

Manoel José Pereira Simão | São Paulo

PSICÓLOGO, MESTRE EM
NEUROCIÊNCIAS E
COMPORTAMENTO – USP;
ESPECIALIZAÇÃO
PSICOLOGIA
TRANSPESSOAL;
TRANSDISCIPLINARIDADE;
PSICOLOGIA A SAÚDE,
TERAPIA COGNITIVA
COMPORTAMENTAL,
HIPNOSE E TRVPERES

Artigo Revista o Mundo da
Saúde, São Paulo, 2010.

A Psicologia Transpessoal é uma disciplina que integra a ciência e espiritualidade, filosofia oriental e pragmatismo ocidental, antiga sabedoria e ciência moderna. Mas para sermos hábeis para fazer isso, temos que diferenciar claramente espiritualidade de religião e ciência de cientificismo¹¹.

A espiritualidade está baseada em experiências diretas de dimensões e aspectos incomuns da realidade. Ela não requer um lugar especial ou uma pessoa designada oficialmente para mediar contato com o divino. Os místicos não necessitam igrejas ou templos. O contexto no qual eles experienciam a dimensão sagrada da realidade, incluindo sua própria divindade, são os seus corpos e a natureza. E ao invés de ordenar padres, eles necessitam de um grupo de apoio de colegas buscadores ou a orientação de um professor, que está mais avançado na jornada interna do que estão eles próprios. A espiritualidade envolve um tipo especial de relacionamento entre o indivíduo e a comunidade de grupo que tem lugar em um local designado, um templo ou uma igreja e envolve um sistema de oficiais marcados que pensam ou não ter tido experiências pessoais de realidades espirituais. Uma vez organizada a religião, frequentemente, perde completamente a conexão com a fonte espiritual e torna-se uma instituição secular, que explora as necessidades espirituais humanas, sem satisfazê-las. As religiões organizadas ten-

dem a criar sistemas hierárquicos, focando sobre perseguição de poder, controle, políticos, dinheiro, possessões e outras preocupações seculares. Sob essas circunstâncias, as hierarquias religiosas, como regra, discordam e desencorajam experiências espirituais diretas para seus membros, porque eles criam independência e não podem ser controlados efetivamente. Quando esse é o caso, a genuína vida espiritual continua somente no ramo místico, ordens monásticas e seitas extáticas das religiões envolvidas. Não há dúvida de que os dogmas das religiões organizadas estão geralmente em conflito com a ciência, se essa ciência usa o modelo materialista-mecanicista ou está ancorado no paradigma emergente. No entanto, a situação é muito diferente, ao considerar o autêntico misticismo, baseado na experiência espiritual. A grande tradição mística tem acumulado extensivo conhecimento sobre a consciência humana e sobre o domínio espiritual, de um modo que é similar ao método que cientistas usam para adquirir conhecimento sobre o mundo material. Envolve metodologias para indução de experiências transpessoais, sistemática coleta de dados e validação intersubjetiva. Experiências espirituais, como algum outro aspecto da realidade, podem estar sujeitas a cuidadosa pesquisa de mente aberta e estudadas cientificamente. Nada há de não científico sobre ser imparcial e estudar rigorosamente o fenômeno transpessoal e os desafios que eles apresentam, para uma compreensão materialista do mundo. Cada abordagem somente pode responder à questão crítica sobre o estado ontológico da experiência mística. Elas revelam uma verdade profunda sobre algum aspecto básico da existência, como mantido pela filosofia perene, ou elas são produtos da superstição, fantasia ou doença mental, como a ciência materialista ocidental as vê?

