduada em Medicina pela Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública - EBMSp em 1981. Professora Assistente de Neuroanatomia (EBMSp, 1982 a 2012). Tutora do Departamento de Biomorfologia da EBMSp, 2005 a 2012. Coordenadora do Serviço de Neurofisiologia Clínica do Hospital São Rafael de 1992 a 1998. Atuação em Neurofisiologia Clínica – Eletroneuromiografia.

Sonia Maria Bufarah Tommasi

Doutora em Ciências da Religião. Mestre em Psicologia da Saúde. Especialização em Musicoterapia, em Psicologia Analítica e em

Arteterapia. Psicóloga clínica e educacional. Docente em cursos de pós-graduação de Arteterapia, Psicologia Analítica, Psicossomática, Psicopedagogia, Gerontologia. Presidente fundadora da *Oscip Arte Sem Barreiras*. Vice-Presidente da Associação Catarinense de Arteterapia (ACAT). Membro do Conselho da UBAAT – União Brasileira das Associações de Arteterapia. Escritora. Organizadora de livros da Vetor Editora: Organizadora, em parceria com Graciela Ormezzano, do livro publicado pela Ed. Paulinas: *Envelhecendo com sabedoria*. Pertencente à Comissão Editorial de Revista Cores da Vida (Goiânia-GO) e Membro Consultivo da Revista de Arteterapia da AATESP – Associação de Arteterapia do Estado de São Paulo (SP). Conselho Editorial dos Anais da Jornada de Arteterapia e Filosofia. Coordenadora dos Cursos de Pós-Graduação em Psicologia Analítica e de Arteterapia da UNIPAZ-Goiás. Currículo Lattes:
<http://lattes.cnpq.br/5010212588553393>

Marcus Welby Borges Oliveira

Doutorado (2008) e mestrado (2000) em Patologia Humana pela Universidade Federal da Bahia – UFBA. Graduado em Ciências Biológicas pela Universidade Federal da Bahia (1997). Experiência na área de Patologia, Biologia Celular e Imunologia, com ênfase em Imunopatologia, atuando principalmente na Imunopatologia da leishmaniose tegumentar murina. Professor Adjunto II do Departamento de Ciências da Biointeração da Universidade Federal da Bahia e integra o grupo de pesquisa do Laboratório de Virologia do Instituto de Ciências da Saúde (UFBA), onde iniciou uma colaboração em projetos nas áreas de imunologia e virologia humana e animal. Atualmente tem demonstrado particular interesse pelas áreas de Psiconeuroimunologia e Saúde e Espiritualidade, tendo desenvolvido eventos, projetos e estudos nessa área. Cofundador da REUPE – Rede Universitária de Pesquisas em Espiritualidade. Coordenador do Grupo de Trabalho em Saúde e Espiritualidade da REUPE e das sessões científicas desse grupo. Tem como outras áreas de interesse: Biologia Celular do Câncer e de Células-tronco Tumoriais. Currículo Lattes:
<http://lattes.cnpq.br/9992514942111915>

Pedro Teixeira da Mota

Licenciado em Direito pela Universidade de Lisboa (Portugal). Investigador da Tradição Perene ou da Espiritualidade Universal. Conferencista em vários países e sobre diversos temas. Viveu dois anos e meio na Índia. Foi professor de Yoga, e tem trabalhado como especialista do livro antigo. Dinamizador espiritual. Publicou quatro livros de inéditos de Fernando Pessoa, comentados: *Moral, Regras de Vida e Condições de Iniciação*. Lisboa, Edições Manuel Lencastre, 1988; *A Grande Alma Portuguesa*. Lisboa, Edições Manuel Lencastre, 1988; *A Rosea Cruz*. Lisboa, Edições Manuel Lencastre, 1989; *Poesia Profética, Mágica e Espiritual*. Lisboa, Edições Manuel Lencastre, 1989. Em 1998, o *Livro dos Descobrimentos do Oriente e do Ocidente*. Em 2006, a tradução comentada do texto sânscrito *AstavakraGita, o Cântico da Consciência Suprema*. Em 2008 a tradução (com Álvaro Pereira Mendes), e comentando-a, do *Modo de Orar a Deus*, de Erasmo de Roterdão. E em 2015 um livro de trinta e três ensaios, “*Da Alma ao Espírito*”, Publicações Maitreya.

Gildemar Carneiro dos Santos

Doutor em Física, na área de sólitons, pela Universidade de Nagoya – Japão (1990). Mestre em Física pela Universidade de Nagoya – Japão (1986). Mestre em Física pela Universidade de São Paulo (1982). Bacharel em Física pela Universidade de São Paulo (1979). Atualmente é professor adjunto da Universidade Federal da Bahia. Tem experiência na área de Física, com ênfase em Métodos Matemáticos da Física, atuando principalmente nos seguintes temas: álgebras bidimensionais, equações diferenciais não lineares associadas a sólitons. Músico nas horas vagas, coordena a orquestra de amadores Ateneu Musical. Currículo Lattes:
<http://lattes.cnpq.br/9800581085946445>

Glícia Conceição Manso Paganotto

Possui mestrado em programa de pós-graduação em educação pela Universidade Federal do Espírito Santo (2010), graduação em Artes Plásticas pela Universidade Federal do Espírito Santo (2000) e graduação em Estudos Sociais pelo Centro de Ensino Superior de Juiz de Fora (1979). Tem experiência na área de Artes, com ênfase em

Arteterapia, atuando principalmente nos seguintes temas: arteterapia, criatividade, linguagem visual, autoconhecimento, educação emocional e saúde mental.

Currículo Lattes:

<http://lattes.cnpq.br/6024542661274908>

Román Gonzalvo

Psicólogo transpessoal e doutor em psicologia pela *Universidad Autónoma de Madrid* (Espanha). Fundador do *Journal of Transpersonal Research* e da *Asociación Transpersonal Iberoamericana*. Desde 2006 tem trabalhado e investigado enfermos terminais, ajudando-os a morrer em paz e com boa qualidade de vida. Também trabalha os processos de aprendizagem e transformação interior produzidos nesta última etapa da vida. Suas investigações ocorrem no México, Índia, Papua, Nova Guiné, Zimbábue e Kenia, além do seu labor na Espanha. É professor de psicoterapia transpessoal no *Máster en Psicoterapia del Bienestar Emocional del Instituto Superior de Estudios Psicológicos* (ISEP) de Barcelona e no *Máster en Mindfulness de la Universidad de Zaragoza*. Organiza anualmente as Jornadas de Psicologia Transpessoal e Espiritualidade, em Tudela (Navarra). Seus interesses profissionais convergem com seus interesses pessoais: contribuir na criação de um sistema social mais empático, compassivo e altruísta, favorecendo um nível de consciência coletiva que transcenda a limitada identidade egoica individual, e cujo motor seja o amor por tudo o que existe.

Norma de Oliveira Alves

Mestre em Ciências da Saúde pela Universidade Federal de Sergipe cujo tema da Dissertação foi Associação entre Depressão e Síndrome Coronariana Aguda e Prognóstico Intra-hospitalar. Médica Psiquiatra e Psicanalista transpessoal. Graduada em Medicina pela Universidade Federal de Sergipe (1986). Foi diretora Científica da Associação Sergipana de Psiquiatria, vice-presidente da Associação Sergipana de Psiquiatria e membro do Projeto Freudiano de Aracaju. É membro da Associação Brasileira de Psiquiatria; Membro Fundador da Associação Brasileira de Medicina psicossomática – Regional Aracaju; Fundadora e Diretora Presidente de Athenas – Instituto de Educação e Saúde Integral; Escritora e co-autora. Escreveu os livros:

Psicanálise Transpessoal e Terapia de Vivências Passadas; Associação entre Depressão e Síndrome Coronariana Aguda – Impacto no Prognóstico Intra-hospitalar; Transtornos Mentais sob um Novo Prisma. É Conferencista em eventos científicos e comunitários. Coordena os cursos de Especialização em Psicologia Transpessoal e Pós-graduação em Terapia Regressiva por ATHENAS – Instituto de Educação em parceria com a FACEI – Faculdade Einstein. Currículo Lattes:

<http://lattes.cnpq.br/0042503228810827>

Aurino Lima Ferreira

Doutorado em Educação (Conceito CAPES 5), Universidade Federal de Pernambuco, UFPE, Brasil (2007). Mestrado em Psicologia Cognitiva (Conceito CAPES 4), Universidade Federal de Pernambuco, UFPE, (1999). Graduação em Psicologia, Faculdade Frassinetti do Recife, FAFIRE, (1993). Professor Adjunto da Universidade Federal de Pernambuco – UFPE – (Departamento de Psicologia e Orientação Educacionais). Desenvolve atividades de extensão e pesquisa no Núcleo Educacional Irmãos Menores de Francisco de Assis (NEIMFA), comunidade do Coque, Recife, PE. Pesquisador e Professor do Núcleo Educação e Espiritualidade do Programa de Pós-graduação em Educação da UFPE. Tem experiência na área de Educação e Psicologia, atuando principalmente nos seguintes temas: Psicologia Transpessoal, Positiva e Integral, Psicologia social/comunitária, Educação não-formal, Dinâmica de Grupo, Relações Interpessoais, Fenomenologia (Merleau-Ponty), Sexualidade, Resiliência, Espiritualidade Integral (Ken Wilber), Processos afetivos e interativos na educação, Intervenções psicossociais, Psicologia do Desenvolvimento (infância e adolescência). Escritor e coautor. Currículo Lattes:

<http://lattes.cnpq.br/5402096659543875>

Vera Peceguini Saldanha

Doutora em Psicologia Transpessoal pela Faculdade de Educação da UNICAMP, linha de pesquisa Psicologia Genética, Psicodrama e Psicologia Transpessoal. Psicóloga clínica com mais de 30 anos de experiência. Presidente da Associação Luso-brasileira de Transpessoal, ministra cursos no Brasil e no Exterior. Palestrante e autora

de livros e publicações na área da Psicologia Transpessoal. Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1016093168342110>

Ivana Braga de Freitas

Pedagoga (UNEB); Psicopedagoga (UNEB); especialista em Neuropsicologia (IBPEX/UNINTER); autora do livro *Transtornos e Dificuldades de Aprendizagem*, ed. WAK, 2011; diretora cultural da ABPp_BA 2014/16; tutora Cogmed; professora de cursos de pós graduação em psicopedagogia; palestrante e formadora de educadores. Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5427495900253997>

Margarete Barbosa Nicolosi Soares

Doutora em Artes pela Escola de Comunicações e Artes, da Universidade de São Paulo, com pesquisa sobre Aquecimento: um processo na prática de linguagens visuais em ateliê. Realizou Pesquisa de Doutorado Sanduiche no Exterior, junto à Faculdade de Belas Artes, da Universidade do Porto. Mestre em Artes pela ECA, USP. Licenciada em Educação Artística, com Habilitação em Artes Plásticas pela ECA, USP. Pesquisadora do Projeto de Pesquisa Ateliê de Artes para Crianças, no CAP/ECA/USP, desde 2008. Pesquisadora do Grupo de Pesquisa Palavra e Imagem: a incorporação de códigos da escrita em trabalhos de artes visuais, no CAP/ECA/USP, desde 2010. Docente na Licenciatura em Artes Visuais, Pedagogia e Pós-Graduação em Artes Visuais na Universidade Metropolitana de Santos, UNIMES. Foi docente conferencista no Departamento de Artes Plásticas da ECA, USP e docente na

Universidade Camilo Castelo Branco. Autora de capítulos de livros e artigos sobre arte e educação. Currículo Lattes: <http://buscatextual.cnpq.br/buscatextual/visualizacv.do?id=K4204217D7>.

Luis Lacouture González

Médico cirurgião (Universidad de Concepción – Chile). Psiquiatra de adultos (Universidad de Chile – Santiago de Chile). Médico Geral no Hospital de Calama, II região, Chile. Médico psiquiatra no Serviço de Psiquiatria do Hospital Regional de Antofagasta – II região, Chile. Professor de Psiquiatria na Universidad de Antofagasta. Atualmente trabalha de forma independente no extrasistema, na cidade de Antofagasta – Chile.

Lívia Maria Costa Sousa

Doutoranda e Mestre em Literatura e Cultura pelo programa de pós-graduação da Universidade Federal da Bahia (UFBA). Graduada em Letras Vernáculas pela Universidade do Estado da Bahia - UNEB (2014). Atualmente, é graduanda em Filosofia pela Universidade Federal da Bahia e professora de Literaturas brasileiras e africanas. Também atua como coordenadora editorial da LEAL Editora e como membro do conselho editorial da revista vinculada a essa editora. Possui experiência em edição, revisão e diagramação de livros e revistas, além de redação publicitária e marketing digital. É escritora e possui vários textos publicados em antologias e revistas literárias. Seu currículo Lattes pode ser acessado através do link: <http://lattes.cnpq.br/1126574918629874>



REVISTA TRANSDISCIPLINAR

Uma oportunidade para o livre pensar

Vol. 24 – Ano 12 – Nº 24 – 2º semestre/2024 ISSN 2317-8612
<http://revistatransdisciplinar.com.br> - www.artezen.org

PARA PUBLICAR

A Revista Transdisciplinar é um periódico semestral, organizado por Celeste Carneiro, que tem como objetivo socializar o pensamento de autores que desejam expressar suas reflexões sobre os mais diversos temas interrelacionados com o Ser Integral e sua interação com o mundo que o cerca. Busca a integração de saberes e perfis, valorizando o diálogo entre sabedoria e conhecimento, estimulando a liberdade expressiva e dando oportunidade ao exercício da beleza, quer através da articulação de temas, ideias e conceitos, quer através do estilo de apresentação dessas ideias e conceitos, seguindo os parâmetros expressos na Apresentação.

A Revista Transdisciplinar será publicada no primeiro e no segundo semestre de cada ano e os artigos deverão ser enviados com até dois meses de antecedência do semestre a ser publicado.

Os artigos serão avaliados, por ordem de recebimento, por dois membros do Conselho Editorial. Caso haja divergência quanto à aprovação dos mesmos, um terceiro parecer de outro membro do Conselho Editorial será solicitado.

Os textos poderão ter o formato acadêmico ou serem escritos de forma mais livre, desde que em linguagem clara e de acordo com os padrões normativos da Língua Portuguesa. Devem procurar coerência com a proposta da Revista Transdisciplinar.

Se o autor escolher escrever de acordo com as normas acadêmicas, deverá fazê-lo em conformidade com os padrões da ABNT, com resumo, problemática anunciada e desenvolvida, objetivos, metodologia, conclusões e referências. Nas referências,

deverão constar apenas as obras citadas no texto.

Os textos que seguirem uma forma mais livre (ou seja, por um estilo que não priorize o rigor acadêmico, podendo valer-se ou não da poesia, mas que também possibilite a exposição do pensamento com fluidez, clareza, coerência e consistência), se fizerem uso de citações diretas ou indiretas, devem também listar essas referências ao final, de acordo com as normas da ABNT. Entretanto, caso o autor queira também indicar livros e sites que não fazem parte do texto, mas que são complementares a ele, pode fazê-lo anunciando após as referências o item “*Para saber mais*”.

Os artigos não precisam ser inéditos, desde que seja explicitada a fonte original de sua publicação. Preferencialmente os artigos estarão no idioma Português, mas eventualmente outros idiomas poderão ser aceitos.

Cada artigo deverá ter, no máximo, 20 páginas (incluídas as notas de pé de página e as referências) e deverá ser enviado aberto em *Word*, escrito em fonte Arial, tamanho 10, seguindo um espaçamento de 1,5 cm e obedecendo as margens superior e inferior de 2,5cm, esquerda e direita 3,0cm. Deve constar um minicurrículo com até 60 palavras e, caso deseje, um e-mail ou telefone para contato.

Os artigos deverão ser encaminhados já revisados para o e-mail: cel5zen@gmail.com



REVISTA TRANSDISCIPLINAR

Uma oportunidade para o livre pensar

Vol. 24 – Ano 12 – Nº 24 – 2º semestre/2024 ISSN 2317-8612
<http://revistatransdisciplinar.com.br> - www.artezen.org

CONTATO



Endereço postal da Revista:

Celeste Carneiro

**CINDEP – Centro Integrado de
Desenvolvimento Pessoal**

Centro Odonto Médico Henri Dunant
Rua Agnelo Brito, 187 sala 107 –
Federação (Garibaldi)
CEP 40210-245 – Salvador – Bahia – Brasil

CONTATO PRINCIPAL

Celeste Carneiro

ASBART 0036/0906 / ALUBRAT 201740
 Telefone: +55 (71) 98874-1155
cel5zen@gmail.com
www.artezen.org
 ou
gildemar@ufba.br

PARCERIA

ENTIDAD EDITORIAL



ASOCIACIÓN TRANSPERSONAL IBEROAMERICANA

C/ Andrés Mellado, 65.

28015 Madrid, Spain

www.ati-transpersonal.org

ATI - Asociación Transpersonal Iberoamericana es una organización internacional, sin afiliación política, laica, y sin ánimo de lucro, que busca representar a la comunidad transpersonal de los países constituyentes de Latinoamérica y la Península Ibérica, dedicada a promover, de forma teórica y práctica, la visión transpersonal en los ámbitos académicos, de investigación, educación, salud, desarrollo personal, social y ambiental.

Pretende fomentar el conocimiento y aplicación de la psicología transpersonal (origen de la disciplina) en diferentes ámbitos del saber como son: la psicología, la filosofía, la epistemología, la medicina, la antropología, la espiritualidad, el arte, la física, la política, la farmacología, la educación, la ecología y la economía.

La Asociación Transpersonal Iberoamericana (ATI) fue inscrita en el Registro Nacional de Asociaciones del Ministerio del Interior (España) el 25 de marzo de 2015.

<https://www.ati-transpersonal.org/es>



REVISTA TRANSDISCIPLINAR

Uma oportunidade para o livre pensar

Vol. 24 – Ano 12 – Nº 24 – 2º semestre/2024 ISSN 2317-8612
<http://revistatransdisciplinar.com.br> - www.artezen.org

REVISTA TRANSDISCIPLINAR

Vol. 24 - Ano 12 - Nº 24 – 2º semestre/2024
 ISSN 2317-8612

ÍNDICE

- | | |
|---|--------------|
| 1 – A CLÍNICA TRANSPESSOAL COM CASAIS: relato de um estudo de caso em Recife/PE – Filipa Alvarenga | p. 10 |
| 2 – RAÍZES ANCESTRAIS – Lu Barreto | p. 26 |
| 3 – CRIANDO NOSSOS PRÓPRIOS LIVROS NEGROS: mantendo um diário como um <i>tear da vida</i> – Mónica Pinilla Piñeda | p. 27 |
| 4 – CHINA – DA MISÉRIA AO TOPO – Os 100 anos do despertar do Gigante Gilton Carneiro dos Santos | p. 35 |
| 5 – SABEDORIA E ARTETERAPIA: Diálogos de AMOR e CURA Mariel Wanderley Granato | p. 38 |
| 6 – GURUDEV RANADE E OS SEUS ENSINAMENTOS: meditação, Avatar, Luz, Forma e Nome de Deus – No dia do seu 138 aniversário Pedro Teixeira da Mota | p. 41 |
| 7 – FOTOGRAFIAS – Da série Pôr do Sol Celeste Carneiro | p. 47 |
| 8 – PAZ – Amélia Rodrigues | p. 48 |

Capa: Yin-Yang. Homenagem à China. O conceito de Yin e Yang tornou-se popular com o trabalho da escola chinesa de Yinyang, que estudou filosofia e cosmologia no século III a.C. O principal proponente da teoria foi o cosmologista Zou Yan (ou Tsou Yen), que acreditava que a vida passava por cinco fases (Wu Xing) – fogo, água, metal, madeira, terra – que se trocavam continuamente entre si de acordo com o princípio de Yin e Yang. <https://www.worldhistory.org/trans/pt/1-11596/yin-e-yang/>

Pintura de Lilit Ghazaryan (Nova Iorque, EUA), pelo Etsy – etsy.com (<https://br.pinterest.com/pin/8303580556850351/>)



1 – A CLÍNICA TRANSPESSOAL COM CASAIS: relato de um estudo de caso em Recife/PE ¹

Filipa Alvarenga*

Resumo

Este estudo de caso lança o desafio de desenvolver a Terapia de Casal no quadro da clínica de curta duração transpessoal. A partir da queixa principal relacionada com vínculos simbióticos, a terapia avançou no sentido da transformação da dinâmica conjugal para registros mais saudáveis. O trabalho terapêutico incorporou um leque de técnicas e recursos que proporcionaram tanto intervir em estados de vigília, como em estados expandidos de consciência. Observou-se um movimento de mudança individual, conjugal e do sistema familiar, que permite contribuir para o reconhecimento da Psicologia Transpessoal.

