

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO

PUC-SP

Maria Beatriz da Silva Mattos

**A concepção de espiritualidade na obra de Roberto Assagioli: a abordagem emergente
da Psicossíntese**

Mestrado em Psicologia Clínica

Dissertação apresentada à Banca Examinadora da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo como exigência parcial para obtenção do título de Mestre em Psicologia Clínica sob a orientação da Prof^ª Dr^ª Marília Ancona-Lopez.

São Paulo

2013

FOLHA DE APROVAÇÃO

Banca Examinadora:

Ao Fernando, à Paula,
ao João Paulo, ao Lucas,
ao Felipe, à Nina
e a quem mais chegar,
meus amores e esperanças
das maravilhosas possibilidades humanas!

AGRADECIMENTOS

*Entre as portas do visível e do invisível,
uma tênue barreira nos separa da eternidade.
Além da materialidade passageira das coisas,
fica o reino das coisas verdadeiras
que a gente carrega feito um tesouro no coração.
Laços inquebráveis de um amor insuperável.
Ternuras profundas de uma amizade real.
Mãos que se selam como guardiãs na nossa caminhada.
Espíritos de luz iluminando nosso coração
“Fantasmas” familiares como forças de proteção
Aí... aí a gente vê que o tempo não vale nada
O tempo é pó na estrada da evolução.
(Autor desconhecido)*

Profundamente tocada por um encantamento que só posso chamar de Luz, e que é despertado em mim pelo processo da Vida em si, agradeço ao Senhor da Vida e de todas as coisas, Pai-Mãe, Santo Espírito, que me permitiu ser Sua filha e que me trouxe até este momento.

A todos os que se fizeram presentes nesta minha jornada de conhecimento, os deste e os do “outro” lado da Vida, o meu mais profundo muito obrigada.

Paulo Fer, você sabe da sua importância ao meu coração, sempre me lembrando que eu posso. Os nossos são laços inquebráveis! Eternamente obrigada.

À Marília, minha orientadora, minha gratidão especial por ver o que eu não via, em mim e além de mim, por acreditar que eu podia e por me “trazer de volta à terra” quando eu me perdia em meus devaneios, mas especialmente obrigada, por me permitir escolher os meus próprios caminhos. Sem você, certamente eu não teria conseguido. Muito, muito obrigada.

Ao meu queridíssimo Padre Luiz Gonzaga Dutra, que mesmo já estando do “outro” lado da Vida me permitiu ter a certeza de que eu estava onde devia estar e no momento em que devia ser. Tenho certeza de que as suas são mãos que se selam como guardiãs na minha caminhada.

As palavras somem neste momento, mas o coração sabe o que quero lhe dizer... Muito, muito obrigada.

Aos colegas que me receberam com fraternal carinho e que foram se tornando presença fundamental para que meus pensamentos tomassem novas e transcendentais formas: Padre Anselmo, Yvone, Padre João, Pastor Merlington, Renata, Padre Gerson, Patrícia, Guilherme, Ênio, Padre Vanildo, Magali, Diogo, Felipe, Ondina, Denise, Larissa, Lucivaldo. A vocês, já com muitas saudades, muito obrigada.

À Irmã Neuza, irmã de fé e de caminhada, obrigada por sua mansidão e confiança em meu Ser: isto sempre irá me tocar a alma. Muito obrigada.

À Marília, mineirinha querida, cuja fé é exemplo e encantamento: você mora em meu coração. Muito obrigada.

À Telma e à Tereza, irmãs de toda hora, das partilhas de risos e de medos, de intimidades e amenidades nos almoços de terça-feira, como sinto saudades... Muito obrigada.

À Rafaella, filhotinha do coração e terapeuta dos meus medos, obrigada por me ajudar a ver o que minha alma sabia, mas minha mente escondia. Muito obrigada.

À Kelcy, incentivadora nata, muito obrigada por seu “ouvido” gentil e generoso.

À Telênia, buscadora do coração e guerreira por vocação, muito obrigada por sua genuína amizade.

À Fátima, reencontro inesperado de momentos inesquecíveis, muito obrigada por me levar de volta à minha escola do coração.

À Lourdes e à Lilian, obrigada pelo sorriso cordial e fraterno de todas as semanas. Muito obrigada.