Para Vera Saldanha^b “é muito importante ficar claro que nenhuma prática, seja espírita, tibetana, seja xamânica, é prática de Psicologia Transpessoal. Isso não tem

nenhum demérito no sentido de que o xamanismo pode ter até mais conhecimento, ser uma coisa milenar, tão antiga, mas ela não é uma prática de Psicologia Transpessoal. Nesse sentido, a compreensão de que existem os fenômenos transpessoais, que certamente nós poderíamos dizer que existem desde o primeiro homem primitivo, quando ele fazia suas rodas de canto, sua adoração ao sol, ele entrava em estados de êxtase. Isso são fenômenos transpessoais que vão ser estudados pela Psicologia Transpessoal, pela Antropologia Transpessoal, mas não é uma prática da Transpessoal. Então, você precisa distinguir o que é a experiência transpessoal, da psicologia transpessoal. Assim como da Sociologia Transpessoal, da Psiquiatria Transpessoal, cada uma tem a sua área de atuação. E talvez isso ainda seja uma coisa que, por falta de informações nas universidades, os alunos, qualquer coisa que ouvem falar, principalmente nessas duas últimas décadas nas quais estão muito em voga os fenômenos místicos, esotéricos, as seitas... E por que isso está aconte-

cendo? Porque são interlocuções para estados de expansão de consciência e que a psicologia, na medida em que tenta ignorar ou deixar de lado, presta um grande desserviço ao ser humano. Porque se ele vai a um psicólogo onde ele precisa, ele sente necessidade de falar dessa dimensão espiritual, mas ele não encontra um interlocutor, ele vai buscar em práticas místicas. Se ele não quer aderir a uma religião, então ele vai criar a própria seita. Quando, na verdade, é uma dimensão muito saudável do ser humano, que acaba podendo até ter um desvio de percurso, embora nós tenhamos até que reconhecer que muitas religiões, se algumas podem ter embotado a reflexão do ser humano, muitas contribuem para que determinados valores, determinados comportamentos adequados, que são talvez ignorados pelo poder público, um grupo grande que fica à margem, eles acabam dando até suporte, acabam até ajudando. Eu me lembro que o Roberto Crema^{12,13} me disse numa palestra dele assim que se não fossem os centros

espíritas, os exorcismos das igrejas evangélicas, se não fossem as práticas religiosas, talvez os nossos hospitais tivessem ainda mais abarrotados de pessoas. Não porque elas são doentes, mas porque elas não encontraram na psicologia uma interlocução para a sua dimensão espiritual, para a sua transpessoalidade. Então, acho que esse compromisso com a saúde mental nos faz não sermos omissos com uma dimensão que é essencial da nossa natureza; que o Maslow evidencia desde a década de 50: que se você não permite na criança manifestar suas experiências de êxtase, sua dimensão de espiritualidade, você adoce esse ser humano e aí ele diz: “Nós estamos numa sociedade muito doente, com seres humanos muito doentes.” E que daí você precisa ter melhores seres humanos e melhores sociedades. E aí diz: “Como fazer isso?” E aí é que ele mostra a proposta da Transpessoal. E quando você trabalha num plano experiencial e quando você trabalha com estados expandidos de consciência, se vem um lado muitas vezes hediondo, vem também a dimensão mais superior que igualmente se encontrava inconsciente. Só que claro, para isso o psicólogo tem que ter um profundo conhecimento, tem que ter um treinamento intenso, porque senão ele simplesmente vai só levando as experiências, as vivências e isso pode também acarretar agravamentos a Transpessoal afirma que existe reencarnação.” É mas aí a gente deixa bem claro, quer dizer, ela nem afirma que existe e nem que não existe. É uma das hipóteses como foi a do aparelho psíquico do Freud, do inconsciente, do pré-consciente; como é a hipótese que foi observada do inconsciente coletivo do Jung. *É no contexto* – quer dizer, essas são faixas que são acessadas em experiências de expansão de consciência – então que se faz um mapeamento e se denomina de inconsciente coletivo, inconsciente transindividual, inconsciente filogenético, ou seja, são experiências universais que habitam no inconsciente do qual nós emergimos. Nós emergimos do inconsciente. Então, a Transpessoal vai estudar esse inconsciente. E no plano da dualida-

de é uma hipótese possível, mas no plano do absoluto, que é o cerne do conceito da Transpessoal, não existe e nunca existiu outra vida, outra encarnação, porque há uma visão da consciência de unidade. Então, é importante essa compreensão dos vários níveis da consciência: num determinado plano pode ser que sim, pode ser que não; num outro plano nunca existiu.”