Palavras-chave: Psicoterapia Transpessoal. Terapia de Casal.

Abstract

This case study undertakes the challenge of developing Couple Therapy within the framework of a short-term transpersonal clinic. From the main complain related to symbiotic bonds, the therapy advanced towards the transformation of marital dynamics towards healthier records. Therapeutic work incorporated a range of techniques and resources that provided interventions in both ordinary-waking states and expanded states of consciousness. A motion of individual, couple and family system change was observed, which contributes to the recognition of Transpersonal Psychology.

Key-words: Transpersonal Psychology. Couple Therapy.

Psicologia Transpessoal: breve enquadramento

A psicologia transpessoal pode ser conceitualmente entendida como o estudo científico de estados e níveis de consciência e dos seus potenciais curativos no quadro do psiquismo humano. William James, considerado um dos precursores da

Psicologia Transpessoal, adiantou a concepção da Psicologia enquanto a ciência para a descrição e explanação dos estados alterados de consciência (Saldanha, 2006). Adianta que a consciência de vigília é apenas um dos estados do mundo da consciência e que a mente possui um manancial de potencialidades inimagináveis (Saldanha, 2006).

¹ Estudo realizado para conclusão da Especialização em Psicologia e Psicoterapia Transpessoal, Clínica Renascer e Associação Norte Riograndense de Psicologia e Psicoterapia Transpessoal, Natal/RN, Brasil. Supervisão Clínica pela Professora/Psicóloga Débora Diógenes e Supervisão Teórica pelo Professor/Psicólogo Marlos Bezerra.

***Filipa Alvarenga** – Socióloga (ISCTE-IUL – Instituto Superior de Ciências do Trabalho e da Empresa – Instituto Universitário de Lisboa, Portugal), Pós-Graduada em Psicologia da Gravidez e Maternidade (ISPA – Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida, Portugal), Terapeuta Transpessoal (ANPPT – Associação Norte Rio Grandense de Psicologia e Psicoterapia Transpessoal e ABRAPET – Associação Brasileira para Ensino e Pesquisa Transpessoal, Brasil) e de Vidas Passadas (ABPR – Associação Brasileira de Psicoterapia Reencarnacionista, Brasil), Arteterapeuta (ARTE-PE, 153/0720 – Associação Pernambucana de Arteterapia), Consteladora Familiar (Unipaz – Universidade Internacional da Paz, Brasil). @alvarengafilipa_terapeuta; alvarengadhana@gmail.com

A noção de consciência vai além do mental, diferenciando-se pela visão multidimensional do Ser, aliando ciência e espiritualidade. A visão do indivíduo é de um ser biológico, psicológico, social e espiritual (Frankl, 1991; Grof, 1997; Maslow, 1968). Em contraponto à visão hegemônica ocidental, articula-se com a visão da física moderna sub-atômica (Matos, 2015). O conceito de Unidade representa a inteireza do Ser com o universo, na relação Eu-Cosmos, considerando a multidimensionalidade, a relação entre as partes, com o outro, com o ambiente e com o todo (Saldanha, 2006; Matos, 2015, 2022; Bertolucci, 1991). O prefixo “trans” significa “ir além de”, “através de”, “na interrelação de”, transcendendo os limites do corpo físico e da individuação, num ímpeto de transcendência para ser parte de algo maior que a unidade individual, reconhecendo o potencial de desenvolvimento da consciência (Saldanha, 2006; Bezerra, 2019):

O trans ‘mais pessoal’ trata a transcendência como a possibilidade de Ser, expressa no mundo, mas que conserva sua abertura, sua impossibilidade de fechar-se, seu ‘ir além’. (Bezerra, 2019, p. 108).

A expansão da Psicologia Transpessoal iniciou-se na década de 60, a partir da Psicologia Humanista. Oficializou-se em 1969, com a fundação da Associação de Psicologia Transpessoal, na Califórnia, por Abraham Maslow, juntamente com Carl Rogers, Victor Frankl, Antony Sutich, Charlotte Buhler, Stanislav Grof e James Fadiman (Saldanha, 2006). Atualmente, as pesquisas e aplicações da Psicologia Transpessoal alcançam uma diversidade de áreas, conjugando elementos do behaviorismo, psicanálise, psicologia analítica junguiana, holismo, etc.

A transcendência do estado de vigília e o estímulo de estados expandidos de consciência, contribuem para a saúde, equilíbrio, realização, qualidade de vida e evolução do ser humano. Na sua larga pesquisa, Grof verificou que na indução de estados não comuns de consciência há um radar interno que é acionado e, disponibiliza para a mente consciente, uma seleção automática do material mais relevante que emerge do inconsciente da pessoa (Grof, 2007). Tal radar viabiliza um avanço maior nos processos terapêuticos, que não seria

possível numa abordagem em estado de vigília.

Caminhos Metodológicos

O presente estudo de caso insere-se no contexto da Terapia de Casal, no dispositivo de clínica de curta duração (Bezerra, 2022). A pesquisa internacional na área da psicoterapia conjugal tem sido expressiva nas últimas cinco décadas, centrando-se nas relações e estratégias de resolução de conflitos. É liderada pelas investigações norte-americanas e focada sobretudo nas abordagens teóricas cognitivo-comportamental, comportamental, sistêmica e psicodinâmica (Costa et al, 2017). A comunicação, a empatia, o perdão, o apoio mútuo e a confiança para a resolução dos conflitos conjugais, evidenciam-se como fatores fundamentais na compreensão e intervenção terapêuticas nesta área (Costa et al, 2017).

O Brasil tem pouca tradição de desenvolvimento de estudos em Terapia de Casal (Costa et al, 2017). Sem pretensões de exaustividade, identificam-se linhas de pesquisa ao nível de: i) violência conjugal (Razera et al, 2018; Vian, Mosmann, Falcke, 2017; Falcke, Boeckel, Wagner, 2017; Colossi, Marasca, Falcke, 2015; Gomes et al. 2013; Rosa e Falcke, 2014; Oliveira e Gomes, 2011; Féres-Carneiro e Diniz Neto, 2010; Falcke et al., 2009); ii) terapia familiar psicanalítica (Pignataro, Féres-Carneiro, Mello, 2019; Zuanazzil, Bonafé Sei, 2014; Féres-Carneiro, Neves, Dias, Paravidin, 2013); iii) terapia familiar sistêmica (Manente, 2019; Féres-Carneiro; Fortunato Costa, 2010) e segredos familiares (Santos, 2015); iv) terapia de casal na terceira idade (Couto et al., 2008); v) monoparentalidade (Verza, Strey, 2019; Verza, Sattler, Strey, 2015).

No quadro da Psicologia Transpessoal também é escassa a literatura neste domínio, pelo que se considera que, com as devidas ressalvas, este trabalho pode ser um contributo para estimular mais produções e debates na intervenção terapêutica transpessoal de casal.

A modalidade de Estudo de Caso

A opção por um estudo de caso, é inerente à natureza da sua subjetividade e impossibilidade de ser representativo. No meio acadêmico ainda é discutível a validade

da pesquisa com base em estudos de caso (Serralta et al, 2011). O rigor metodológico deste estudo de caso pode ser questionável, dado que não foram acionados mecanismos de controle ou validação rigorosos. Foram, contudo, viabilizados cuidados específicos na recolha, tratamento e análise da informação ao longo do processo, tendo em conta a complexidade e flexibilidade na prática clínica: no sentido de evitar interpretações pessoais ou falhas das narrativas, a maioria das dinâmicas foi gravada para apenas uso do terapeuta; as sessões foram sistematizadas em fichas de registro elaboradas a partir dos conteúdos da psicoterapia transpessoal (Bezerra, 2022); todo o processo terapêutico foi acompanhado por supervisão; a intervenção foi sustentada teoricamente pelos autores aqui apresentados.

Tal como exposto por Serralta et al. (2011), os pressupostos de um estudo de caso incidem: i) na pesquisa de um fenómeno particular, complexo, específico (aqui definido como o processo terapêutico do casal); ii) em obter uma grande quantidade de informação com um número limitado de participantes; iii) em realizar descrições detalhadas e aprofundadas a partir de diversas técnicas ou dinâmicas; iv) num planeamento flexível de avaliação de processos inter-relacionados, delimitados temporalmente; v) na observação dos fenómenos como um todo, em que as partes se conectam umas com as outras (Denscombe, 2003 apud Serralta et al, 2011, p. 505).

Este é um estudo de caso não experimental, focado no processo terapêutico, sem resultados previamente definidos. O que se poderá considerar como resultados decorrentes da intervenção terapêutica, estão sujeitos à impressão subjetiva do terapeuta e do casal em situação de cuidado. O objetivo não é de ser extrapolável para outras realidades conjugais, mas de constituir um contributo

entre a pesquisa empírica e a prática clínica transpessoal de curta duração.

Um dos maiores desafios colocados aos pesquisadores em psicoterapia é o de aumentar a relevância clínica dos estudos da área. (...) Auxiliam na compreensão do processo de mudança, possibilitam geração de novas teorias e o teste das já existentes, e permitem que as psicoterapias sejam estudadas levando em consideração a dimensão subjetiva inerente ao encontro terapêutico, oferecendo assim uma alternativa para a superação da dissociação entre atividade clínica e atividade científica. (Serralta et al, 2011, p. 508-509).

Operacionalização da prática clínica de curta duração

O plano de consultas alternou entre atendimentos individuais, seguindo-se uma consulta de casal. Foram 4 meses de atendimento que decorreram entre março e junho de 2022, num total de 13 sessões, das quais 8 foram sessões individuais (4 com cada) e 5 foram com o casal.

Atendendo à temporalidade da terapia, foi fundamental delimitar o foco das sessões com base na queixa principal (Bezerra, 2022), considerada a relação simbiótica e os seus efeitos na instabilidade da relação conjugal. A condução do trabalho terapêutico teve em atenção a importância do contexto, presença, escuta e qualidade do vínculo (Bezerra, 2022).

A prática clínica seguiu o modelo dos 3 estágios na clínica ampliada de Bezerra (2022) – Identificar, Escalonar e Responsabilizar –, que tem por base o processo psicoterapêutico de Leo Matos – Clarificar, Desdramatizar e Responsabilizar – e procura agrupar as sete etapas da Abordagem Integrativa Transpessoal (AIT) de Vera Saldanha (2006):

Marlos Bezerra	Leo Matos	Vera Saldanha (AIT)
Identificar	Clarificar	Reconhecer e Identificar
“Perceber e compreender as necessidades e as demandas psíquicas. Experiência do momento atual via razão, emoção, intuição e sensação.”		
Escalonar	Desdramatizar	Desidentificar e Transmutar
“Avançar através de mudança de autoimagem, crenças limitantes e identidade restritiva.”		
Responsabilizar	Responsabilizar	Transformar, Elaborar e Integrar
“Ampliação da consciência gerando reflexão, avaliação, conhecimento contextual. Ressignificação, novo sentido existencial, motivação para um novo ciclo de aprendizado.”		

(BEZERRA, 2022, p. 13)

Este modelo não se pretende rígido e estanque. Procura antes proporcionar a transição pelos estados de consciência, favorecendo a dimensão psico-espiritual, num fluxo de transformação pelos estágios pré-pessoal, pessoal e transpessoal do psiquismo, em direção a uma consciência mais elevada (Saldanha, 2006; Bezerra, 2022). De acordo com Matos apud Bezerra (2022, pp.12-13):

(...) Ocorre uma alquimia de imagens, emoções e memórias dolorosas, antes experienciadas como dolorosas e agora ressignificadas em uma ampliação de sentidos e significados que se tornam positivos. Matos (2011) arremata: *“A pessoa adquire poder para continuar sua viagem pelas profundezas de seu inconsciente, com o objetivo final de integrá-lo ao consciente”*.

Por questões metodológicas, o estudo de caso será apresentado em harmonia com estes estágios, autonomizando-se as três fases, de acordo com o entendimento subjetivo do terapeuta. Contudo, há intercepções e movimentos que se sobrepõem.

Sobre a Teoria de Relacionamento Imago

Na tradição da psicanálise observa-se uma discussão sobre a noção de imagos desde Freud (1912), até seus continuadores como Lacan (1938) e Klein (1921) e mesmo dissidentes como Jung (1912). Importa para este estudo as formulações de Hendrix e Hunt (2018). Para eles há uma forte conexão entre os relacionamentos conjugais e a relação que estabelecemos com os nossos cuidadores primários (além de pai e mãe, qualquer pessoa que tenha assumido essa função). No desenvolvimento da Teoria de Relacionamento Imago, Hendrix e Hunt incorporam a importância do funcionamento do cérebro, correlacionando as ideias psicanalíticas com os estudos de MacLean sobre o cérebro triuno (1970). Expõem que a necessidade inconsciente de preservação do designado “velho cérebro” (formado pela zona reptiliana e sistema límbico), influencia a parte consciente do chamado “novo cérebro” (constituído pelo córtex cerebral), na escolha dos parceiros. De uma forma geral,

os nossos maiores medos relacionam-se com questões de segurança e sobrevivência (Ziemer, 2003). Em situações de ameaça é acionada a região do cérebro reptiliano. Visando a autopreservação, o velho cérebro está sempre em alerta, questionando de forma inconsciente a segurança das interações. As memórias combinadas das pessoas que mais nos marcaram na infância, aglutinam-se na mente inconsciente e criam uma só imagem no cérebro velho, designada de imago (Hendrix, 2018). Serão sobretudo os traços mais negativos que irão sobressair, por serem esses que colocam a autopreservação em risco. Mesmo quem teve o fortúnio de crescer num ambiente seguro e acolhedor, tem cicatrizes invisíveis da infância, dado que desde o momento do nascimento apresentamos um ciclo interminável de necessidades para sobreviver. O velho cérebro não registra dados específicos, mas antes um modelo padrão que contém os traços de personalidade de todos os progenitores primários combinados. Em geral, a maioria das pessoas não tem recordações antes dos 6 ou 7 anos de idade, mesmo que tenham ocorrido acontecimentos traumáticos. Mas as pesquisas dos neurocirurgiões revelam quantidades incríveis de informação oculta no cérebro, em que as impressões mais vividas parecem ser memórias com os nossos cuidadores relativas à nossa primeira infância (Hendrix, 2018).

Na aceção dos autores, a atração romântica por alguém depende, em grande parte, do grau de comparação dessa pessoa com a sua imago. O velho cérebro acredita que finalmente encontrou o candidato ideal para compensar as dificuldades psicológicas e danos emocionais ocorridos na infância (Hendrix, 2018). Nem sempre se encontra um parceiro que corresponda maioritariamente à imago, podendo ter apenas dois ou três traços de personalidade correlacionados. Mas, com maior ou menor correspondência, a razão principal porque escolhemos os parceiros é a semelhança com os cuidadores primários, com vista a colmatar um vazio deixado na infância. O cruzamento com uma pessoa com traços complementares enaltece o amor romântico, sendo inconscientemente uma busca para curar os déficits da infância (Hendrix, 2018).

Para a construção de relacionamentos saudáveis, precisamos construir uma aliança

de trabalho entre o novo e velho cérebros: através das capacidades cognitivas e organizadoras do novo cérebro, ressignificar os instintos do cérebro antigo. Trata-se de trazer as habilidades racionais utilizadas na vida diária – a parte que faz escolhas, exerce a vontade, diferencia o passado do presente e sabe que os parceiros não são os pais – para a relação amorosa.

Como veremos ao longo da apresentação do caso de Ana e Henrique, a infância de ambos deixou marcas profundas nas suas imagos, sugerindo que muitas expectativas ocultas são transferidas para o outro, gerando situações de dependência. Até certo ponto as suas imagos parecem completar-se:

- Ana reproduz de certa forma o modelo de passividade e dependência da mãe. Adquiriu a crença inconsciente de incapacidade e necessidade de proteção familiar e que apenas pode avançar com os seus projetos quando dá provas de ser capaz perante os outros.

- Henrique busca uma companheira que o escute e esteja presente quando regressa do trabalho. O seu grande sonho é ter uma casa e uma família. Apresenta sentimentos de abandono e solidão. Ao longo do seu crescimento foi-se fechando. Manifesta o desejo de se sentir acompanhado na vida cotidiana, sentindo-se rejeitado quando não é atendido.

Histórias de vida

Ana e Henrique (nomes fictícios), na faixa dos 40 anos, conheceram-se no local de trabalho. Apesar de terem frequentado cursos universitários, nenhum concluiu o ensino superior. Vivem juntos há 15 anos e têm 3 filhos, duas filhas de 11 e 5 anos e um filho de 9 anos. Seguem a doutrina espírita. Residem numa casa, ocupando o segundo andar e a mãe de Ana o primeiro andar. O casal tem um passado de relações extraconjugais que gera situações recorrentes de sofrimento, insegurança e desconfiança. A possibilidade de separação surgiu diversas vezes, mas não foi efetiva. Consideram que desde 2020 iniciaram uma nova fase, com vista à reconstituição do casamento.

❖ Sobre Ana:

O casamento dos pais foi conflituoso, tendo-se repercutido no período de gravidez

de Ana, que nasceu com fórceps. É a filha do meio e o elemento feminino de uma fratria de três. Descreve a sua infância como uma criança solitária que gostava de estar no seu mundo, com escassas memórias de carinho e de se sentir amada. Acresce-se uma situação de abuso sexual aos 7 anos, por parte de um adolescente aos cuidados da avó materna (figura segura de referência de Ana), que ficou em segredo. Como a única mulher da fratria, relata ter sempre sentido um tratamento depreciativo, com menos autonomia e reconhecimento por parte dos pais. A dependência na relação com o masculino, tem eco nos relacionamentos amorosos na adolescência e na vida adulta. Apesar de todo o sofrimento e raiva que sente em relação ao pai, Ana alimenta uma visão paterna idealizada. Com a mãe apresenta uma relação fusional, oscilando entre dar-lhe o lugar de principal confidente e sentimentos de raiva e rejeição. Trabalhou na empresa da família até surgir a situação de falência e as dívidas trabalhistas recaíram sobre ela, após o pai ter transferido a empresa para o seu nome, o que a impossibilita de ter um contrato de trabalho e uma situação bancária regularizada. Atualmente é doméstica e desde há um ano e meio que procura iniciar a sua atividade profissional como confeiteira. No decurso desse tempo, descobriu o câncer de tireoide e passou por duas fases de tratamento, estando no momento a regularizar as dosagens de hormônios. Tem a seu cargo a vida familiar, o que muitas vezes a deixa fisicamente exausta. À quase inexistente rede de suporte, junta-se uma rede de sociabilidades frágil. No decurso da terapia, foi-se apercebendo do perfil abusador do marido. Essa tomada de consciência agravou a crise do casal. Tem como sonho abrir a sua própria cafeteria.