À singular Marta, que experimenta o milagre da trindade, obrigada por seu ânimo e disposição constantes. Muito obrigada.

À Professora Ceres Araújo, por me receber em suas aulas, por sua integridade e compromisso com o nosso crescimento, meu muito obrigada.

Aos colegas das aulas da Professora Ceres, por seu acolhimento e disponibilidade em partilhar, muito obrigada.

À Cris Farah, por me dar a oportunidade de fazer parte de momentos especiais de sua vida. Muito obrigada.

À Rúbia, com quem pude experimentar um encontro de alma irmã, rápido no tempo e infinito na essência, obrigada pelas partilhas, obrigada pela aceitação, e claro, obrigada pelas mais deliciosas trufas gaúchas, tchê! Muito obrigada.

À Profa Ronilda Iyakemi Ribeiro, por fazer parte da minha banca de qualificação e contribuir, imensamente, para que meu trabalho tivesse uma forma. Muito obrigada.

À Profa Marina Boccalandro, por seu generoso incentivo incondicional. Muito obrigada.

Ao Rodrigo, por sua competência e incentivo generoso. Muito, muito obrigada.

Ao CNPq, cujo auxílio me fez lembrar que a importância da materialidade das coisas é proporcionar uma valorização maior das coisas imateriais. Muito obrigada.

À Luizete e ao Ricardo, pelas trocas de conhecimento fundamentais. Muito obrigada.

À Sônia, por me guiar pelos astros e me mostrar o meu próprio brilho. Muito obrigada.

À Claudete, por seu maternal carinho, incentivo e disponibilidade sempre. Muito obrigada.

À Betinha Vitoruzzo, companheira de jornada e de ideal: sem sua ajuda teria sido muito mais difícil. Grazie mille, cara mia.

À Liane, incentivadora incondicional, sua confiança e fé na Vida me inspiram. Muito obrigada.

Ao Pedro, espírito de Luz que ilumina meu coração, por me mostrar a beleza em meu Ser. Eternamente muito, muito obrigada.

Finalmente, minha mais profunda gratidão a Roberto Assagioli, que por ter vivenciado, profundamente, seu propósito, me permitiu ter certeza de que

*Entre as portas do visível e do invisível,
uma tênue barreira nos separa da eternidade.
Além da materialidade passageira das coisas,
fica o reino das coisas verdadeiras
que a gente carrega feito um tesouro no coração.*

EPÍGRAFE

Aquele que escreve pode atrair magneticamente, na hora certa, aqueles leitores distantes no espaço-tempo, mas próximos a ele no mundo do espírito, que necessitam daquilo que ele, em outro momento e em outro lugar, se sentiu inspirado a dizer.

Roberto Assagioli

Mattos, Maria Beatriz da Silva. **A concepção de espiritualidade na obra de Roberto Assagioli: a abordagem emergente da Psicossíntese**. Dissertação de Mestrado. Programa de Pós-Graduação em Psicologia Clínica. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, SP, Brasil, 2013, p. 196.

RESUMO

O objetivo desta dissertação é compreender a concepção de espiritualidade na abordagem emergente da Psicossíntese proposta por Roberto Assagioli. Trata-se de um estudo teórico interpretativo que se iniciou por uma compilação da obra do autor seguida por uma análise que possibilitou levantar quinze elementos que caracterizam o conceito de espiritualidade. Eles referem-se ao sentido de identidade do indivíduo; à existência de uma dimensão espiritual que transcende a psicológica e tem características específicas; ao que permite ao ser humano refletir sobre seus atos, reconhecer-se como parte integrante e indissolúvel do universo e viver identificado com valores superiores, éticos e espirituais; às experiências religiosas, aos estados de consciência e às funções e atividades que dizem respeito aos valores superiores à média; ao livre arbítrio; ao significado e à finalidade da vida universal. Tais características mostram que o conceito apresentado pelo autor, embora amplo, é bem delimitado.

Palavras-chave: espiritualidade, psicossíntese, Assagioli, religiosidade.

Mattos, Maria Beatriz da Silva. **Spirituality's conception in the work of Roberto Assagioli: Psychosynthesis's emerging approach.** Master's degree dissertation. Clinical Psychology Postgraduate Program. Pontificia Universidade Católica de São Paulo, SP, Brazil, 2013, p. 196.