A Transpessoal tem contribuído para a compreensão dos processos psicológicos da morte e morrer. Que sentido tem a morte em nosso mundo materialista? O mundo que nos rodeia não nos ensina a morrer. Tudo é feito para esconder a morte. O encontro de Jean Yves Leloup e Marie de Hennezel¹⁴, propõe a reflexão sobre o valor que se deve dar à morte. Conhecer as grandes concepções filosóficas, religiosas e místicas permite sentir melhor o que significa morrer.

Rita Macieira¹⁵ aborda o sentido da experiência da morte através de uma visão Transpessoal e a importância de sua obra é que pode ser lido pelo próprio paciente, mas principalmente por profissionais que cuidarão do paciente até o momento da morte. Refere o quanto importante é o “estar junto”, o quanto de vida há na proximidade da morte e como a Psicologia Transpessoal pode favorecer o encontro do terapeuta com o paciente nesse processo.

Macieira e colaboradores¹⁶ falam de cura, sonhos e outros temas nos trazendo encorajamento e esperança. Assim, ampliam-se as possibilidades de se maximizar sua realização partindo do princípio que cada um de nós pode fazer mais do que esperar o efeito de determinada medicação. Ou pior, esperar o lançamento de uma nova droga que seja, de fato, eficiente. A experiência tem mostrado que sem sentido ninguém consegue viver por muito tempo. Talvez uma das perguntas mais inquietantes no final do século passado e neste início de milênio seja: qual o sentido da vida? Qual a finalidade do viver e do morrer?

Para Leloup¹⁷, um dos maiores expoentes de Psicologia Transpessoal, é preciso cuidar do ser hu-

mano em sua globalidade, em sua totalidade, mesmo quando se trata só os seus dentes. Nos lembra do

“Complexo de Jonas”, desvelando o caminho em direção do despertar espiritual e irmos além dos medos do eu.

Leloup¹⁷ nos presenteia com a tradução de “Os terapeutas”, de Fílon de Alexandria. Ainda não se tem clareza sobre essa comunidade antiga, que teria florescido em Alexandria na época do nascente cristianismo, mas a mensagem da comunidade dos Terapeutas permanece atual. Para atingir a plenitude, o ser humano tem que “cuidar do Ser”, apreender e cultivar o que constitui o seu mais secreto núcleo e, auxiliado pela graça divina, integrar harmoniosamente “soma” (a dimensão corporal), “psyche” (a dimensão psíquica), “nous” (a dimensão intelectual) e “pneuma” (a dimensão espiritual). Entre os mais respeitados nos campos de Psicologia, da Teologia e da Filosofia, Ken Wilber se destaca de imediato. Seus livros *O Espectro da Consciência* e *O Projeto Atman*¹⁸ foram adotados por várias Universidades e Faculdades. Seus trabalhos têm sido muito bem recebidos pelos colegas, que não lhe poupam elogios. “O Einstein há tanto tempo esperado da pesquisa da consciência.” “Poucas pessoas entendem as muitas facetas da psicologia ocidental com amplitude e a profundidade de Ken Wilber. No espectro da Consciência, Wilber nos traz uma abordagem que amplia as concepções sobre a consciência desenvolvidas pela psicologia ocidental. Compara a consciência ao espectro eletromagnético. A partir dessa analogia, tal como qualquer radiação eletromagnética, a consciência é “una” e se manifesta por uma multiplicidade de aspectos, de níveis ou de faixas, que correspondem aos diferentes comprimentos das ondas eletromagnéticas.

Frances Vaughan¹⁹ argumenta com convicção que psicoterapia e espiritualidade são aspectos complementares do desenvolvimento humano, e que ambos são essenciais para se alcançar condições ideais de saúde física, emocional, mental,

existencial e espiritual. Esclarece a relação entre crescimento e desenvolvimento interior e exterior.