❖ Sobre Henrique:

Nasceu de cesárea e pensa que a sua mãe engravidou de uma relação extraconjugual com o pai, quando ainda não havia rompido o relacionamento com o primeiro marido. É o único filho do segundo casamento dos pais e tem 6 irmãos da parte do pai e 2 irmãos da parte da mãe. Cresceu em contato com a família materna e não conhece todos os tios da linha paterna. Os pais separaram-se quando tinha 8 anos e ficou a viver com a mãe e uma irmã (da parte de

mãe), perdendo gradualmente o contato com o pai e irmãos. As suas memórias de infância e adolescência remetem para violência verbal e física paterna, autoritarismo, relações extraconjugais por parte do pai e ausência da mãe devido ao trabalho. A partir dos 15 anos viveu apenas com a mãe, deu alguns problemas na adolescência, sentia-se muito só e sem ser envolvido nas questões familiares. Sente a responsabilidade de ser o único provedor da família e a angústia de não garantir melhores condições financeiras à família, recorrendo à mãe para suporte financeiro. Aos 20 anos teve uma filha (atualmente com 21 anos) que mora noutra cidade. Ao longo do crescimento da filha foi-se afastando, não tendo dado continuidade às visitas quinzenais e culpa-se por essa situação. Refere não saber o que é ter uma família unida e o seu maior desejo é conseguir proporcionar isso à sua família atual. O seu sonho é ser médico.

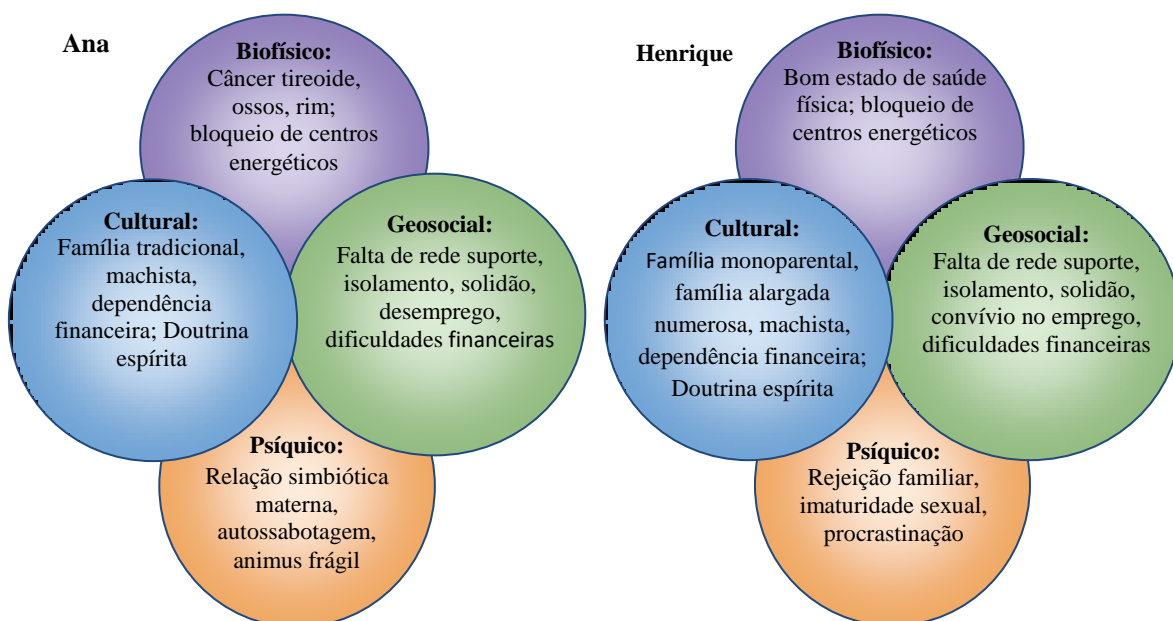
Inspirado em Ken Wilber, Bezerra (2022) propõe o modelo da Mandala Integral Dinâmica (MID) para sistematizar os diversos planos da vida, que seguidamente se apresentam para retratar a história clínica de Ana e Henrique.

Processo Terapêutico

Seguiu-se a linha de uma anamnese

dinâmica que foi sendo aprofundada no trabalho terapêutico (Bezerra, 2022): em lugar de um guia rígido de perguntas, baseou-se em algumas questões norteadoras que permitiram apurar a gravidez/parto, infância, dinâmicas do núcleo familiar, situação de saúde, crenças limitantes/positivas, expectativas em relação ao casamento e à terapia.

A proposta clínica que se desenvolveu, privilegiou a contextualização da intervenção terapêutica no quadro de uma cartografia dinâmica, facilitadora da identificação subjetiva de diferentes níveis de consciência. Os níveis são entendidos como estruturas do psiquismo organizadoras da forma como fazemos a leitura e agimos na relação com os contextos em que estamos inseridos (Bezerra, 2020). Tendo por base a cartografia dos Ninhos de Consciência de Bezerra (2022), tanto Ana, como Henrique, apresentam características do nível de consciência egóico: a sua relação com os outros e os contextos, tende a ocorrer a partir de uma leitura de si mesmos e das suas próprias necessidades (egocentrada). O nível existencial (sociocentrado) já privilegia as relações e os laços de grupo, saindo mais do foco pessoal e o nível transpessoal (ecocentrado) pressupõe uma capacidade de experienciar o mundo a partir de uma visão de alteridade e equanimidade.



I. Identificar

A primeira consulta individual com cada um dos cônjuges conciliou a prática da intervenção verbal, de colocação de perguntas abertas, escuta e acolhimento, para elaboração da anamnese dinâmica com alguns recursos adjuntos ou complementares (Saldanha, 2006): breve exercício de respiração e relaxamento, aromaterapia e elaboração da técnica projetiva da mandala terapêutica. Ana apresentou dificuldades respiratórias que podem estar relacionadas com o câncer de tireoide, a comunicação presa e castrada ao longo da vida, associada a bloqueios nos centros energéticos laríngeo, plexo solar e raiz. Foram sugeridas as práticas de respiração diária entre 3 a 5 minutos e a realização de pelo menos uma meditação guiada durante a semana. Tendo presente a importância de fomentar a prática cotidiana de momentos de relaxamento e respiração para nivelamento da ansiedade dos cônjuges, as restantes sessões individuais e de casal foram iniciadas com estas práticas, o estímulo de óleos essenciais e a técnica de ancoragem da bolha de proteção, introduzidas na primeira consulta de casal.

A técnica projetiva da mandala possibilitou reforçar aspectos recolhidos na anamnese e perspectivar outros ângulos que se revelaram valiosos para a condução da prática clínica (Diogenes, 2021; Kellogg, 1992): no caso de Ana, questões de matriz perinatal (cartografia de Grof, 1994, 2007), autoimagem, tendência à autossabotagem e vitimização, bloqueio do crescimento profissional, necessidade de se sentir pertencente ao meio social; em relação a Henrique, aspetos de matriz perinatal (Grof, 1994, 2007), autoimagem, rejeição materna, esgotamento emocional e falta de energia vital. A elaboração sequencial de várias mandalas ao longo da terapia permite um olhar sobre a evolução do processo terapêutico. Devido à curta duração da terapia, apenas foi aplicada a mandala no momento inicial.

Na sessão individual, ambos os cônjuges manifestaram preocupações com a organização financeira e da vida doméstica familiar. Ana por não estar a par do orçamento familiar disponível e se sentir muito sobrecarregada com as tarefas diárias da casa e filhos; Henrique por se sentir culpado pela desorganização financeira, ter pouca disponibilidade para ajudar Ana e apoiar os filhos. A questão comunicacional

surgiu, igualmente, como uma dificuldade: o estresse de Ana afasta Henrique e conseqüentemente Henrique fecha-se. Henrique sente que Ana sofre por antecipação e tenta confortá-la, o que deixa Ana ainda mais irritada.

Deste modo, após a prática de ancoragem, a primeira consulta de casal direcionou-se para momentos de organização, cognição corporal e percepção do outro (além de si mesmo). Seguiu-se uma prática de imaginação ativa para estimular a percepção interna do próprio corpo. Com o intuito de potenciar a ampliação da percepção da realidade e atuar no quadro da fragmentação do ego, o exercício teve como pano de fundo os eixos experiencial e evolutivo, propostos por Vera Saldanha (2006). Numa primeira abordagem privilegiou-se o eixo horizontal com a articulação das quatro funções psíquicas de base junguiana, através das quais os sujeitos se relacionam com o mundo interior e exterior, que Saldanha denomina de REIS: Razão-Emoção-Intuição-Sensação (Saldanha, 2006). De acordo com a AIT, é a partir da experiência da integração destas funções que se possibilita uma ampliação da percepção da realidade e se ativa naturalmente o Eixo Evolutivo, por meio do qual se alarga o campo da consciência, permitindo a emanação de dimensões mais saudáveis e transpessoais inerentes ao próprio ser, valores mais positivos e construtivos para o seu desenvolvimento humano (Saldanha, 2006).

Tendo presente o estado de fragmentação de cada um dos elementos do casal, procurou-se proceder à integração das 4 funções. Partindo-se da razão (R), foi-se explorando a sensibilização corporal (S), a intuição (I), a identificação de emoções (E) e o estímulo à imaginação (I), procurando-se reorganizar as emoções (E) e sensações (S), por meio da integração com a intuição (I) e, por fim, a razão (R), no sentido da tomada de consciência da experiência vivida e da sua correlação com a situação conjugal. Sobressaiu a mente como zona de dor e o coração com a dualidade dor-paz (I). Partindo da consciência de como o outro se sente (R, E) nas suas manifestações de dor e paz (S), fez-se o gancho com o trabalho das projeções (I).

Goodman, Hefferline e Perls, (1997), da Gestalt Terapia, adiantam que a maior parte

do tempo estamos presos às imagens criadas entre o eu e o outro, não enxergando o outro como ele é, mas antes as fantasias que fomos criando. A proposta visou olhar o outro além das defesas de si mesmo (Hendrix, 2018), não em função das expectativas pessoais, mas procurando ver o outro como realmente é, e quais as suas necessidades na relação conjugal. A consulta foi encerrada com um *Role Playing* que teve como intenção desdramatizar o conflito e sofrimento (Matos, 2022), remover a negatividade e promover a segurança e o respeito mútuo (Hendrix, 2018). O casal tinha identificado durante a consulta situações indesejadas no reencontro no final do dia. Em lugar de se apoiarem e acarinharem, com o estresse e cansaço do dia, acabam por se fechar, evitar um ao outro, ou discutir. Foram convidados a simular a chegada a casa de Henrique, replicando uma situação em que Ana está atarefada e irritada com as tarefas domésticas (situação recorrente): disseram as falas (R), identificando as necessidades de ambos (E) e abraçaram-se (S), em consonância com os seus ensejos (E, I). Na perspectiva de Matos (2022), a desdramatização possibilita, através do melodrama, o distanciamento das fantasias e projeções, assumindo a responsabilidade pelas próprias emoções e ações.

Os atendimentos individuais tiveram em atenção a estruturação egóica, versando sobre a identidade e autoimagem, rejeição dos pais e o espelhamento destas questões na relação conjugal. Bertolucci (1991) adianta que apenas a Consciência Última da Existência, que encontra correspondência com o conceito de Unidade (Saldanha, 2006), pode ser idêntica a si mesma, sendo ao nível de consciência que surgem os vários “eus”, sujeitos e identidades possíveis. Por isso, só através dos movimentos de consciência é possível ao sujeito dar os saltos para ultrapassar o congelamento e a prisão à identificação das formas, máscaras e subprodutos do ego.

Quanto mais restrita for a noção de identidade, maior será a concentração de experiências de dependência psicológica. Ou seja, será maior (Bertolucci, 1991): a ilusão de permanência nas situações em que se encontra aprisionado com medo da perda, o apego aos desejos pessoais, a resistência à mudança, o sentimento de incompletude e carência e a rigidez da autoimagem. A incompletude da identidade leva a tentativas

de compensação através do estabelecimento de vínculos simbióticos, que podem ser estabelecidos inconscientemente, para resgatar no outro o que não se tem. Segundo Bertolucci:

A verdadeira cura para a falta e a incompletude que sentimos nos níveis restritos de identidade só é possível quando o indivíduo “percebe-intui-sente-pensa-cria” sua própria identidade a partir da experiência de unidade Eu-Cosmos, Eu-Outro através da Consciência Última (Bertolucci, 1991, p. 31).

O trabalho apenas ao nível biográfico pode ser redutor, dado que as relações simbióticas se organizam ao nível da fragmentação do ego (Bertolucci, 1991, Saldanha, 2006). Neste sentido, ao possibilitar o contato com níveis não comuns de consciência que vão além do estado de vigília e permitem a transcendência do ego, a psicologia transpessoal possibilita a resignificação e transformação das estruturas egóicas e a integração (Saldanha, 2006) de novas percepções da identidade mais ampla (Bertolucci, 1991).

Com Ana foi utilizada a imaginação ativa, tendo acessado a memórias da infância de uma criança ferida de uns 6 a 7 anos, sem face bem definida, só, quieta e imaginativa. Criou o seu jardim interior, entrou em contato com a sua árvore sábia e relembrou como era viver no mundo só seu. Este exercício de imaginação ativa permitiu atuar em várias dimensões, percorrendo – ancoragem, apadrinhamento, linguagem simbólica, contato com as representações do subconsciente num estado ampliado de consciência – e percorrer as 7 etapas da AIT para ampliação da sua percepção para o eixo evolutivo e abrir novas possibilidades de reestruturação (Saldanha, 2006). Entrou em contato com a rejeição que sentiu de seus pais e irmãos, com a falta de reconhecimento das suas capacidades e seus talentos (reconhecimento e identificação). Foi conduzida a olhar para essa criança (desidentificação), assumindo a adulta que é hoje (transmutação e transformação), que pode compreender as feridas da sua criança interior (elaboração), acolhê-la e protegê-la (integração).

No livro “O Desenvolvimento da Personalidade” (1981), Jung introduz o

arquétipo de criança interior e importância do "processo da individuação" ter em consideração a fase da infância, dado que o "eu" se forma e se fortalece na infância e na adolescência (nos primeiros anos de vida os fragmentos de consciência estão mesclados com a psique materna). Nas suas palavras:

Em todo adulto espreita uma criança – uma criança eterna, algo que está sempre vindo a ser, que nunca está completo, e que solicita cuidado, atenção e educação incessantes. Essa é a parte da personalidade humana que quer desenvolver-se e tornar-se completa. (Jung, 1981, p. 175).

A criança interior é produto do inconsciente em que estão armazenadas as memórias e emoções reprimidas da infância, os medos, as necessidades não satisfeitas, que trazem a sensação de incompletude e fragmentação. As feridas mantêm-se abertas nas sombras, essas zonas recalçadas com as quais se gera uma identificação associada à autoimagem construída. Essa identificação, gera máscaras, associadas a padrões de comportamento não conscientes, que se vão repetindo sem controle (Krishnananda, 2003).

Observa-se que Ana repete comportamentos defensivos e autossabotadores: apesar das tentativas de reorganização das tarefas familiares, não conseguiu começar a confeccionar os bolos para vender, tendo o seu cansaço e dores no corpo sido intensificados (clavícula, dores corporais, joelho, pé). Atendendo a que Ana ainda estava presa a uma percepção projetiva de vitimização e isolamento, negando as suas competências com medo de falhar e ser julgada, foi dinamizada a Técnica de Hot Seat da Gestalt Terapia, em conjugação com o Exercício do Ser Ideal. Estas técnicas possibilitaram sair da consciência ordinária e expandir a percepção sobre si mesma. Desenvolveram-se através de um diálogo entre a Ana e a sua outra parte, com trocas de lugares e papéis entre a Ana atual e a Ana ideal.

Em linguagem junguiana (1980, 1981), visou-se a identificação das máscaras e sombras e o potencial fechamento das situações antigas e inacabadas (gestalts abertas), a par do autossuporte (caminhar por si mesma), do reforço das responsabilidades, das forças internas e de uma nova forma de

enxergar a relação com o corpo. Ana teve a percepção que se dividia em pedaços e deixava cada pedaço ficar com quem desejava que a amasse. Diluía-se para viver a vida dos outros, perdendo a sua energia vital, e vivendo os sonhos dos outros em vez dos seus. Verbalizou: “Não conseguia olhar a minha vida ao redor de tão fechada que estava”. Observou em relação aos problemas na sua estrutura óssea: “carreguei peso toda a vida”. E questionou-se “Agora como irei funcionar, além da minha história de vida?” Ao dialogar com o seu ser ideal, reconheceu a sua criatividade, a vontade de ter uma profissão, de ser independente, de ser uma mulher de sucesso e seguir o sonho de ter a sua cafetaria.

A abordagem com Henrique usou: i) o recurso da técnica da Testemunha Transpessoal, que permite o contato com a metacomunicação e a ampliação da consciência do “Eu” na relação com os outros, o ambiente e o mundo; ii) um exercício de imaginação ativa para exploração das sensações e emoções do corpo, em especial na zona cardíaca.

Henrique foi convidado a sair de si mesmo e a observar-se de fora em dois contextos distintos: em situações de grande estresse, quando os clientes estão insatisfeitos e ele não consegue resolver por depender de outras equipas da empresa; e com Ana. Identificou as inseguranças e ansiedades que se geram dentro dele no seu enorme esforço para controlar as emoções e os pensamentos. Reconheceu as alterações de humor, e que antes de externar o que está sentindo, pensa e retém para si. Voltou um pouco no tempo e observou que, quando era mais novo, era mais expansivo e espontâneo. Com Ana, vê-se controlando a fala para não gerar conflitos e, por outro lado, a exercer formas de controle compensatórias em que coloca Ana a depender dele para ter dinheiro para as despesas, para esperar pela resolução dos problemas da casa e dos filhos. Reconhece que tem o domínio financeiro e que de alguma forma tem adiado a reforma do ateliê para evitar que Ana seja independentemente financeiramente. Ainda sente muito sutilmente o medo da dissolução do casamento. Procrastina a partilha da planilha financeira porque quer fugir do sentimento de ser considerado incompetente. Foi criado pela mãe, tudo estava concentrado nela, ela fazia tudo sozinha: “Me espelhei nela, cometendo os mesmos erros de não

partilhar com os outros, de evitar o confronto e isso prejudicou toda a minha estrutura familiar.” Apercebeu-se de como a sua forma de agir impacta diariamente a sua vida, levando-o a um maior fechamento, a sentimentos de opressão e ansiedade e a um afastamento da esposa.

No exercício de imaginação ativa, visualizou um coração vazio. Ao olhar o seu coração por dentro, deu-se conta que queria ter sido amado pelo pai e pela mãe e que teve de dividir o amor dos pais com os irmãos. O buraco que mora no seu coração é devido à necessidade de querer ser amado. As suas alterações de humor ligam-se à decepção que gera raiva “não acho justo, queria ter mais carinho.” O forte desejo sexual por Ana, é uma forma de procurar satisfazer a falta de carinho que sente. Esse impulso sexual está relacionado com essa sensação de querer ser amado, de ter prazer imediato, de colmatar de forma intensa e mais rápida esse desejo. Dantes não entendia a razão de Ana não gostar das relações sexuais, atendendo ao prazer de sentir a sensação do outro. Agora entende o domínio que exerceu sobre a esposa e de como ela se sentia obrigada a satisfazê-lo perante a sua insistência – “Era a minha válvula de escape, a forma de controlar e preencher a necessidade de ser amado.” Fazia amor com Ana concentrado mais nos seus desejos. Atualmente é diferente, consegue esperar mais, sentir mais o que ela deseja, fazem amor juntos, como parceiros. Ainda lhe custa quando Ana não quer, foi difícil no período de controle hormonal devido ao câncer de tireoide. Tem procurado conversar mais sobre os seus sentimentos com Ana. Expressa o desejo de ser mais aberto e estar mais presente na vida familiar, para construir uma relação mais sólida e de parceria com Ana e uma parentalidade mais saudável. A atividade física ajuda-o a controlar a raiva e ansiedade, por isso definiu-se passar a correr duas a três vezes por semana na praia.