ABSTRACT

This dissertation's goal is the one of understanding spirituality's conception in the emerging approach of Psychosynthesis proposed by Roberto Assagioli. It has an interpretative theoretical study character and it began with a compilation of the author's piece, followed by a analysis throughout fifteen elements that characterize the concept of spirituality were identified. They refer to the individual's sense of identity; the existence of a spiritual dimension which transcends the psychological one and has specific characteristics; what allows the human being to reflect on its acts, acknowledge itself as integrating and indissoluble part of the universe and living identified with higher, ethics and spiritual values; the religious experiences, the states of consciousness and the functions and activities regarding above the average values; free will; the meaning and purpose of universal life. Such features point that the concept presented by the author, although broad, is well delimited.

Keywords: spirituality, psychosynthesis, Assagioli, religiousness

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	1
CAPÍTULO 1. O CAMINHO DA PESQUISA: A BUSCA POR UMA COMPREENSÃO PSICOLÓGICA DOS FENÔMENOS ESPIRITUAIS NA ATUALIDADE.....	4
CAPÍTULO 2. BIOGRAFIA DE ROBERTO ASSAGIOLI.....	10
CAPÍTULO 3. AS FORÇAS EM PSICOLOGIA E A PSICOSSÍNTESE.....	14
I Aula (1973): As Novas Dimensões da Psicologia (A Terceira, a Quarta e Quinta Forças na Psicologia).....	14
CAPÍTULO 4. CONCEITOS GERAIS DA PSICOSSÍNTESE.....	18
AULAS DO ANO DE 1963.....	18
I Aula: Psicanálise e Psicossíntese.....	18
II Aula: A Constituição Biopsíquica do Homem: Anatomia e Fisiologia da Psique.....	20
III Aula: O Espírito Múltiplo.....	24
IV Aula: O Conhecimento do Self - Métodos de Exploração do Inconsciente.....	25
VI Aula: Psicossíntese.....	26
VII Aula: A Vontade – I.....	28
VIII Aula: A Vontade – II.....	30
IX Aula: Leis da Vontade - A Vontade Boa.....	32
X Aula: A Transformação e a Sublimação das Energias Psíquicas.....	35

XI Aula: a Meditação	36
XII Aula: As Aplicações da Meditação	39
AULAS DO ANO DE 1964	39
I Aula: A Medicina Psicossomática.....	39
II Aula: Causas Psicológicas das Doenças (II).....	41
III Aula: Crises e Conflitos Psíquicos	42
IV Aula: Os Conflitos Morais	44
V Aula: Os Conflitos e as Crises Espirituais.....	47
VI Aula: Como Resolver os Conflitos.....	51
AULAS DO ANO DE 1965	52
I Aula: Psicossíntese Interindividual e Cooperação Internacional	52
II Aula: Técnicas Sobre Psicossíntese Interindividual	55
IV Aula: Transmutação das Energias Combativas	57
V Aula: O Casal Humano	59
VII Aula: A Psicossíntese no Matrimônio.....	62
VIII Aula: Do Casal à Comunidade Humana.....	65
IX Aula: A Psicossíntese das Nações e da Humanidade.....	68
AULAS DO ANO DE 1966	70
I Aula: Carl Jung e a Psicossíntese.....	70
II Aula: Jung e a Psicossíntese (II) – A Terapia.....	74
III Aula: Jung e a Psicossíntese (III) – Terapia e Educação	77
X Aula: Verão Psicossintético - Um Programa de Vida.....	79
AULAS DO ANO DE 1967	81
I Aula: A Vontade - Do Propósito à Realização.....	81
II Aula: Estágios da Vontade – A Deliberação e a Decisão	84
III Aula: Técnicas do Decidir – A Afirmação	87