Apesar de sua rápida expansão, a psicologia transpessoal vinha precisando de um texto introdutório mais abrangente. Walsh e Vaughan³ reuniram textos mais pertinentes e os autores de maior destaque nesse campo.

Pierre Weil contribuiu na década de 80 com uma coleção publicada denominada coleção psicologia Transpessoal. Neste trabalho, além de tratar da metodologia da psicologia transpessoal, trata também da colaboração científica que diferentes ramos da psicologia podem lhe dar e da relação existente entre ciência e mística, seja ela ocidental ou oriental. Aprofundam-se aqui interrogações relativas aos limites da Evolução Mental Humana e da Morte. Levantam-se questões sobre a Energia Vital Humana, a evolução, a Vida após a Morte, e os Estados de Consciência. Trata, com uma abordagem séria, os fenômenos de realizações transpessoais. Aborda diferenças e semelhanças entre a esquizofrenia e a mística. Traz um estudo que apresenta a regressão como uma explicação

O que difere a psicologia de orientação transpessoal das demais abordagens terapêuticas é a visão de homem como um ser bio-psico-sócio-espiritual e o conjunto de referenciais teóricos utilizados durante o processo terapêutico. A visão holística e integral do psiquismo humano revela, como já mencionado acima, a existência de um centro unificador da personalidade – Transpessoal – conhecido também por Self, Eu Superior, Espírito que conhece seu projecto de vida individual e social, histórico e transcendental, que apreende a realidade de forma lúcida, que é livre e inteligente, portanto, sabe o que é necessário para prosseguir em sua jornada evolutiva. O terapeuta dentro desta nova abordagem é apenas um facilitador que acompanha amorosamente o desenvolvimento psico-espiritual de seus clientes.

As psicoterapias convencionais oferecem apenas um método de

tratamento dos transtornos da personalidade objectivando na maioria das vezes apenas o alívio dos sintomas, a mudança de comportamento e a redução do desconforto psicológico. Na psicoterapia transpessoal buscamos conscientizar o cliente sobre a natureza e a extensão do seu desalinho emocional, bem como assinalar e informar sobre a possibilidade de desenvolver suas potencialidades e capacidades inatas, formas transconvencionais de ser, oferecendo recursos para viabilizá-los.

A psicoterapia de orientação transpessoal ajuda o cliente a se localizar, a mapear os seus “problemas” e a situá-los no ambiente social, cultural, familiar, profissional, afectivo, espiritual, etc., o que por si só já é altamente terapêutico e ainda favorece nele a atenuação da ansiedade, activação da autoconfiança, requisitos necessários e importantes ao início do processo de autocura.

Quando uma pessoa procura a psicoterapia, quase sempre seu objetivo é a diminuição e até a supressão de um estado de sofrimento decorrentes de dificuldades de ordem emocional e espiritual. No percurso que faz para o interior de si mesma, ela tem a chance de adquirir mais conhecimento de seu modo de ser e de desenvolver-se como pessoa. No contato consigo mesma, seja para descobrir os recursos pessoais para a evolução, seja para encarar seus “estados de consciência”, como sintomas ou processos defensivos, um guia/orientador se faz necessário. É essa parece ser uma das funções básicas do trabalho terapêutico. Sabemos o quanto o acompanhamento de uma ajuda gentil, mas firme, é fundamental nesses mergulhos nas profundezas do inconsciente. A psicoterapia de orientação transpessoal possui um número bastante expressivo de exercícios que são empregados com finalidade terapêutica. Utilizamos também algumas técnicas das tradições milenares do oriente como: meditação, concentração, contemplação, trabalho com mandalas e também nos valem dos recursos

oferecidos pelo relaxamento como auxiliar no rebaixamento dos níveis de tensão e ansiedade, na liberação de endorfinas que tem efeito anestésico e proporcionam grande bem-estar. Trabalhamos para que o cliente aprenda a desenvolver recursos positivos para si próprio e passe a utilizá-los em sua vida quotidiana.