II. Escalonar

Os conteúdos das sessões individuais foram indicativos da importância de desenvolver um trabalho sistêmico com o casal, que permitisse um entendimento sobre como a herança da história dos seus pais interfere na vida conjugal. Como vimos anteriormente, a Teoria Imago (Hendrix,

2018) sustenta que procuramos parceiros que evidenciam semelhanças de comportamento dos nossos cuidadores. No mesmo sentido, a abordagem da criança interior demonstra que atraímos pessoas e situações que reforçam a maneira como nos vemos (Krishnananda, 2003).

No exercício sistêmico, Ana observou como o pai é ignorante e conduziu a família para um abismo. Dizia que estava sempre tudo bem e que haveria dinheiro para o que era preciso e depois na hora não podiam comprar o que precisavam. Henrique faz exatamente o mesmo, dizendo que não há nenhum problema e que terão dinheiro no mês que vem, mas frequentemente tem de deixar uma parte das compras no supermercado. Sente muita raiva de ambos, entende que compara Henrique com o pai e transfere a raiva que tem do pai para ele. Continuando a olhar o pai, deu-se conta de quanto deseja o seu amor, que ele a admire e verbalize que está orgulhoso dela, algo que nunca aconteceu. Constatou que sempre idolatrou o pai na esperança de ser amada. Quando questionada se permite que Henrique fale algo sobre o pai ou a mãe, percebe que “não suporta que falem mal deles.” Aprofundando esse sentir, notou que o reconhecimento de que os pais não eram “perfeitos” é como se não a amassem. “Sentir a imperfeição deles faz-me sentir abandonada”. Questiona o seu mérito e a importância que tem para os seus pais, acha que todos lhe mentiram ao longo da vida, até a avó que tanto amava e guardou segredo do abuso sexual. No exercício, não conseguiu falar para a mãe, nem outro familiar que presta e é capaz. A garganta ficou presa e doeu muito. Falou, então, para Henrique que era capaz, que prestava e que não era mais uma mulher vítima, nem quer repetir a história de vitimização da mãe. Discerniu que transfere para o Henrique a necessidade de ser reconhecida e amada.

Henrique ao olhar e sentir a mãe entendeu, que apesar da mãe ser carinhosa e o abraçar, estava muito ausente devido à atividade profissional. Sentiu-se muito só. Projeta em Ana a falta de carinho, deseja que Ana seja mais carinhosa e atenciosa quando ele está em casa. A mãe era muito reservada, não partilhava as preocupações ou dificuldades. Do mesmo modo, ele também não partilha as dificuldades financeiras com Ana, nem muitas vezes as preocupações com o trabalho ou pessoais.

Para compensar a família, a mãe comprava presentes para colmatar a sua ausência e procurar mostrar o seu afeto. Ele age exatamente da mesma forma, gastando o dinheiro para satisfazer as vontades dos filhos e ficando sem dinheiro para as despesas essenciais da casa, como comida, materiais para conserto da casa, mensalidades da escola, etc. Repete “o sacrifício da minha mãe de dar para agradar, de buscar o amor dos outros através do dar material.” De forma geral, sempre gastou o dinheiro sem fazer planos, quando tem gasta, o que levou ao descontrole financeiro que vivem atualmente. Culpa-se por colocar Ana e os filhos nessa situação e tem medo de falhar com eles. Tem vergonha dos empréstimos e medo do julgamento e de Ana perceber que ele falhou ou não é capaz. Henrique sentiu muito o abandono do pai, quando este saiu de casa. De certa forma está a fazer o mesmo com os seus filhos: deixa-se submergir no trabalho, tal como a mãe; fica ausente e chega a ser agressivo com os filhos quando perde a paciência, tal como o pai. Tem uma filha de uma relação anterior que mal vê. Quase não sabe nada da vida dessa filha e foi Ana que procurou aproximá-los quando a filha era mais nova. Com o tempo, tem estado mais distante. Em relação aos seus outros 3 filhos, notou que está ausente com as viagens de trabalho e que com a desorganização do fim de semana acaba por não lhes dedicar tempo de brincadeira e lazer. Reparou, também, que durante a sua infância e adolescência ocupou o lugar do pai, procurando dar à mãe o amor que o pai não teve por ela. Esperou pelo pai durante muito tempo e, esse vazio que ele e a mãe sentiram, acentua a sua necessidade de atenção por parte de Ana, procurando que Ana preencha esse mesmo vazio. Verbaliza que “ainda espero pelo meu pai e não quero repetir os erros dele” e devido à “falta de ter tido uma família unida, procuro agora uma família perfeita e tenho medo de falhar”. Nesse momento fez uma conexão com as relações extraconjugais, que considera não terem sido por estar apaixonado, mas por procurar sentir-se desejado e buscar preencher esse vazio; e com a procrastinação que relaciona com “o medo que tem de não dar certo”, preferindo adiar a ter que enfrentar Ana e os outros.

A maioria dos casamentos balança entre a energia do amor e do ódio, porque escolhe-se compartilhar a intimidade com pessoas

que, inconscientemente, relembram as críticas, julgamentos, abusos ou isolamentos submetidos, em nome do amor do pai ou da mãe (Hendrix, 2018). A contribuição para o processo de transformação, gerado por este exercício, reside na diluição dos limites entre cada parceiro e os seus pais. Ambos se escutam sobre as dores do passado, gerada pela relação com os seus pais, levando a uma conexão mais íntima com o cônjuge e menos angustiada com o passado e as memórias recalçadas da criança ferida. Como o “cérebro velho” tende a confundir os limites entre as pessoas e não se fixa nos atores, mas antes nos traumas que ficaram registrados, a criação dessa conexão mais segura com o parceiro ajuda a transmutar e integrar a conexão rompida com os cuidadores (Hendrix, 2018).

Os sistemas familiares de Ana e Henrique revelam a ausência de uma estrutura familiar sadia, com implicações ao nível da sua identidade e desenvolvimento da personalidade. Nas suas obras, Grof (1994, 2007) demonstra que o desenvolvimento da personalidade tem início antes da concepção, é fortemente influenciado pelo período gestacional e tipo de parto. A vida após o nascimento irá intensificar ou amenizar os traumas associados à gravidez e nascimento.

A quantidade de estresse emocional e físico envolvida no nascimento sobrepuja claramente qualquer trauma pós-natal, da primeira infância e infância (...) Várias formas de psicoterapia experimental têm compilado evidências convincentes de que o parto biológico é o trauma mais profundo de nossas vidas, e um acontecimento de suprema importância psicoespiritual. Ele fica gravado em nossa memória em seus mínimos detalhes, até o nível celular, e tem efeito profundo sobre nosso desenvolvimento psicológico (Grof, 2007, p. 45).

A sua cartografia das constelações dinâmicas do inconsciente profundo, designadas por Matrizes Perinatais Básicas (MPB), acompanha as 4 fases do parto biológico e permite avançar entendimentos biológicos, psicológicos, arquetípicos e espirituais. Ou seja, as memórias perinatais não se confinam à experiência do parto e podem reenviar para a identificação com outras formas de vida, processos universais

e o que Jung designou como inconsciente coletivo:

(...) podemos identificar-nos com os mesmos eventos experienciados por pessoas de outras épocas e culturas ou, mesmo, identificar-nos com os processos de nascimento experienciados por animais ou figuras mitológicas. Podemos também sentir profunda ligação com pessoas que tenham sido maltratadas, torturadas ou vitimizadas de algum outro modo. É como se nossa própria conexão com a universal experiência do feto lutando para nascer nos proporcionasse uma ligação nítida e quase mística com todos os seres que, agora ou sempre, passam ou passaram por condições semelhantes (Grof, 1994, p 47).

Cada matriz perinatal tem, assim, associada simbolismos, emoções e sensações físicas, representando padrões psíquicos que influenciam as experiências de vida e ficam armazenados na psique. Contudo, essas memórias mais ou menos reprimidas, não constituem apenas elementos isolados. Agrupam-se e formam constelações complexas que Grof (1994, 2007) intitulou de sistemas COEX (Sistemas de Experiência Condensada), que interagem ao nível interno e externo por meio de padrões repetitivos. Trata-se de material de fases diferentes da vida, sob a égide de um tema central, que assume suficiente relevância emocional. Ou seja, a inclusão de uma memória na COEX, deriva da intensidade da experiência e relevância emocional. Apesar da maior diversidade de COEX traumáticas, também existem constelações de experiências positivas (paz, contentamento, êxtase).

Nas experiências até então relatadas sobre Ana e Henrique, apercebemo-nos de determinadas COEX: o abandono do pai e a rejeição que Henrique sente em relação à mãe, reflete-se no seu fechamento, carência e impulso sexual que expressa em relação a Ana; a rejeição por parte do pai e da mãe sentidos por Ana, direcionou-a para relacionamentos abusivos (com parceiros e amigos), postura de vitimização e falta de confiança em Henrique, reforçando a fragilidade do seu animus (expressão junguiana para a representação da força masculina na natureza individual feminina).

Estes aspetos sobressaem nas experiências de indução às matrizes perinatais vivenciadas por Ana e Henrique. Levada ao refúgio numa caverna após uma chuva torrencial, Ana deixou-se sucumbir pela exaustão no chão da caverna, perdeu as forças e não quis continuar. Entre a opção de ali ficar e morrer, optou por reunir todas as forças, rastejar e continuar até à luz que observava no fundo da caverna. Sentiu-se no ventre materno e identificou os sentimentos que vinham da mãe: carência de amor em relação ao pai, um certo desagrado sexual e medo. O acolhimento que recebeu após a saída, levou-a ao choro, verbalizando a “falta de colo” na sua infância. Durante o processo, fez COEX com a solidão na infância, com a admiração que queria do pai, com o amor e cuidado que desejava da mãe, com as inseguranças da mãe face ao masculino e os seus próprios relacionamentos amorosos abusivos (namorados e Henrique), a dificuldade que ainda tem de confiar nas justificações do marido e de relaxar face às carícias inesperadas. No seguimento desta sessão, Ana fez dois bolos para vender, mas na semana seguinte parou novamente, teve episódios de crise emocional com ansiedade e descrédito de si, repetindo o fluxo de autocomiseração e autopiedade. Recorrendo a Bertolucci, a perda de máscaras é:

vislumbrar a fragilidade real dos valores com os quais está construindo sua vida, pode deprimir e entrar em “crise existencial”, decorrente do próprio vazio existencial na qual está inserida, crise esta em que as perguntas “Quem sou eu?”, “O que faço?”, “Qual o sentido da vida?” são bastante comuns (Bertolucci, 1991, p. 57).

No seu exercício, Henrique sentiu a dualidade do medo e do amor da mãe. Ao devolver a culpa à mãe, deixou de sentir o peso na zona do plexo solar e teve uma sensação de bem-estar no útero materno. Não queria nascer por ter medo de ser rejeitado. Quando estava a sentir o medo de nascer e a querer pedir ajuda, sentiu que foi retirado sem ter tido oportunidade de lutar (nasceu de cesárea). Na continuidade do exercício foi pressionado a lutar para nascer, hesitou um pouco, mas optou por lutar e nascer por si. Ao resignificar a experiência, entendeu que a sua procrastinação é devido

à espera de que venham buscá-lo, ficando dependente de alguém o retirar. Não teve que enfrentar o medo para nascer, nem ganhar coragem para agir, e tem replicado isso ao longo da sua vida. Observou que evita enfrentar os outros com medo de ficar só, que prefere não falar para Ana o que sente para que continue a amá-lo e não o abandone. Consciencializou-se da dependência que gerou em Ana ao não partilhar a conta bancária e a situação financeira da família. Repetiu diversas vezes que quer “tomar as rédeas da vida”, “que precisa ter atitude”, para que a admiração de Ana por ele não desapareça. Precisa começar a fazer as coisas só, sem precisar de depender financeiramente da mãe (ainda recorre ao crédito bancário da mãe), ou ficar à espera de “ser empurrado e direcionado” por Ana para resolver os assuntos da família. Fez COEX com a rejeição da mãe, a violência do pai e a negligência dos irmãos, com a sua solidão, a necessidade de ter uma parceira (teve sempre relacionamentos amorosos na adolescência).

Na medida em que Ana perpetuou o ciclo de vitimização e autossabotagem, o trabalho individual seguinte privilegiou as Jornadas da Fantasia para reviver situações sem saída de morte e renascimento. Como Bertolucci, Matos, Grof e Saldanha demonstram nas suas pesquisas, a expansão de consciência permite a passagem do nível racional-egóico para outros níveis de estruturação e transformação da psique. A morte ou transcendência do ego, possibilita caminhar por fases de desenvolvimento da consciência em que “predominam as relações das experiências entre si, mais do que o significado de cada experiência isoladamente” (Bertolucci, 1991, p. 55). Na autopiedade, Ana não está satisfeita com a sua autoimagem e tende a acionar mecanismos cognitivo-emocionais que alimentam, simultaneamente, um círculo vicioso de rejeição e aceitação. O seu nível vibracional poderá atrair energias mais densas e metacomunicar essa informação ao seu redor, perpetuando esse ciclo autodestrutivo (Matos, 2022).

No seu lugar seguro, entrou dentro do tronco da árvore onde ficou presa. Face ao desafio de sair, sentiu o lugar estreito e fez o paralelismo com a gruta da experiência perinatal. Afirmou visualizar uma brecha no tronco e saiu para o jardim. Interpelada sobre o que faria se não visualizasse a brecha,

disse que “cavaria no tronco para sair, me desfiz das amarras”. Sobre o seu início profissional, referiu que vai ter o ateliê e que “Não escuto mais o medo. Desta vez ninguém me puxou” (alusão aos fórceps do seu parto). Quem você quer ser ao fazer os seus bolos? “Ao fazer os meus bolos quero dar um pouquinho de amor aos outros. Sei que tenho talento, que posso. Me leva às memórias da minha avó (figura de apadrinhamento), como era bom vê-la cozinhar, sentir os cheiros na cozinha (acesso abstrato ou estético). Escolheu um lugar especial no jardim e chamou pela sua criança divina (arquétipo de sabedoria interna) que lhe disse: “Não tenho de encontrar o que desejo fora, nos outros, mas dentro de mim”. Questionada sobre o que lhe falta para encontrar isso dentro dela, respondeu “como se eu quisesse que os outros recebessem antes de mim, como se eu fosse a última a receber (autocomiseração).

Para abordar a autocomiseração, Ana foi convidada a imaginar que Henrique tinha morrido e que ela ficava sozinha a cuidar da família. Mencionou que pensava nisso várias vezes. Ao longo do exercício, apercebeu-se da sua dependência e das justificações que alimenta há tanto tempo. Face às questões “Que parte sua está deixando para Henrique tomar as decisões por você? O que está esperando que ele faça em seu lugar?”, constatou que não teve atitudes responsáveis, que se culpa por se ter deixado enganar pelo pai e sente raiva pelo pai, por ela e por Henrique que “tem a independência dele e nem sabe administrar”. Na liberação da raiva, foi abordado o autoperdão pelas escolhas do passado. Incidiu-se ainda no trabalho das crenças de que a sua independência pode destruir o seu casamento e de que precisa se doar para ser amada. Ana verbalizou que quer se libertar, que não quer se dividir, nem continuar a cuidar dos outros. Quer cuidar de si mesma, quer juntar as suas partes e ficar inteira, uma consigo. Sabe que tem força, que é criativa, que é capaz de ser uma boa confeiteira. Que só ela pode fazer por ela.

Na sequência destes atendimentos, Ana está a assegurar a produção de dois bolos por semana, sempre que tem encomendas. Conversou com os filhos, explicando a importância de não entrarem na cozinha quando está a confeccionar os bolos para venda. Os filhos aceitaram o convite de

desenharem e colocarem na porta da cozinha uma placa para indicar quando está a trabalhar. Estão a respeitar o acordo.

III. Responsabilizar

Na última consulta com o casal, foi feito um fechamento evidenciando as situações de dependência que ambos retroalimentam e aferido o que foi mais importante ao longo das sessões. Ana reconheceu a situação de dependência em que se coloca face a Henrique, escondendo-se por trás das tarefas familiares, da falta de suporte e das fragilidades de saúde. Henrique identificou a sua carência afetiva e sexual, o seu fechamento emocional que gera insistência por parte da esposa e a sua insegurança face ao medo dela o abandonar, que tem reflexo na necessidade de reviver as situações passadas da relação extraconjugal. Ana mencionou que Henrique está a falar mais dos seus sentimentos e de uma forma mais autêntica, sem ser apenas para lhe agradar. Henrique indica que está mais atento ao que é necessário fazer em casa (consertou a porta por sua iniciativa). Ambos têm interagido de forma mais positiva com os filhos e têm falado bastante sobre os seus desejos e sonhos conjuntos e para o agregado familiar. Reconhecem o seu isolamento social e dos filhos (os amigos não frequentam a sua casa) e a necessidade de criar uma rede social de suporte. Agilizaram a regularização dos documentos da propriedade da casa junto do cartório. Querem vender a casa e passar a viver apenas com os filhos, independentes da mãe de Ana. A mãe de Ana não está a aceitar a situação, mas Ana refere que não vai ficar presa à mãe e que irá avançar com esse sonho.

Observamos, no contexto da cartografia dos Ninhos de Consciência (Bezerra, 2022), que as fragilidades das trajetórias de vida de Ana e Henrique apresentam, individualmente, características de nível de consciência egóica/egocentrada. No decurso da terapia, a conciliação do trabalho individual e conjugal, foi possibilitando um movimento que, se assim continuar, pode antever a transição para um nível existencial/sociocentrado do sistema familiar (tem como referência os laços relacionais constituídos). Este movimento pode ser traduzido no maior diálogo entre o casal, nos sonhos que estão a delinear em conjunto, na conscien-

cialização de alargarem a rede de sociabilidades, na comunicação mais saudável entre si e os filhos, no maior envolvimento e tempo de qualidade no seio do agregado familiar. Este movimento sistêmico, encontra repercussões na configuração individual de cada um dos cônjuges, desafiando Ana e Henrique no âmbito da sua própria mudança gradual para um possível nível existencial: por exemplo, nas ações mais proativas de Henrique no ambiente doméstico e gestão financeira, no início da atividade profissional de Ana e enfrentamento da sua mãe para a venda da casa.

Como mais relevante da terapia, indicaram o suporte na organização familiar, a abertura a uma forma diferente de comunicar as emoções, a tomada de consciência que espelham no outro as feridas e necessidades sentidas face aos pais e que repetem padrões dos seus ascendentes, replicando nos seus filhos.

Considerações finais

Ao nível da sua estruturação egóica, tanto Ana como Henrique, expressam um vazio existencial (Bertolucci, 1991), com correspondência nas polaridades luta-conflito, dor-apego, passado-futuro, isolamento social-convívio e, no caso de Ana, de vida-morte. A terapia procurou fazer face à relação simbiótica que alimentam através das suas fragilidades ao nível da estruturação do ego.

Maslow (1968) considerou os valores do Ser (values of Being, ou B-values) no topo da hierarquia das necessidades humanas. Estes valores revelam-se essenciais na atribuição de um sentido para a vida e para a relação saudável do indivíduo com a sociedade, a natureza e o cosmos. Sem essa dimensão, o sujeito torna-se doente, violento, nihilista, ou sem esperança e apático (Maslow, 1968). As abordagens orientais mencionam como o centro energético cardíaco desempenha um papel fundamental na catalisação e transmutação das frequências. Vibramos na frequência das nossas palavras, pensamentos e, conseqüentemente, comportamentos. Essa energia gera e inclui-nos nos campos morfogenéticos, avançados por Rupert Sheldrake (1981), que atraem situações pela sua similitude vibracional.

Nos casos de Ana e Henrique, verifica-se a tendência para predominarem as emoções mais densas – vergonha, culpa, apatia, medo

–, que condicionam a saúde, o bem-estar da relação conjugal e o crescimento espiritual. Atendendo ao desejo de continuidade do processo terapêutico, pretende-se atuar na mudança para estados vibracionais de coragem e aceitação e, se possível, rumar para o amor, a alegria e a paz. Ana parece por vezes ter hesitações no seu desejo de manter a relação conjugal, mas refere estar comprometida na mudança para um relacionamento mais saudável. Afigura-se importante trabalhar o que o casal sente falta e deseja do casamento e fortalecer uma relação de aliança, em lugar de simbiótica. Hendrix (2018) menciona que no processo de cura das feridas do passado, é preciso receber amor de uma pessoa com quem a mente inconsciente (velho cérebro) se fundiu, pensando ser os pais/cuidadores de infância. A intervenção com Ana e Henrique visa o processo de transmutação simbiótica e restabelecer conexões saudáveis entre o velho cérebro e o cérebro consciente. Sob a influência do velho cérebro, Ana ou Henrique veem o outro como inimigo ou adversário em potencial, alimentando uma ótica de escassez, num mundo onde a busca por segurança e sobrevivência imperam (Ziemer, 2000). O trabalho terapêutico visa promover essa mudança de consciência de inimigo para aliado, avançando na edificação de uma parceria consciente, reconhecida pelo velho cérebro: um relacionamento construído conscientemente que potencie a cooperação com os impulsos fundamentais da mente inconsciente – estar seguro, curado, protegido (Hendrix, 2018).

A contextualização da presente Terapia de Casal privilegiou como uma das fontes a Teoria de Relacionamento Imago e a sua visão entre as interconexões dos designados velho e novo cérebros. Tem-se consciência das críticas que podem ser tecidas a esta abordagem. Sem dúvida que nos próximos anos a investigação científica ainda terá muito a descobrir sobre a forma como cada tipo de emoção e memória interagem com as diferentes conectividades cerebrais. Apesar dos contributos da Teoria Imago, a base de fundamentação da intervenção terapêutica do casal centrou-se nos vários teóricos da Psicologia Transpessoal. A compreensão holística e multidimensional do Ser humano, proporcionada pela abordagem Transpessoal, mostra-nos como a transição por diferentes estados de consciência é fundamental para quebrar a rigidez da

estruturação do ego. Apesar dos visíveis resultados do trabalho clínico com indução de estados não comuns de consciência, há que ter presente que os processos de expansão de consciência não resultam necessariamente na desidentificação e integração imediatas. É um trabalho processual, que alterna entre avanços e retrocessos, estagnações e fluxo de aprendizados (Bezerra, 2022). O terapeuta tem um papel fundamental ao nível da condução paciente e atempada dos processos de integração cognitiva. A transformação é gradual, implica um trabalho consistente de liberação da energia psíquica aprisionada, para promover a mudança de nível de consciência. De acordo com Jung (1978), quanto mais argumentos a mente tem para definir o "eu-ego", mais longe ela está de desbloquear as suas sombras e revelar a sua persona. Sendo parte da energia vital, o bloqueio da sombra reduz a vitalidade. Para o crescimento do si-mesmo e a conquista do equilíbrio da personalidade é, portanto, essencial viabilizar a manifestação da sombra. Tal remete para o processo de individuação, no reconhecimento de que, quanto mais o sujeito souber sobre o seu interior (a vida não vivida e negligenciada pela psique), mais rica será a experiência de vida, sem recurso a repressão, máscaras e projeções.

Neste enquadramento, a continuidade do processo terapêutico do casal visa a continuidade da quebra dos seus padrões de COEX, do enfrentamento das suas sombras e dos "seus dragões" (Bertolucci, 1991), enquanto indivíduos, casal e sistema familiar, com vista a caminharem pelos níveis de consciência. A importância do casal encontrar um sentido para sua relação, pode ser inspirada na obra de Victor Frankl (1991). Segundo a sua visão, sem um propósito de vida, a tendência do ser humano é cair num sentimento de vazio resultante da frustração existencial. O ser humano precisa de buscar e lutar por um objetivo que valha a pena. Indo ao encontro da perspectiva de Grof (1994), quando as experiências são bem integradas, é possível aproveitar não só a existência, como desenvolver uma melhor atuação no mundo (nível transpessoal/ecocentrado dos ninhos de consciência).

REFERÊNCIAS

- BERTOLUCCI, Eliana. Psicologia do Sagrado: A Psicoterapia Transpessoal. São Paulo: Agora, 1991.
- BEZERRA, Marlos. Apostilado Curso de Especialização em Psicoterapia e Psicologia Transpessoal: Psicologia Transpessoal e Clínica Ampliada, Natal, Associação Norte Riograndense de Psicologia e Psicoterapia Transpessoal, Natal/RN, Brasil, 2022.
- BEZERRA, Marlos Alves, Psicologia e práticas para a saúde: desafios para a abordagem transpessoal, Tratado de psicologia transpessoal: perspectivas atuais em psicologia, volume 2, Recife: Edição UFPE, 2019, pp. 86-114 (recurso eletrônico) <https://editora.ufpe.br/books/catalog/book/97>
- COSTA, Crístofer Batista da; DELATORRE, Marina Zanella; WAGNER, Adriana; MOSMANN, Clarisse Pereira. Terapia de Casal e Estratégias de Resolução de Conflito: Uma Revisão Sistemática. In: Revista Psicologia: Ciência e Profissão, vol. 37, nº1, Jan/Mar. 2017, pp. 208-223 (recurso eletrônico). <https://doi.org/10.1590/1982-3703000622016>
- DIOGENES, Débora. Apostilado Curso de Especialização em Psicologia Transpessoal: Mandala, Associação Norte Riograndense de Psicologia e Psicoterapia Transpessoal, Natal/RN, Brasil, 2021.
- FERREIRA, Aurino; SILVA, Sidney. A espiritualidade como acontecimento transpessoal. Conselho Regional de Psicologia (CRP SP), Seminário Psicologia, Espiritualidade e Epistemologias Não Hegemônicas, 27 de novembro de 2015, São Paulo, Brasil, volume 3, 2016, pp. 81-88.
- FRANKL, Victor. Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração. Petrópolis: Vozes, Brasil, 1991.
- GOODMAN, Paul; HEFFERLINE, Ralph; PERLS, Frederick. Gestalt-terapia. São Paulo: Editora Summus, 1997.
- GROF, Stanislav. A Psicologia do Futuro. Lições das pesquisas modernas das consciências. Rio de Janeiro: Heresis, 2007.
- GROF, Stanislav; BENNET, H. A mente holotrópica. Novos conhecimentos sobre psicologia e pesquisa da consciência. Rio Janeiro: Rocco, 1994.
- HENDRIX, Harville; HUNT, Helen. Getting the love you want – A guide for couples. New York: St. Martin's Griffin, 2018.
- JUNG, Carl Gustav. O Desenvolvimento da Personalidade. Petrópolis: Vozes, Brasil, 1981.
- JUNG, Carl Gustav. OC - Vol. 7/2. O eu e o inconsciente. Petrópolis: Vozes, Brasil, 1978.
- KELLOGG, Joan. Mandala: Path of Beauty, Belleair, FL: ATMA, 1992.
- KRISHNANANADA. O amor não é um jogo de crianças – livre-se dos antigos medos e veja quem você realmente é. São Paulo: Editora Gente, 2003.
- MASLOW, Abraham. Toward a Psychology of Being. Nova York: Van Nostr and Company, 1968.
- MATOS, Léo. 108 Exercícios para um Caminho Transpessoal. Léo Matos, Estados Unidos da América, 2015.
- MATOS, Léo. O poder, o guerreiro e a paz. Apostila do Curso de Especialização em Psicologia Transpessoal: Supervisão. Associação Norte Riograndense de Psicologia e Psicoterapia Transpessoal, Natal/RN, Brasil, 2022.
- SALDANHA, Vera. Didática Transpessoal: perspectivas inovadoras para uma educação integral, Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação, São Paulo, 2006.
- SERRALTA Fernanda Barcellos; NUNES Maria Lúcia Tiellet; EIZIRIK Cláudio Laks. Considerações metodológicas sobre o estudo de caso na pesquisa em psicoterapia. In: Estudos de Psicologia, Campinas 28(4), outubro - dezembro 2011, pp. 501-510 (recurso eletrônico). <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/8TwbZFMmG4dMWjWccN3RM3d/?format=pdf&lang=pt>
- ZIEMER, Roberto. Do medo à confiança. São Paulo: Editora Gente, 2000.



2 – RAÍZES ANCESTRAIS

Lu Barreto*



Me aterro...
 na mãe Terra
 me apoio...

Nas raízes
 me sustento
 e me alimento

De onde vim?
 Para onde vou?
 O que sou
 é mais do que aparenta ser...

Eu vim da Terra...
 Eu volto a ela...

Eu vim da água...
 Meu lar é
 planeta água...
 Volto ao oceano...

Eu vim do ar...
 Sou semente ao vento...
 torno a ser árvore..
 semente, fruto...

A terra semeia vida,
 eu volto ao espaço...
 No espaço sou vácuo...
 Não existo...

Mas insisto
 e retorno ao nada...
 sendo nada...
 Sou tudo!

Raízes ancestrais
 tocam tambores
 eu renasço
 Vivo outros amores:
 Somos todos Um!

* **Luciana de Lima Barreto** - natural de São Paulo, Capital, atualmente reside em Campinas-SP. Terapeuta ocupacional formada pela USP (Universidade de São Paulo), especializada em geriatria e gerontologia (Unicamp) e cursando especialização em Psicologia Analítica Junguiana (IJEP). Formações em práticas integrativas: danças circulares sagradas, mandalas e geometria sagrada, aromaterapia, cromoterapia, terapia floral, meditação, yoga, auriculoterapia e Reike. Atuo na rede pública (SUS) na área de saúde mental. Na área da literatura, o foco do meu trabalho é eco-espiritualidade. Tenho dois livros autorais *Coletânea Poesia em Flor I e II* (www.clubedeautores.com.br) e doze e-books. Acesse gratuitamente em Facebook: @poesiaflorluz, Instagram: @lu.barreto.mariolani.



3 – CRIANDO NOSSOS PRÓPRIOS LIVROS NEGROS: mantendo um diário como um *tear da vida*¹

Mónica Pinilla Piñeda*
 Bogotá, Colômbia

Resumo: Os *Livros Negros* de Jung são anotações de seu mundo interior após seu processo de autoexperimentação, que ele chamou de seu “confronto com o inconsciente”. Eles precederam *O Livro Vermelho* no qual, como escriba, ele reformulou suas notas e desenhos iniciais. Esta foi a matéria-prima para o trabalho que Jung desenvolveu pelo resto de sua vida. A partir de sua experimentação, ele formulou o método da *imaginação ativa* e o conceito de *função transcendente*, uma função psicológica que cria símbolos e integra os conteúdos inconscientes na consciência. Jung nos convida, com sua experiência, a escrever e pintar nossos próprios Livros Negros e explorar nossas imagens internas. Com esta proposta de *manter um diário como um tear da vida*, saudamos seu convite, que nos permite tecer e integrar as substâncias visíveis e invisíveis de nossas vidas. Nossa intenção para o diário é fornecer um espaço para o desdobramento do processo de individuação. No convite de Jung, vemos que uma vida que não se confronta não pode ser realizada como tal.

Palavras-chave: imaginação ativa, Os Livros Negros, diário interno como um tear da vida, *O Livro Vermelho*, função transcendente.

Símbolos. Tudo símbolos... Se calhar, tudo é símbolos... Serás tu um símbolo também?
 (Fernando Pessoa 2012)

Introdução

Os *Livros Negros* de Jung (2020) foram recentemente publicados. Consistem nos cadernos em que Jung escreveu, entre 1913 e 1932, anotações sobre o seu mundo interior. Estes *Livros Negros* precederam o trabalho do seu *Livro Vermelho*, no qual transcreveu e retrabalhou as suas notas e

desenhos iniciais como escriba. Após a crise que viveu após a sua briga com Freud, Jung iniciou um processo de autoexperimentação, a que se referiu como o seu “confronto com o inconsciente”. Ele esteve envolvido em práticas meditativas a fim de aprofundar-se em si mesmo para obter material do inconsciente sob a forma de imagens e

¹ Traduzido por Luzia Regina Maia e Filipe de Menezes Jesuino do artigo original: PINILLA, M., Creating Our Own Black Books: Keeping a Journal as a Loom of Life, *Journal of Analytical Psychology*, 67(1), 234–246. © 2022, The Society of Analytical Psychology. Editora: John Wiley & Sons. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/1468-5922.12777>

* **Mónica Pinilla Piñeda** – Psicóloga (1994) e mestre em Literatura (2007) pela *Pontificia Universidad Javeriana* (Bogotá-Colômbia). Analista Junguiana (Kyoto, 2016) da International Association for Analytical Psychology (IAAP). É uma das fundadoras do Trabalho expressivo com areia da *International Association for Expressive Sandwork* (IAES). Atual presidente da Sociedade Colombiana de Analistas Junguianos (SCAJ). Analista particular e promotora de processos de escrita como ponte para o mundo interior. monicpinillap@gmail.com

diálogos. O material que ele reuniu inicialmente nos cadernos negros tornaram-se a base para a redação do conseqüente *Livro Vermelho*, em que ele escreveu e pintou a sua exploração interior. Nas suas memórias Jung comenta:

Todas as minhas obras, tudo o que criei espiritualmente, partem das minhas imaginações iniciais e sonhos. Em 1912, comecei aquilo que durou quase 50 anos. Tudo o que eu fiz na minha vida posterior está contida neles, embora apenas sob a forma de emoções ou imagens (Jung 2002, p. 229).

Começando pelo seu confronto com o inconsciente, Jung continuou a formular e descrever o seu método de imaginação ativa no seu texto de 1916, *A Função Transcendente*. Aqui, desenvolve o método para estabelecer contato com os conteúdos do inconsciente através da ativação da função transcendente – uma função psicológica que cria símbolos enquanto integra os conteúdos inconscientes na consciência. Inicialmente, intitulei este artigo: "Fazendo os nossos próprios Livros Vermelhos", mas estabeleci-me em "Criando os nossos próprios Livros Negros", tanto por consideração das próprias pretensões de Jung, como também por causa da sua proposta, ou seja, convidar alguém a manter um diário como o tear da vida. É um convite simples e complexo para o autoconhecimento por meio de anotações escritas e pintadas desde explorações e descobertas de nossos mundos internos.

Imaginação ativa e a função transcendente

Com a publicação de *Os Livros Negros de Jung* (2020), somos testemunhas da sua exploração interna e dos símbolos que surgiram graças à função psicológica transformadora da energia ou da *função transcendente*. É impressionante que o editor de *Os Livros Negros* (2020) os tenha subintitulado *Cadernos de Transformação*, aludindo tanto a seu conteúdo simbólico quanto a seu potencial transformador.¹ No entanto, podemos reconhecê-los como

¹ O subtítulo também alude, implicitamente, ao trabalho prévio de Jung: *Símbolos da Transformação* (1912/1952), que motivou sua separação de Freud.

diários do percurso interior que Jung empreendeu a partir de 1913, após o seu desentendimento com Freud. Em sua palestra "Imaginação Ativa: uma Introdução", Murray Stein (2020) comenta que, na década de 1980, teve o privilégio de passar alguns dias com Michael Fordham, colaborador próximo de Jung. Em um momento durante esses dias, Fordham lhe perguntou: "Sabes qual foi a maior descoberta de Jung?".

Enquanto Stein pensava que lhe falaria sobre os arquétipos ou o inconsciente coletivo, Fordham respondeu: "A maior descoberta de Jung foi o mundo interior".

Esta descoberta foi o produto da viagem que ele empreendeu através da imaginação ativa e que, a partir daí, seria a sua forma de descobrir e trabalhar com os conteúdos do inconsciente. Foi uma viagem interior, cuja compreensão e integração não só ocuparia o resto da sua vida, mas seria também o legado que ele deixaria para a humanidade. Os primeiros esboços de sua exploração refletiram-se em *Os Livros Negros* (2020) e as suas primeiras elaborações podem ser encontradas em *O Livro Vermelho* (2010). Jung reconhece este processo como fundamental:

Os anos em que eu já estava tentando clarificar as imagens internas constituíram a parte mais importante da minha vida na qual tudo o que era essencial foi definido.... Toda a minha atividade subsequente consistia em aperfeiçoar o que brotava do inconsciente, e que começou a inundar-me. Foi a matéria-prima para o trabalho da minha vida (Jung 2002, p. 237).

Refletimos sobre o processo de imaginação ativa que facilita esta abordagem ao inconsciente e à produção espontânea de imagens. Walter Boechat (2017) sintetiza o processo de imaginação ativa em quatro ações sucessivas: 1) esvaziar; 2) entregar; 3) engravidar; e 4) confrontar eticamente. A primeira coisa é esvaziar a mente do conteúdo diário, para que as imagens do inconsciente possam surgir espontaneamente. Então, a interferência da consciência cessa e as imagens que emergem são seguidas. Assim, a imaginação é autorizada a voar livremente, deixando-se levar pelas

imagens que são contempladas, enquanto elas seguem o seu curso. De acordo com Jung, algumas pessoas permitem que suas mãos expressem estas imagens por meio de materiais plásticos, enquanto outras o fazem por intermédio da dança e do movimento. De qualquer forma, Jung recomenda que a experiência seja registrada por escrito ou por desenho. Isto permite a plena expressão tanto da experiência vivida quanto da emoção sentida, na tentativa de moldar, de forma tangível e simbólica, o conteúdo que tenha surgido, tornando-o, de alguma forma, acessível à consciência. "Isto supõe o início da função transcendente, ou seja, a colaboração entre o inconsciente e os dados conscientes" (Jung 1916/1959, par. 167).

Jung se refere à importância de trabalhar com os conteúdos do inconsciente a fim de enfrentar e, depois, integrar o material compensatório na totalidade da personalidade, produzindo, assim, uma maior consciência que ajuda a promover o equilíbrio. O ego, o sujeito central da consciência, tende a ser considerado o condutor principal, sendo o seu alcance limitado e unilateral. No prólogo de *A Função Transcendente*, Jung afirma:

O método da imaginação ativa é o principal recurso para a produção dos conteúdos do inconsciente que estão, de certa forma, abaixo do limiar da consciência e que, uma vez intensificados, seriam os primeiros a irromper nele espontaneamente... O significado e o valor destas fantasias não são revelados até que elas sejam integradas na totalidade da personalidade, isto é, até que se enfrente o seu verdadeiro significado e os confronte moralmente (Jung 1916/1959, p. 71).

Jung compara esta função psicológica que articula o inconsciente na consciência com a função matemática que articula números reais e imaginários. Em seu livro *Símbolos da Transformação* (1912/1952), Jung propôs a existência de dois tipos de pensamentos. Um é um pensamento dirigido, racional e linear que se adapta à realidade externa. Este é o pensamento da consciência e da ciência. O outro é o pensamento fantasioso, que é circular e associativo, e está mais próximo do inconsciente. É a linguagem própria dos

mitos, da imaginação, e dos sonhos.

A integração destes dois tipos de pensamento é de importância vital. Aqui, encontramos a capacidade de criar símbolos que revelam forças e conteúdos que guiam os assuntos fundamentais da alma humana. Este foi o trabalho que Jung desenvolveu, em seu *Livro Vermelho*, transcrevendo e tentando compreender, por intermédio de explicações e elaborações poéticas, o significado das imagens e emoções que o inundaram, traduzindo-as em figuras personificadas e diálogos que mantinha com eles. Na introdução ao *Livro Vermelho*, Shamdasani comenta:

Jung argumentou que o significado destas fantasias estava ligado ao fato de elas terem surgido da imaginação mitopoética, que desapareceu na presente era racional. A tarefa da individuação reside no estabelecimento de um diálogo com as figuras de fantasia - ou conteúdos do inconsciente coletivo - e na sua integração consciente, para recuperar, assim, o valor da imaginação mitopoética (Shamdasani 2010, p. 209).

Shamdasani comenta que Jung, após a sua experiência de confronto com o seu inconsciente, sugeriu que os seus pacientes pintassem e escrevessem as imagens que emergiam dos seus processos internos, ou seja, convidou-os a fazer as suas próprias anotações como diários ou cadernos de transformação. Em uma carta a Gilbert, ele comentou: "Às vezes, considero útil, para tratar de um caso, dar ao paciente a coragem de expressar o seu conteúdo particular, seja na forma de escrita ou por meio do desenho e da pintura" (Shamdasani 2010, p. 217). Isto também é reconhecido por Boechat, como a seguir: "Com a intensa experiência do seu próprio inconsciente, que ele expressou no *Livro Vermelho*, Jung nos convida a escrever o nosso próprio Livro Vermelho e confrontar as nossas próprias imagens" (Boechat 2017, p. 66).

Os *Livros Negros* vão criar desafios para a compreensão do trabalho de Jung, assim como *O Livro Vermelho* o fez na última década. Ambos os livros são realmente os registros íntimos da jornada interior que Jung empreendeu e que ele chamou de seu experimento mais difícil: o confronto com aquele universo interior do inconsciente,

que surgiu da sua busca pelo seu mito interior e da sua alma quando estas foram perdidas.

A minha experiência com diários: cadernos de exploração humana

Na sua introdução ao *O Livro Vermelho*, Shamdasani diz: “*Os Livros Negros* não são diários que registam eventos.... Em vez disso, são registos de uma experiência” (Shamdasani 2010, p. 201). Ele entende “diários” como registos de ocorrências e eventos externos, preferindo, portanto, chamar a esses textos de ‘cadernos de notas de transformação’. Shamdasani considera *Os Livros Negros* como os registo das imaginações ativas de Jung e a representação dos seus estado mentais, bem como as suas reflexões sobre eles. Seguindo esse registo feito por Shamdasani, assumirei e compreenderei os diários, em termos gerais, como cadernos do mundo interior da pessoa que os mantém. São cadernos que coletam não só eventos externos, mas também imagens, sonhos e emoções. Desde o início da escrita, os diários acompanham os processos de exploração interna e criatividade humana. Encontramos muitos exemplos dos mundos da arte, literatura e filosofia – *O diário de um escritor*, de Dostoievski (2010) (um exercício na escrita que o ajudou a incubar a sua obra literária); *O Diário de Frida Kahlo* (2008) (um recipiente para o seu mundo emocional, assim como um lugar para os esboços de muitos dos seus quadros); os muitos diários de viagem de Goethe; os famosos *Cadernos Negros de Heidegger* (2017) (no qual o pensador reflete sobre o seu itinerário filosófico); e o *Diário de Kierkegaard* (1993). Todos estes cadernos, alguns com desenhos, são verdadeiramente um laboratório de incubação para obras de arte e pensamento humano. Estes são cadernos de anotações que contêm, como *Os Livros Negros* de Jung, a matéria-prima do trabalho de uma vida.

Todos nós já tivemos alguma experiência com diários. Por exemplo, quando criança, lembro-me de ter um diário com uma pequena chave para o qual fiz confissões. O meu diário foi o meu primeiro *temenos* ou contentor, um local seguro com uma chave onde as minhas confissões podiam ser

protegidas de olhares externos. Lembro-me de escrever para mim e para um outro, mais sábio, dentro de mim, durante cada crise existencial que passei durante a minha adolescência e juventude, especialmente naqueles momentos de encontro com o amor e o desamor, ou seja, momentos de perda. Estes cenários são marcados por encontros com o vazio emocional da ausência, pequenas aprendizagens da morte. Um diário acompanhar-me-ia sempre nas minhas viagens.

Há muitos anos que mantenho um diário com as minhas reflexões, intuições e sonhos. O meu diário serviu também como um ritual necessário para marcar o encerramento e a abertura dos anos. Além de escrever, também fiz uso da cor e colagens sobre o desenvolvimento da minha vida. Espontaneamente, tendia a ilustrar os escritos com imagens que surgiram nesse espaço do meu diário, espaço em que entrei e ao qual procurei regressar. O meu diário serviu como um espaço interior que, paradoxalmente, estava localizado no exterior. Sem dúvida, ele era um *espaço de transição* entre o interior e o exterior. Processos inesperados de expressão e elaboração foram desencadeados em meu diário. O diário era um laboratório de interioridade.

Já com a experiência dos meus diários, em 2008 explorei o intensivo processo de diário de Ira Progoff' (1992) com o meu professor Alejandro Angulo. Este importante encontro de 'dois mestres' ajudou-me a ligar o método de Progoff à experiência de Angulo com os exercícios espirituais de Santo Inácio de Loyola e com o caminho espiritual de muitos místicos. Este trabalho de diário foi, para mim, como o amor à primeira vista. Esta relação entre a interioridade humana e a escrita parecia ser parte de mim.

Um ano depois, em 2009, com alguma inquietação, embarquei na jornada do Seminário de cinco dias do *Diário Intensivo* de Progoff. Embora isto tenha sido realizado numa língua que não conheço muito bem, descobri uma nova dimensão do tempo e o meu interesse cresceu. A imagem que emergiu no final da primeira oficina de diário em grupo foi um tear manual – um quadrado de madeira sobre o qual desenhei um tecido multicolorido, suspenso entre as estrelas. Escrevi: "diário interior: um tecido

multicolorido que me conecta e me joga no infinito". Eu havia começado recentemente a minha formação como analista Junguiano. Nesse mesmo ano, *O Livro Vermelho* foi publicado. Escrever e pintar em um diário sempre foi uma prática Junguiana para mim. Alguns anos antes, o meu trabalho de mestrado em literatura tinha sido uma análise arquetípica de um romance autobiográfico de Elena Poniatowska que eu chamei de "Tecendo uma Vida na Fleur-de-Lis de Elena Poniatowska". Já aí, meu interesse pelo autobiográfico e a sua compreensão como 'tecido' apareceu.

Sem o saber, todos estes fios conduziram à proposta de acompanhar os outros enquanto mantêm o seu diário como o tear da vida.

O diário como o tear da vida

A proposta do *Tear da Vida* foi configurada como um método de trabalho sobre si mesmo seguindo um antigo caminho de exploração pessoal: manter um diário íntimo. O trabalho individual é realizado em um diário em uma sessão de grupo sentado em silêncio compartilhado. Inicialmente, várias áreas da experiência de vida são abordadas, tecendo fios da vida histórica que desenvolvem a base de uma autobiografia, não para os outros, mas para si mesmo. Em segundo lugar, fios invisíveis de conexão com o tecido interior da sabedoria são estimulados para que se busquem ligações com o espírito das profundezas a fim de descobrir o mito que dá sentido à vida em si. O tear da vida é uma forma de se referir metaforicamente à função integradora da psique por meio da sua capacidade de autorregulação e produção de imagens simbólicas, como Jung recomendou. Podemos recordar do poeta Rilke (2007): "*Antes de olhar para fora ... Deixem-me olhar para dentro de mim*". Ao tecer a vida através de um diário, empreende-se uma viagem de auto exploração e descoberta interior que apoia o desenvolvimento do processo de individuação. Uma vida que não é tecida é uma vida que não pode ser realizada como tal.

Ao trazermos à mente a imagem de teares artesanais antigos (ver figuras 1 e 2), descobrimos que a tecelagem é uma atividade que ocorre no entrelaçamento de

fios entre um eixo vertical e um eixo horizontal. Os fios de base são os de urdidura. Os fios que se entrelaçam são a trama com a qual ela é tecida. Neste cruzamento de fios, o têxtil é fabricado. A respeito da imagem do tecido, *O Livro de Símbolos* (2011) afirma que:

O cruzamento de dois conjuntos de fios perpendiculares - chamados urdidura e trama - é o princípio básico da tecelagem. Com estas técnicas simples, são produzidos tecidos de tal complexidade que a tecelagem se tornou uma imagem do mistério da existência. É o cruzamento do tempo e do espaço, onde os mundos visíveis e invisíveis se entrelaçam, onde cada forma criada se torna um fio na grande tapeçaria da vida (Martin 2011, p. 456)..

Figura 1. Tecelã de cintura Guatemalteca



Artista: Marilyn Anderson (Anderson 2016, p. 35).

Neste entrelaçamento entre urdidura e trama é gerado um tecido que conecta a terra e o céu, o visível e o invisível, a matéria e o espírito. A barra superior da armação do tear é chamada de raio do céu, enquanto que a barra transversal representa a terra. Entre o céu e a terra, o tecido é entrelaçado como a criação. Da mesma forma, as nossas vidas são tecidas como fios num tear. O entrelaçamento destes fios visíveis e invisíveis forma o tecido único de cada vida humana.

Na mitologia, três mulheres fiandeiras estão na origem de cada vida. Elas são as deusas do destino. Na mitologia Romana, as Parcas, na mitologia Nórdica, as Nornas, e na mitologia Grega, as Moiras - *Cloto*, que tece o fio da vida; *Láquesis*, é quem o mede e o distribui e *Átropos*, a inexorável, que decide quando cortá-lo. O fio representa o tempo que nos é dado. Nascimento, vida e morte, os elementos constituintes de toda a vida, são representados por estas três deusas fiandeiras do destino humano. Podemos ver como a vida está relacionada com a metáfora da tecelagem. Entramos na espiral da vida quando a nossa existência começa a ser fiada com o fuso.

E tudo começa com um único fio, como Platão nos diz, enrolado em torno do fuso do cosmos rotativo que é mantido no colo de uma mulher, que cria o destino do mundo ao girá-lo (Martin 2011, p. 458).

Figura 2. Fiandeira de algodão Guatemalteca.



Artista: Marilyn Anderson
(Anderson 2016, p. 25).

Também é fiado pelo diário, assim como é feito com o algodão que é passado através do fuso para obter o fio com o qual se tece. O *tear da vida* expressa o trabalho que realizamos para entretecer o visível e a substância invisível das nossas vidas em um diário. Este processo exige que se faça fios, tecendo fios que se soltaram, descobrindo a urdidura em que a nossa vida

é sustentada e as tramas, visíveis e invisíveis, que lhes deram a sua forma e cor particulares.

O diário é uma forma de tecer nossa própria vida e de nos tecermos no grande tear da vida. Primeiro, tecem-se os fios da vida pessoal, reconhecendo a urdidura que nos estruturou e descobrindo as tramas da própria vida. Assim, o campo dos complexos pessoais é abordado, com o objetivo de ampliar a consciência biográfica. Trabalha-se em torno da dimensão espaço-tempo: onde estou na minha vida?, de onde venho?, e de onde é que o tecido da minha vida parece levar-me? É assim que se desenvolve uma "Autobiografia para si". É um desenvolvimento provisório porque, enquanto vivermos, sempre teremos material para continuar alimentando a biografia. Em segundo lugar, os fios invisíveis e o sentido vital são forjados. Aspectos que emergem no processo de aprofundamento do mundo interno através de sonhos, imagens emergentes em meditação e a personificação das emoções através de diálogos internos, são abordados. É um convite para se deixar guiar pela sua própria natureza arquetípica e pelo Si-mesmo, que, como um arquétipo totalizante, autorregula a psique e transcende o ego. Com a abordagem dos conteúdos inconscientes, procuramos conectar com o espírito das profundezas e isto traz para a superfície a questão do mito interno que guia ou interfere com o sentido vital.

Ao tecer a vida através de um diário, procura-se empreender uma jornada que apoia o desenvolvimento do processo de individuação, ou seja, de percorrer um caminho de realização pessoal em conexão com o mundo. Este processo é sobre se tornar quem se é ao desenvolver uma personalidade individual, encontrando um modo de vida para validar tanto a verdade interior como o mundo exterior. De acordo com Jung, "como o simbolismo tem mostrado desde os tempos antigos: a individuação não exclui o mundo, ela o inclui" (Jung 1947/1954, par. 432). O objetivo da individuação é, portanto, alcançar um desenvolvimento individual, o que permite o paradoxo de ambos se diferenciarem – separar-se do mundo – ao mesmo tempo que nos mantemos unidos ao mundo ou, em nossos termos, conectados ao tear da

vida. No seu livro *Jung e o Caminho da Individuação*, Murray Stein (2007) ressalta a importância de encontrar um espaço para individuação. Ele questiona qual seria o espaço psicológico em que podemos manter este processo ativo. Caracteriza este espaço como hermético, aludindo ao deus Hermes, o mensageiro entre as fronteiras da consciência e do inconsciente. A função da imaginação ativa é constelar este espaço hermético dentro do indivíduo. A nossa proposta é para que o diário, como um caderno de transformação, possa se tornar um espaço ativador para a processo de individuação.

A título de encerramento

O *Tear da Vida* é o nosso convite para ter um espaço para o processo de individuação. Neste sentido, é um laboratório de incubação – um convite para os nossos pacientes que também pode ser facilitado em contextos de grupo. Este método também tem sido implementado em grupos em contextos universitários e, desde 2017, em várias regiões da Colômbia com juízes, procurando ampliar seu desenvolvimento humano por meio de dinâmicas complexas de polarização e violência, bem como na busca de uma transição para a paz. Como Jung mostrou, o desenvolvimento da nossa personalidade só é alcançado entrando na exploração do mundo interior, confrontando-nos com o seu conteúdo e permitindo-lhe transformar e expandir a consciência. Os *Livros Negros* (2020) são uma porta se abre na exploração de Jung, assim como aconteceu com o seu desafiador e, ao mesmo tempo, o magnífico *O Livro Vermelho* (2010). Convidamos você, assim, a coletar sua própria matéria prima em diários que, como espaços de transformação, facilitam a integração tanto de aspectos conscientes quanto inconscientes na nossa própria atitude vital. Neste processo de nos tornarmos nós mesmos, assumimos a tarefa de integrar os fios visíveis e invisíveis da nossa vida no grande tear da vida.

REFERÊNCIAS

ANDERSON, M. (2016). *Guardianes de las Artes. Grabados de Artistas y Artesanos de Guatemala*. Guatemala: Ediciones del Pensativo.

BOECHAT, W. (2017). *The Red Book of C.G. Jung. A Journey into Unknown Depths*. London: Karnac Books Ltd.

DOSTOYEVSKY, F. (2010). *Diario de un Escritor*. Madrid: Editorial Páginas de Espuma.

HEIDEGGER, M. (2017). *Cuadernos Negros*. Madrid: Editorial Trotta.

JUNG, C.G. (1912/1952). *Símbolos de Transformación*. OC 5. Madrid: Editorial Trotta.

——— (1916/1959). 'La función trascendente'. OC 8. Madrid: Editorial Trotta.

——— (1947/1954). 'Consideraciones teóricas acerca de la esencia de lo psíquico'. OC 8. Madrid: Editorial Trotta.

——— (2002). *Recuerdos, Sueños, Pensamientos*, ed. A. Jaffé. Barcelona: Seix Barral.

——— (2010). *El Libro Rojo*, ed. S. Shamdasani. Buenos Aires: El Hilo de Ariadna Malba – Fundación Constantini.

——— (2020). *The Black Books. Notebooks of Transformation*. ed. S. Shamdasani, trans. M. Liebscher & J. Peck. New York: W.W. Norton & Company, Inc.

KHALO, F. (2008). *El Diario de Frida Kahlo. Un Íntimo Autorretrato*. México: La Vaca Independiente S.A. de C.V.

KIERKEGAARD, S. (1993). *Diario Íntimo*. Barcelona: Editorial Planeta, S.A.

MARTIN, K. (ed.). (2011). *El Libro de los Símbolos. Reflexiones Sobre las Imágenes Arquetípicas*. The Archive for Research in Archetypal Symbolism. Madrid: Taschen.

PESSOA, F. (2012). 'Psiquetipia (o psicotipia)'. In: *Poemas*. Buenos Aires: Editorial Losada, S.A.

PROGOFF, I. (1992). *At a Journal Workshop: Writing to Access the Power of the Unconscious*. New York: Penguin Putnam.

RILKE, R. M. (2007). *Nueva Antología Poética*. Madrid: Editorial Espasa Calpe, S.A.

SHAMDASANI, S. (2010). *Liber Novus. El*

Libro Rojo de C.G. Jung'. In *El Libro Rojo*, (pp. 193-225). Buenos Aires: El Hilo de Ariadna Malba – Fundación Constantini.

STEIN, M. (2007). *El Principio de Individuación. Hacia el Desarrollo de la Consciencia Humana*. Barcelona: Ediciones Luciérnaga.

— (2020) 'Active imagination: an introduction'. Recorded 17 July 2020. Confer: Talk on demand. Retrieved from <http://www.confer.uk.com/ondemand/imagination.html>



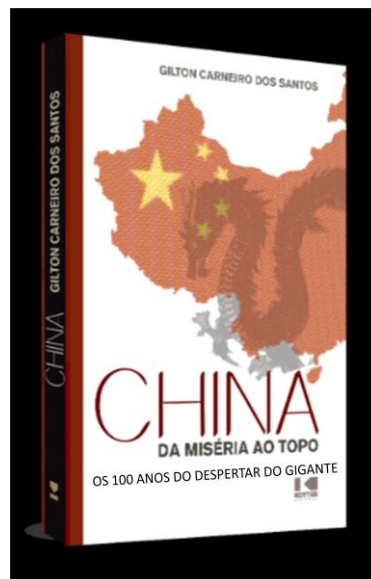
REVISTA TRANSDISCIPLINAR

Uma oportunidade para o livre pensar

Vol. 24 – Ano 12 – Nº 24 – 2º semestre/2024 ISSN 2317-8612
<http://revistatransdisciplinar.com.br> - www.artezen.org

4 – CHINA – DA MISÉRIA AO TOPO Os 100 anos do despertar do Gigante

Gilton Carneiro dos Santos*



IDEIA INICIAL

O projeto original do livro tinha por escopo abordar os últimos cem anos da China, com o objetivo de conhecer um pouco melhor as bases do processo histórico (político, econômico, militar etc.) que levou ao ritmo de crescimento acelerado observado nas últimas décadas, capaz de livrar o gigante asiático do subdesenvolvimento. O esquema pensado compreendia três ou quatro partes, começando com o período de 1921 a 1949 e daí até 1976. A seguir haveria duas opções: ou ter apenas uma parte até o período recente, ou dividir em dois, terminando uma parte com a morte de Mao em 1976 e a outra retratando os acontecimentos posteriores.

Contudo, a história chinesa se mostrou muito complexa, com alguns períodos merecendo estudos mais detalhados. As relações com a União Soviética e o seu envolvimento na disputa envolvendo os dois principais partidos rivais, o Partido Comunista e o Partido Nacionalista, por exemplo, precisaram de aprofundamento na análise para que houvesse clara compreensão da atuação de cada instituição em relação às demais. As principais medidas econômicas a serem adotadas envolveram grandes discussões, o que tornou necessário um maior grau de detalhamento. Daí optou-se pela divisão em três partes, cada uma com três capítulos, e um capítulo adicional.

***Gilton Carneiro dos Santos** – Mestre em Administração de Empresas pela FGV – Fundação Getúlio Vargas- SP, com dissertação sobre a dívida do Estado de São Paulo. Graduado em Economia pela USP – Universidade de São Paulo. Baiano, nascido em Miguel Calmon e com formação básica em Serrinha-BA. Trabalhou no Banco Central em Brasília, onde se aposentou. Premiado com Menção Honrosa da Câmara do Comércio Brasil-Japão quando dos 80 anos da imigração japonesa, com um trabalho sobre o Japão e o Desenvolvimento Econômico. giltontantos@gmail.com

Como forma de expor, sinteticamente, as características do livro, é oferecida, abaixo, uma breve apresentação do trabalho, seguida de um detalhamento do projeto e, por fim algumas considerações em termos de metodologia e estilo.

UMA BREVE APRESENTAÇÃO

Partiu-se do pressuposto de que o caminho para a superação da pobreza, especialmente em países grandes e atrasados, passa por transformações sociais, notadamente na estrutura econômica e política.

Foi percebido que para se alterar a distribuição desigual de riquezas de forma radical, só através da ação política. No século XX foi vitoriosa aquela que viria a se tornar a principal ideologia a combater o capitalismo: o comunismo, inicialmente através da Revolução Russa e, mais tarde, na China.

Vitoriosa a revolução, a União Soviética (da qual a Rússia constituía a parte principal) logo foi alvo de hostilidade dos principais países capitalistas que a isolaram. Os comunistas soviéticos então, como uma forma de tentar romper o isolamento, reagiram procurando, por exemplo, provocar revoluções em outros países, principalmente na Alemanha. E, mesmo antes de fracassar essa iniciativa, agiram na China, seu vizinho e um dos maiores países do mundo.

Entretanto, uma revolução para ser bem sucedida necessita se legitimar perante seu povo. Essa legitimidade se expressaria na esperança de uma melhora acentuada do bem-estar popular. Daí que, no início do processo de transformação, estabelece-se como objetivo a tomada do poder e a melhoria das condições de vida.

Inicialmente, no caso da China, o Partido Nacionalista (o Kuomintang ou KMT) era visto como o mais preparado para a vitória. Os membros do Partido Comunista Chinês (o PCCh), que tinha sido fundado em data posterior ao KMT (vide capítulo 1 do livro), minoritários, foram induzidos pelos comunistas soviéticos, seus mentores, a se sujeitarem a esse partido.

A história da rivalidade PCCh entre KMT está contada nos três primeiros capítulos do texto. Como sabemos, com a vitória do PCCh.

Como cada organização vitoriosa tem os seus líderes, os principais responsáveis pelo triunfo ganham destaque. A luta pelo poder em agremiações revolucionárias tende a ser árdua e o vencedor acaba sendo dotado de poderes quase que ilimitados. Contudo, há que lembrar, ele precisa de legitimidade para se sustentar e isso é fundamental, não bastando apenas ter a força. No caso da China de Mao Tse-tung (ou Mao Zedong, conforme o novo sistema fonético, aprovado em fevereiro de 1958 e implantado de forma definitiva a partir de 1979), os comunistas, durante a guerra civil, que se desenvolveu desde 1927 (inicialmente de forma intermitente) até 1949, se basearam em conhecimentos anteriores de uma sociedade milenar (vide o conceito de *Guanzi*¹) para conseguir sucesso ao lidar com problemas econômicos, diferentemente do KMT, como foi explicado nos capítulos 2 e 3.

Mas o poder tirânico de Mao e a vontade de atingir os objetivos ideológicos de forma radical com planos irrealistas, como o chamado Grande Salto para a Frente, entre 1957 e 1958, levaram a fracassos retumbantes nos anos seguintes à vitória, acarretando milhões de mortes e aumentando o empobrecimento do país (capítulos 4 e 5).

Com a morte de Mao em 1976, as novas lideranças sentiram a necessidade de proceder a mudanças radicais na economia. Dada a relevância do assunto permitiu-se ampla discussão das diversas alternativas então surgidas, tanto por teóricos estrangeiros (como Lawrence Klein, Milton Friedman, e Wlodzimierz Brus) e chineses (como Xue Muqiao e Li Yining), quanto as advindas de experiências em diversos países socialistas (como Janos Kornai, da Hungria e Ota Sik, da Tchecoslováquia) ou capitalistas (como o “milagre” alemão e o controle de preços nos Estados Unidos, durante a Segunda Guerra Mundial). Esse foi o tema dos capítulos 6 e 7.

A experiência brasileira no desenvolvimento econômico despertou grande interesse nos chineses, que mandaram uma delegação ao Brasil, tendo inclusive entrevistado Delfim Netto, que deu explicações sobre o “milagre” econômico e como se permitiu que houvesse alguma inflação, sem perda do controle sobre a evolução dos preços. Assunto abordado no capítulo 7.

Com a repressão violenta aos movimentos populares em 1989, especialmente o massacre na Praça Tiananmen, e o posterior triunfo da ala liderada por Deng Xiaoping, partiu-se para a implantação das reformas e das novas políticas destinadas a promover o grande desenvolvimento da China (capítulos 8 e 9).

O resultado foi um grande sucesso devido, em boa parte aos homens capazes que conduziram o processo. A China passou a ter riqueza, poder e respeito. A ter voz no mundo, integrando, e muitas vezes liderando, várias organizações internacionais. Mais

recentemente, em 2016, sua moeda passou, inclusive, a fazer parte da cesta básica do FMI (os chamados Direitos Especiais de Saque), mas o país não abriu mão de ter o controle sobre a sua economia e sobre sua política monetária e creditícia.

Novos problemas surgiram e as soluções foram sendo procuradas de acordo com a forma chinesa de lidar, sobretudo, com casos parecidos. Do ponto de vista ocidental, essa “forma chinesa de lidar”² é vista, na atualidade, como uma forma autoritária de governar (capítulo 10).

Nota 1 – Guanzi é um texto básico do pensamento econômico sobre estabilização dos preços. A regulação dos preços está compreendida entre dois princípios: “leve” e “pesado”, onde “leve” tem a conotação de “desimportante”, “não essencial” e “barato”. Já “pesado” significaria “importante”, “essencial” ou “caro”.

Nota 2 – Na tradição chinesa, o estudo das questões econômicas costuma ser denominado de “o estudo para se tornar o país rico”. A maneira correta de administrar os preços pelo Estado tem elevada importância. A discussão tradicional chinesa sobre os preços envolve reflexões sobre as atividades espontâneas do povo, seus desejos e necessidades, as forças do mercado, o poder político e a regulação pelo Estado.



Você sabe por que a **China** se transformou nessa grande potência? O que levou ao ritmo de crescimento acelerado observado nas últimas décadas, capaz de livrar o gigante asiático do subdesenvolvimento? Para responder a estas questões escrevi este livro. Espero que você goste.

Gilton Carneiro dos Santos



Faça o seu pedido:
giltontantos@gmail.com



5 – SABEDORIA E ARTETERAPIA: Diálogos de AMOR e CURA

Mariel Wanderley Granato

Estas abordagens possuem falas uníssonas no contexto da vida, especialmente para nós, arteterapeutas e ao público que nos procura para vivenciar Arteterapia.

Mesmo porque Sabedoria, Arteterapia, Amor e Cura caminham juntos numa mesma trajetória que têm em comum e por base, o exercício e o desenvolvimento do AUTOCONHECIMENTO.

Fazendo um breve resumo abordando a temática, convido a todos, para iniciarmos refletindo rapidamente, sobre “**Sabedoria**”: O que vem a ser? Na verdade, Sabedoria é considerada uma Virtude.

E como fazemos para adquiri-la e exercê-la na prática?

Fundamentalmente, necessitamos de conhecimento.

Para isso, precisamos ter coragem de irmos constantemente ao encontro de novas informações, para transformá-las em novos conhecimentos, e então, saber aplicá-los da melhor forma possível nas mais variadas situações no decurso de nossa vida.

Nas palavras de Claude Bernard (médico e fisiologista francês do séc. XIX) “O homem não pode aprender nada a não ser indo do conhecido para o desconhecido”.

Sigamos agora com a **Arteterapia**...

Sendo a Arteterapia poderosa prática terapêutica, atualmente inserida no rol das Práticas Integrativas Complementares em Saúde reconhecida pelo Ministério da Saúde

– as PICS – vem por meio de sua prática colaborando diretamente às possibilidades de ampliação do conhecimento a respeito do próprio indivíduo que a vivencia em seu processo, possibilitando-o a receber e perceber informações de si, sobre si e para si mesmo, no momento em que este se coloca como observador num diálogo íntimo consigo mesmo, diante de cada produção criativa sua, realizada a cada sessão.

Portanto, as informações percebidas advindas das experiências vivenciadas pelo indivíduo em seu processo arteterapêutico gera a ele, *autoconhecimento*.

A proposta arteterapêutica neste movimento angariador de autoconhecimento, é realizada de forma sutil, profunda ao mesmo tempo lúdica e surpreendente.

Há milhares de anos atrás, Sófocles já dizia: “Olhe e você irá encontrar – aquilo que não se procura jamais será detectado”.

Alongando e aprofundando um pouco mais nosso olhar sobre este assunto, podemos nos direcionar para falar sobre o **AMOR**:

Pensem comigo: Seria possível amar aquilo que não nos é informado ou dado a conhecer?

Quando anteriormente citamos a Sabedoria, advinda do conhecimento e da coragem necessária para saber aplicá-lo, inclui-se neste movimento o *autoconhecimento*.

Uma vez nos permitindo a nos conhecer,

***Mariel Granato** – Arteterapeuta (APAT 003/0816). Arte educadora. Graduada em Artes Plásticas. Docente em Cursos de Especialização em Arteterapia. Palestrante e ministrante de minicursos em Arteterapia. Autora de artigos e coautora de livros sobre Arteterapia. Membro pesquisadora do LABESI-Laboratório Brasileiro de Saúde Integrativa-PR. Sócia Fundadora e ex-Presidente da APAT-Associação Paranaense de Arteterapia. Atual Conselheira de Honra da UBAAT-União Brasileira das Associações de Arteterapia. Nasceu em Curitiba/PR. Reside em Curitiba.
 Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1047201851728121> @marielgranatoarteterapeuta marielgranato63@gmail.com
marielgranato@lza.com.br

como consequência nos reconhecemos como SERES únicos a desenvolverem seus próprios caminhos na busca da individuação. Diante disso, necessitamos considerar outra citação de Sófocles: *Uma palavra nos liberta de todo o peso e da dor da vida: essa palavra é amor.*

Muitos outros filósofos se concentraram em ideias sobre o AMOR:

Nas palavras de Erich Fromm (psicanalista, filósofo humanista e sociólogo alemão): O amor é a única resposta sã e satisfatória ao problema da existência humana.

Para Nietzsche (filósofo, poeta e compositor alemão), é Preciso Aprender a Amar. Afinal sempre somos recompensados pela nossa boa vontade, nossa paciência, equidade, ternura, para com o que é estranho, na medida em que a estranheza tira lentamente o véu e se apresenta como uma nova e indizível beleza.

E para Jung (médico psiquiatra e psicoterapeuta suíço, fundador da psicologia analítica):

O amor custa caro e nunca deveríamos tentar torná-lo barato. Nossas más qualidades, nosso egoísmo, nossa covardia, nossa ambição, tudo isso quer persuadir-nos a não levarmos a sério o amor. Mas o amor só nos recompensará se o levarmos a sério (JUNG, 2005).

Retomemos porém, nossa reflexão sobre o autoconhecimento.

Para que possamos vivenciar relacionamentos saudáveis e funcionais (conosco mesmos e com os demais) é essencial entendermos a importância de exercitar o autoconhecimento.

E isso nem sempre é um exercício agradável...

Principalmente quando chegamos aos espaços que somente o subconsciente ou o inconsciente conseguem acessar ao longo da vida, na construção do nosso temperamento ou perfil. Numa escala formativa, temos a genética, seguimos formando nosso caráter por meio de influências e vivências sociabilizadoras e, continuamos absorvendo incessantemente toda carga de normas sociais e culturais a que somos expostos.

Assim, a qualidade das nossas relações depende diretamente do nosso nível de autoconhecimento. Quando nos conhe-

ceamos, nos tornamos protagonistas da nossa própria história e atitudes, revemos nossas ações com olhar crítico reflexivo percebendo-nos em nosso agir e reagir no decorrer das situações do dia a dia, nos compreendendo melhor.

Muitas vezes sem nos darmos conta de que somos simplesmente nossos próprios algozes, tiranos e sabotadores... Isso sinaliza falta de amor, cuidado e perdão.

Ao atentarmos sobre nós, via autopercepção/autoconhecimento, aprendemos a perceber nossos limites, nossas necessidades e nossas defesas, reconhecendo quem somos para nós mesmos, reconhecendo o nosso espaço.

Isso nos auxilia a desenvolvermos uma maior capacidade de autoaceitação, liberando-nos dos pesos alheios que um dia foram absorvidos por nós por algum motivo ou razão e assim, abrem-se em nós, espaços para novas e saudáveis experiências.

É um ciclo constante e evolutivo.

A cada nova experiência com maior consciência, nos tornamos mais autônomos, mais livres para nos assumir como autores, atores e portadores de nossa própria história.

Amar-se é conhecer-se mais profundamente, constituindo-se de plenitude e perdão.

E depois de reconhecer a importância do autoconhecimento e as possibilidades sobre amar e amar-se, chegamos ao último patamar de nossa proposta temática: **a Cura.**

Só curamos o que está doente. E a doença pode estar alojada em diferentes patamares internos ou externamente (fisicamente).

Porém, para se promover condições de cura, há necessidade de se detectar a doença, onde está alojado o ferimento ou a causa do sofrimento que gerou a doença.

É um movimento complexo.

A ciência já reconheceu que a cura de muitos males nem sempre está no curar o físico.

E sim, na detecção da doença (desequilíbrio) e tratamentos atingindo aspectos internos, em âmbitos psíquicos e ou emocionais.

Atualmente, pesquisas e estudos científicos comprovam que muitos processos de cura foram atingidos quando houve o reconhecimento do que precisava ser transformado ou ressignificado em âmbitos internos no indivíduo.

Voltemos a Jung, quando diz “O amor custa caro” e devemos levá-lo a sério...

Nesta ótica, o amor e a cura se encontram na busca constante da sabedoria nos caminhos rumo ao autoconhecimento, gerando equilíbrio, harmonia e saúde.

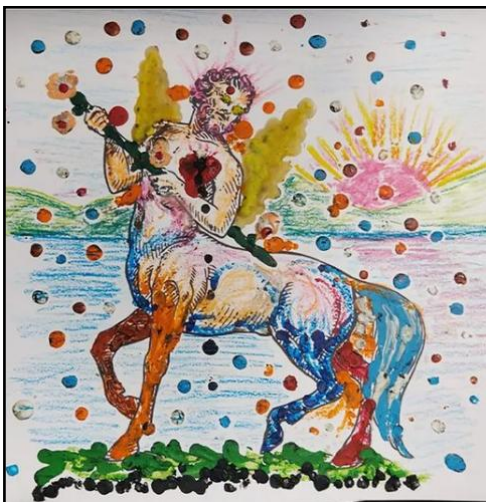
Concluindo, podemos afirmar que neste contexto composto por sabedoria, amor e cura, a Arteterapia oferece através de seu processo terapêutico/curativo, possibilitar ao indivíduo o desenvolvimento do autoconhecimento, permitindo na emergência de

seus conteúdos internos, tornar-se conscientemente capaz de compreender-se melhor e por consequência, gerar oportunidades de reconstruir-se, ressignificar-se e transformar-se numa melhor versão de si e para si mesmo em sua vida.

REFERÊNCIAS

JUNG. C. G. *Sobre o Amor*. Ed. Ideias & Letras. 2005.

Atividades arteterapêuticas





6 – GURUDEV RANADE E OS SEUS ENSINAMENTOS: meditação, Avatar, Luz, Forma e Nome de Deus No dia do seu 138 aniversário

Pedro Teixeira da Mota*

Imagens do mandir ou pequeno templo dedicado a Gurudev Ranade, ao centro, e a seus mestres, na casa em que nasceu em Jamkhandi



Fonte: Arquivo do autor

Foi a 3 de Julho de 1886, da mesma geração mundial que Leonardo Coimbra e Fernando Pessoa, que nasceu em Jamkhandi, na Índia, Gurudev Ranade, um dos mais brilhantes yogis e filósofos indianos do século XX, no verdadeiro sentido da palavra, pois juntava ao trabalho intelectual, um modo de vida harmonioso e uma prática e experiência espiritual, assente na devoção a Deus. Foi professor de Filosofia e chegou a vice-Chanceler na Universidade de Allahabad, desincarnando em 1957. Consagramos-lhe já uma biografia: <https://pedroteixeiradamota.blogspot.com/2020/07/guru-ranade-um-verdadeiro-yogie.html>

Dentre os seus ensinamentos escolhemos alguns para esta breve apresentação.

«A minha filosofia não é diferente da minha vida... As dores e as misérias que possa vivenciar ajudarão a purgar a mente das suas impurezas...

Uma vez gerada a devoção, a qualidade torna-se mais importante que a quantidade... A miséria pode ser suportada; os ataques de tentação, o ódio, podem ser tolerados; mas a dor física torna-se insuportável a partir de certo limite. Em tais ocasiões a única via que permanece aberta é orar a Deus para nos permitir meditar...».

Pedro Teixeira da Mota – Licenciado em Direito pela Universidade de Lisboa (Portugal). Investigador da Tradição Perene ou da Espiritualidade Universal. Conferencista em vários países e sobre diversos temas. Viveu dois anos e meio na Índia. Foi professor de Yoga, e tem trabalhado como especialista do livro antigo. Dinamizador espiritual. Publicou quatro livros de inéditos de Fernando Pessoa, comentados: *Moral, Regras de Vida e Condições de Iniciação*. Lisboa, Edições Manuel Lencastre, 1988; *A Grande Alma Portuguesa*. Lisboa, Edições Manuel Lencastre, 1988; *A Rosea Cruz*. Lisboa, Edições Manuel Lencastre, 1989; *Poesia Profética, Mágica e Espiritual*. Lisboa, Edições Manuel Lencastre, 1989. Em 1998, o *Livro dos Descobrimentos do Oriente e do Ocidente*. Em 2006, a tradução comentada do texto sânscrito *AstavakraGita, o Cântico da Consciência Suprema*. Em 2008 a tradução (com Álvaro Pereira Mendes), e comentando-a, do *Modo de Orar a Deus*, de Erasmo de Roterdão. E em 2015 um livro de trinta e três ensaios, “*Da Alma ao Espírito*”, Publicações Maitreya. E escreve no: <https://pedroteixeiradamota.blogspot.com/>

Valorizava pois o suportar as dores e as provações e ainda muito a aspiração e a determinação dos yogis, considerando porém indispensável a ligação com um mestre: «A forma (subtil, vista no olho espiritual) de Deus deve descer sobre nós, e para isso acontecer deve haver um instrutor ou mestre de elevado nível espiritual. Só então ele pode fazer descer tal [visão de forma pessoal da Divindade] para o nível inferior do discípulo. Se o mestre nada tem, o discípulo nada recebe. Por vezes pode acontecer o discípulo receber algo, mesmo que o professor nada tenha. Mas havendo um limite para isso, o discípulo pode deixar de fazer progressos», se continuar ligado a esse instrutor, o que sucede frequentemente ao criarem-se laços nos grupos e em relação ao instrutor que tendem a prender as pessoas neles. Para o gurudev Ranade, o brâmane [que mais de quem nasce membro da casta religiosa] é quem realizou *Brahman*, a Divindade, ou seja, aquele que conseguiu estabelecer uma comunicação fácil com Deus e para quem nada é mais querido ou amado que a forma com que Deus se lhe manifesta.

A sua *sadhana*, ou caminho de prática espiritual, assentava sobretudo na devoção ou sentimento amoroso (*bhava*) para com Deus e depois na meditação no nome (*nama*) de Deus e na sua forma (*rupa*). E nessa prática desenvolveu notável sensibilidade e profundidade, fazendo a dança da mente cessar (conforme os *Yoga sutras*, o I-2: *Yoga citta vritti nirodha*), e chegando ou estabilizando na *atmaswarupa*, a sua forma espiritual (conforme *Yoga sutras*, I-3 *Tada drashtuh svarup evasthanam*), e discernindo até particularidades da fisiologia subtil, tal a necessidade de abrir a abertura existente no ventrículo cerebral junto à pineal, algo que já o poeta santo Kabir cantara. Ou que o pôr em movimento simultaneamente os oito *chakras* ou centros-órgãos do corpo subtil, era um bom sinal de avanço no caminho para Deus.

Numa das suas cartas, quando estava doente, dizia ao seu guru: «Estou a tentar praticar a *sadhana* o mais possível. Muito raramente tenho a visão suprasensorial da (lua crescente) em luz azul. Se recuperar a saúde praticarei a repetição do nome de Deus pelo menos uma hora duas vezes por dia.»

Muito era o seu amor por Deus, e pela iluminação das almas, alegrando-se quando sabia que elas avançavam na devoção, e assim uma vez começou a chorar ao pensar que eram tantas as almas que desperdiçavam o seu tempo terreno sem tentarem conhecer ou ligar-se a Deus, exclamando: «O que sucederá a esses pobres seres?» Vemos bem como gurudev Ranade se diferenciava dos que pensam que as pessoas mal morrem logo são encaminhadas por um túnel de luz para planos elevados e são recebidas por familiares ou guias.

Crítico era também da ilusão da ciência como nova religião, apontando o exemplo de Descartes, pois, apesar dos seus conhecimentos científicos e matemáticos, duvidava ainda da existência de Deus, que para Ranade era e é a única Realidade verdadeira e perene, e com a qual comungava diariamente nas suas meditações silenciosas, por vezes bem longas.

Sadaguru Bhausahib Maharaj (1843-1914),
o mestre de Guru Ranade



Fonte: arquivo do autor

A sua compreensão dos avatares, ou encarnações de Deus, não era a tradicional (tal como é expressa na *Bhagavad Gita*), segundo a qual Deus avatariza ou desce num corpo físico para proteger os bons ou os seus devotos e derrotar os inimigos, mas uma mais subtil: o avatar é uma visão de Deus que desce do alto e manifesta-se diante de alguém numa forma específica, sem ser num corpo físico, sugerindo mesmo que tal se pode considerar análogo ao Espírito, o *Atman*, que assume luminosamente a forma do corpo do indivíduo. E é pelo fogo da aspiração devocional que o discípulo consegue receber do guru, do espírito ou da Divindade a percepção

beatifica da unidade, ou da presença unitiva divina, entre eles.

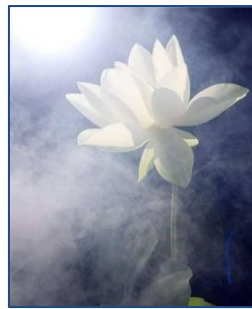
É a repetição do nome da Divindade o meio principal que fará aumentar a visão da luz divina e diminuir a identificação ilusória à personalidade, permitindo que a unidade da alma espiritual com Deus seja sentida e realizada.

Acerca desta repetição do nome de Deus, Ranade deixou alguns ensinamentos valiosos, tal o de dizê-lo e simultaneamente ouvi-lo, primeiro em voz alta e depois só silenciosamente, conseguindo ao fim de algum tempo que o nome Divino se pronunciasse interiormente sem esforço da sua parte.

Mas outro nível mais completo da meditação acontecia quando a luz, a cor e a forma do seu *Atman*, a sua *swarupa*, também chamado o *Antaryamin*, eram por ele vistas no olho espiritual, conforme até o

ensinamento dos dois primeiros sutras de Patanjali já referidos, ou quando olhava para o vasto espaço de dia ou de noite, e unia o seu *Antaryamin* (o habitante ou regente interior) com *Bahiryamin* (o transcendente, *Brahman*, a Divindade), crescendo por essas percepções meditativas interiores (por vezes bem prolongadas e acima de fomes e dores) a devoção (*bhava*), o amor (*prema*), a adoração, a beatitude (*ananda*), a unificação divina.

Possamos nós persistir mais nas meditações, nas repetições devotas dos nomes sagrados, e estabilizar mais na harmonia e paz do nosso ser espiritual, *atman*, na unidade divina. E possam o guru Ranade ou outros mestres, santos e santas guiarem-nos na intensificação relacional sábia e amorosa com o espírito, a Divindade e a Humanidade harmoniosa.



Fonte: arquivo do autor

GURUDEV RANADE: hermenêutica espiritual de Kabir, poeta e místico do séc. XV. Nas comemorações do aniversário de Ranade

Kabir, mestre dos *sant*



Um dos mestres espirituais mais apreciados e estudados por gurudev Ranade (1886-1957) foi o famoso poeta e místico do século XVI Kabir, tendo-lhe dedicado várias páginas na suas obras, abordando-o numa hermenêutica verdadeiramente espiritual e não meramente histórica, teórica ou esotericista. É o caso de *The conception of spiritual life in Mahtama Gandi and Hindi Saints*, 1956, onde no prefácio Ranade escreve: «a terceira parte deste livro é dedicada ao desenvolvimento da experiência mística em Kabir, o Apóstolo da unidade espiritual, não só entre os hindus e os muçulmanos, mas entre os membros de todas as comunidades religiosas do mundo. Se Kabir vivesse hoje, seria a primeira pessoa a pregar o evangelho da unidade espiritual universal».

É na realidade sempre actual e importante este posicionamento: sem se menosprezar as diferentes religiões, a

unidade espiritual que as subjaz deve ser reconhecida, estudada, anunciada, para melhoria da paz, entendimento e inclusividade entre os fiéis das várias religiões e tradições.

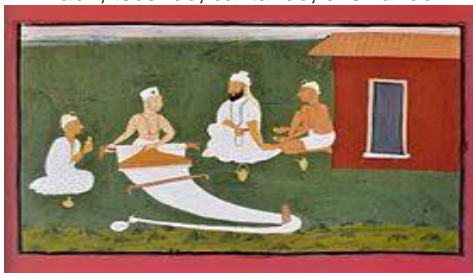
Ramchandra Dattatreya Ranade.



Fonte: arquivo do autor

A data do nascimento de Kabir é controversa, para uns em 1398 para outros 1440, mas a da sua morte, 1518, já é unanimemente aceite. Varanasi, ou Kashi, a luminosa cidade gangética, foi o local, embora sejam incertas as influências espirituais iniciais: teria nascido provavelmente numa família Nath yogi shivaísta, e talvez também praticante do sufismo islâmico, sabendo-se que foi ainda discípulo do mestre Ramdas na linha dos devotos de Vishnu, o que se torna manifesto nos poemas em que critica os Nath yogi por não desenvolverem a devoção, o amor, *prembhakti*.

Kabir, tecendo, cantando, ensinando



Fonte: arquivo do autor

Foi um tecelão, poeta, yogi, místico e assim a inspiração brotava fortemente em poemas ricos de sentidos espirituais e aparentemente paradoxais dada a profundidade das suas experiências e que foram musicados e cantados por milhões de seres, neles inserindo também críticas sócio-religiosas fortes aos sacerdotes e fiéis hindus e islâmicos que se deixavam estar quase que

só nos dogmas, aparências e superstições, perdendo a realização viva.

Kabir canta as suas experiências espirituais, as dos *Nathyogi* e as dos *sadhus* ou *sants*, seres libertos da ilusão (*maya*) e realizados, orientadas pelo amor a Deus ou, talvez melhor, à Realidade Suprema, que designou por diferentes termos das várias tradições e religiões, tais como os vedânticos *Brahman*, *Atman*, *Purusa*, *Tat*, *Gyan* (ou *Jnana*, Sabedoria), *Ek* (o único), *Niranjan* (o Sem nódoa) mas também o dos avatares Ram, Hari e Govinda, ou ainda, já na tradição do Islão, *Allah*, *Hazrat* (o Majestoso), *Khuda* (Deus em persa), *Karim* (o Dignificado).

Só no século XVII é que surgiram as compilações dos seus poemas principais, no *Kabir Bijab*, no *Kabir Granthawalli*, na escritura sikh *Adi Khant* e noutras compilações. Nos tempos modernos destacaram-se as publicações e traduções de Westcott (com o seu *Kabir and the Kabir Panth*, 1907), Rabindranath Tagore, Ranade e Charlotte Vaudeville.

Para o professor Ranade, Kabir será sempre um dos grandes unificadores das várias religiões pela sua boa nova ou evangelho de paz e de universalidade, e pelos ensinamentos autobiográficos espirituais que semeou, e destacará e comentará na obra referida *Spiritual Life...* certos aspectos valiosos para os praticantes do caminho espiritual, da *sadhana*:

Para Kabir, o verdadeiro mestre, ou seja, o *Sat Guru*, o *Sadguru*, é quem está apto a estabelecer o seu discípulo na visão de Deus para onde quer que este lance o seu olhar. Não pode ser só interiormente nem só no mundo exterior. Podemos considerar tal uma realização completa, pois tanto há a visão interior mística, em geral obtida por *bhakti*, amor devoção, como a visão intelectual e a intuição da unidade da Divindade omnipresente, *jnana*.

Característica do *sadguru* é a de ensinar o discípulo a estar no *sahaj samadhi*, na unificação interior natural, sem depender de práticas respiratórias ou concentrativas, e dando a original imagem de se estar numa cabana sem fundo entre a terra e o céu, o que é também entre a base da coluna, ou talvez melhor o umbigo, e o cimo da cabeça, ou seja, estar mais no peito, sem contudo se deixar prender nele, nem enredar os outros, um aviso muito pertinente pois vemos

constantemente como os gurus modernos prendem tanta gente afectivamente, tornando-as dependentes ou mesmo quase que hipnotizadas.

O centro (*chakra*) do coração é *anahat*, e *anahata* é o som interior espiritual que se pode ouvir nas práticas mais profundas de meditação mas que segundo Kabir deve ser subordinado a *Shabda*, a Palavra ou som, que é tanto a característica ou qualidade do espaço, como um dos dez sons que se podem ouvir interiormente, nomeadamente nos canais subtis, como ainda a primordialidade divina, o Espírito, e que repetida, ouvida ou meditada, por exemplo, como *Om*, ou como *Ram*, nos pode levar até à Divindade.

Outra característica do verdadeiro guru é a enunciada na *Bhagavad Gita*. IV. 18: «Aqueles que veem a ação na inação e a inação na ação são verdadeiramente sábios entre os humanos. Embora realizem todo o tipo de acções, são yogis e mestres de todas as suas acções», ou seja, observamos um elogio da capacidade de não se estar ansioso ou dependente dos resultados, mas desprendido e permanecendo em paz e felicidade mesmo na acção.

Outro aspecto destacado por Ranade em Kabir é a importância da prática da meditação em Deus utilizando-se o mantra ou nome (*nama*) de Deus dado pelo guru ao discípulo na iniciação. Alerta contudo que para Kabir não é este nome, nem menos ainda o que uma pessoa escolhe para si, que é o verdadeiro Nome, o qual é *Ajara* e *Amara*, imutável e imortal: «Quando estamos a meditar, diz Kabir, há um nome celestial que se revela ou desdobra a si próprio ao nosso sentido auditivo, no estado mais elevado da meditação. Tal nome é *Ajara* e *Amara*. Quando uma pessoa entra na posse ou fruição deste Nome, o seu caminho para a Divindade fica claro, limpo.»

Esta repetição do Nome de Deus deve ser contudo silenciosa, pois nos quatro níveis da fala ou voz: *vaikharii*, a física, *madhyamma*, a mental e que pensamos antes de pronunciar, *pashyanti*, a que se vê ou se compreende inicialmente, e a *para*, a transcendente e silenciosa, esta é a do nível mais elevado e embora difícil de se realizar dela nos aproximamos ao tentarmos transcender os outros níveis e ao meditar em silêncio íntimo receptivo.

Em termos de fisiologia interna, a meditação ganha em ser realizada pela abertura da janela existente nos ventrículos do cérebro e em seguida pelo voo ascendente do espírito até ao *Triveni Samgama*, a confluência das três correntes ou rios no olho espiritual, onde se poderá então receber a visão de Deus.

Para isto acontecer Kabir recomenda a concentração forte na Divindade, despreendimento do mundo exterior (para diminuir ou extinguir-se a ondulação mental), intensidade de aspiração e sermos na vida, na linha pitagórica (refere até Ranade, já que conhecia bem a filosofia e tradição grega), espectadores ou viajantes que não se carregam de pesos nem de envolvimento desnecessários.



Uma das boas imagens da meditação (e que deveremos cogitar) dada por Kabir é a de que a sua mente ou alma é o pavio, o Nome de Deus o óleo e a Divindade em si mesma o fogo que acende o pavio. Quando tal acontece a luz interior cintilante manifesta-se dentro do tabernáculo do coração, e então devemos consagrar-nos (*nyochhavar*) mais a Deus, tornar a nossa vida mais dedicada a Ele, até para que haja crescimento espiritual e aconteçam experiências interiores que nos elevem à Divindade.

Quais são as mencionadas por Kabir na sua poesia? Sobretudo os sons interiores, as visões da Divindade, ou então dos avatares (tal Rama e Krishna), o sentido da eternidade bem como do poder infinito de Deus, dando uma valiosa pista de prática interna dos iniciados yogis nas técnicas denominadas de luz, som e néctar: após a concentração no nome de Deus, quando o extracto doce ou néctar (*amrita*) escorre das células para os ventrículos laterais cerebrais, então o som interior tanto se eleva para o céu como

permite encher mais o lago do 3º olho e ventrículo da beatífica sensação-sabor de *amrita*, numa dupla ou recíproca causalidade entre o som e o néctar, estado interior que diz ele poder chegar a absorver ou atrair a si a comunhão com o Oceano da Divindade, na Índia tão cultuado como Narayana.

Fiquemos com o excerto inicial de um poema de Kabir, numa tradução a partir do francês da sábia orientalista Charlotte Vaudeville:

Ó Kabir, o resplendor do Eterno é como o nascer de toda uma sucessão de sóis.

Perto do marido, a mulher despertou e diante dela um espectáculo maravilhoso se formou.

Ela contemplou o espectáculo sem os olhos do corpo e, sem o Sol e sem a Lua, a Luz brilhou,

O servidor está absorto no serviço do Mestre e não se preocupa com nada mais.

A Majestade do Senhor Supremo está para além de toda a imaginação.

A sua beleza é indizível. É preciso contemplá-la.

Ao inacessível, ao invisível não há qualquer acesso, lá brilha a Luz; lá onde Kabir prestou as suas homenagens nem o pecado nem o mérito podem chegar.

Esse lótus que floresce sem flor, só os íntimos (da Divindade, Rama) podem contemplar.

Gurudev Ranade



Fonte: arquivo do autor

Ramachandra Dattatreya Ranade (1886-1957) foi um professor, filósofo, religioso comparativo, místico e mestre do caminho espiritual, onde iniciou muitas pessoas no caminho para Deus, especialmente através do Jnana e do Bhakti Yoga.

Para além dos 24 livros que deixou, estabeleceu uma Academia Comparativa de Filosofia e Religião, que ainda hoje funciona (com uma excelente biblioteca) como centro ecuménico de estudos comparativos religiosos e espirituais, meditações, reuniões e publicações em Nimbai, Belgaum, Karnataka.

Publicado em: quinta-feira, 4 de julho de 2024

<https://pedroteixeiradamota.blogspot.com/2024/07/gurudev-ranade-hermeneutica-espiritual.html?m=1>



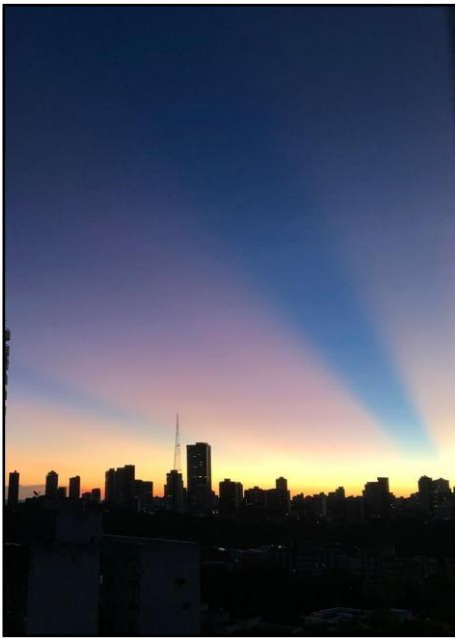
REVISTA TRANSDISCIPLINAR

Uma oportunidade para o livre pensar

Vol. 24 – Ano 12 – Nº 24 – 2º semestre/2024 ISSN 2317-8612
<http://revistatransdisciplinar.com.br> - www.artezen.org

7 – FOTOGRAFIAS – Da série Pôr do Sol

Celeste Carneiro*



***Celeste Carneiro** – Fotógrafa. Artista Plástica. Arteterapeuta Junguiana. Terapeuta Transpessoal. Escritora e editora da Revista Transdisciplinar.



REVISTA TRANSDISCIPLINAR

Uma oportunidade para o livre pensar

Vol. 24 – Ano 12 – Nº 24 – 2º semestre/2024 ISSN 2317-8612
<http://revistatransdisciplinar.com.br> - www.artezen.org

8 – PAZ

Amélia Rodrigues*

Onde encontro a paz? ...
 Pergunto-me a todo instante.
 Procurei-a há tempos idos
 Num lugarejo distante...
 Procurei-a num largo anfiteatro
 E ainda não achei...
 Procurei-a, desta vez, num circo
 E também não encontrei...
 Então pensei: Está no lar!...
 Mas também lá não estava.
 E pus-me novamente a buscá-la
 Nos canteiros floridos, no pôr do sol,
 Em todas as maravilhas do Universo
 E nada consegui encontrar...
 Um dia, embaraçada com tanta busca,
 Perdi-me dentro de mim
 E... Qual não foi a minha surpresa!
 Lá estava ela...
 A sorrir.

*Amélia Augusta do Sacramento Rodrigues foi uma educadora, escritora, teatróloga e poetisa brasileira. Nasceu a 26 Maio 1861 (Santo Amaro-BA). Morreu em 22 Agosto 1926 (Salvador-BA).
<https://www.escritas.org/pt/t/2275/paz>