X Aula: A Técnica do Modelo Ideal	90
XI Aula: A Vida como Jogo e Representação	93
XII Aula: Panorama do Viver Psicológico	95
AULAS DO ANO DE 1968	98
III Aula: Estágios da Vontade – Planejamento e Programação	98
IV Aula: Para conseguir, saber querer: a direção da execução	100
AULAS DO ANO DE 1969	103
III Aula: O Conflito entre as Gerações e a Psicossíntese da Idade.....	103
VII Aula: A Educação Sexual	107
VIII Aula: Supraconsciente e Criação Artística	110
AULAS DO ANO DE 1970	111
V Aula: Uma Técnica da Psicossíntese – O Bom Humor	111
X Aula: Alpinismo Psicológico	113
AULA DO ANO DE 1971	115
I Aula: A Psicologia e a Existência Humana.....	115
AULAS DO ANO DE 1972	116
I AULA: Expansão da Consciência - Conquista e Exploração dos Mundos Internos	116
AULAS DO ANO DE 1973	121
XI Aula: A Inspiração Transpessoal.....	121
AULA DO ANO DE 1974	124
I Aula: A Solidão e sua Superação mediante a Comunicação e a Compreensão	124
CAPÍTULO 5: OS LIVROS.....	128
5.1. Princípios e Métodos da Psicossíntese Terapêutica	128
5.2. Psicossíntese - Para a harmonia da vida.	131
5.3. O Ato da Vontade	137

5.4. Ser transpessoal – Psicossíntese para o nascimento de nosso Ser real. Fases, processos e crises da emergência espiritual.....	143
5.5 O Mundo Interior (Escritos teosóficos – 1918-1962).....	177
CAPÍTULO 6. A CONCEPÇÃO DE ESPIRITUALIDADE NA OBRA DE ROBERTO ASSAGIOLI.....	180
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	188
REFERÊNCIAS.....	192

INTRODUÇÃO

O avião ia se aproximando, finalmente, do aeroporto! Fui tomada por uma curiosidade imensa sobre aquela cidade que sempre tivera vontade de conhecer. Coloquei-me numa posição que me possibilitou olhar pela estreita janela do avião: lá embaixo, as luzes de Lisboa! Ia olhando, observando, e então me vi em um convento, azulejos nas cores branca, azul e amarela, um refeitório. Não havia nada naquele cômodo, só as cores dos desenhos dos azulejos, muito fortes, muito claras. Vi-me vestindo um hábito, pés descalços e alguém que nos falava ansiosamente: saiam logo daqui! Em alguns momentos os soldados invadirão o convento e vocês, jovens noviças, serão mortas! Depois, ou morre-se de fome ou pelas mãos dos soldados. Fugam! Vocês terão mais chances assim! Senti um solavanco e percebi que o avião tocava o solo português. Chegava a Lisboa, eu estivera sonhando durante os curtos quatro minutos de taxiamento da aeronave... Minha reação foi de surpresa: azulejos brancos e azuis são obviamente portugueses, mas há os amarelos também? Coisas de minha fértil imaginação, pensei comigo. Foi assim que cheguei a Lisboa para um congresso de Psicologia Transpessoal e para conhecer a cidade. Antes do início do congresso, fui me deliciando com os passeios pelas ruas dessa cidade que me era conhecida e ao mesmo tempo tão desconhecida. Ter uma mãe estudiosa e apaixonada por Fernando Pessoa me permitiu viajar imaginariamente por essa cidade inúmeras vezes! Ao chegar ao Mosteiro dos Jerônimos, maravilhosa construção portuguesa do século XVI, encantei-me com sua arquitetura manuelina, com o monumento-túmulo do poeta, e cheguei a uma ala correspondente ao seu refeitório. Bastou que lá entrasse e fui tomada por uma sensação de quase irrealidade: era todo ladrilhado de azulejos idênticos aos do meu sonho no avião, com desenhos em branco, azul e amarelo. Lá estavam eles, idênticos aos do sonho!

Este é o relato de uma entre muitas outras vivências para as quais não há explicações racionais, experiências que ao longo do tempo são narradas por inúmeras pessoas e não encontram respaldo lógico que lhes dê sentido. São sonhos, premonições, fortes intuições, visões, sensações que parecem vir de outro nível de realidade. Na experiência pessoal aqui relatada, como eu poderia saber que azulejos portugueses poderiam conter a cor amarela, se

sempre aprendi que eram apenas brancos e azuis? E seria apenas coincidência eles fazerem parte, tanto no sonho como na vida real, de um mesmo tipo de cômodo, um refeitório de uma instituição religiosa? Esta e outras experiências semelhantes fazem parte da minha história. O fato de eu ter por crença religiosa o Espiritismo me auxilia a encontrar respostas satisfatórias no âmbito da crença. Mas a psicóloga que sou se pergunta: que fenômeno é este? Como explicá-lo em uma perspectiva psicológica?

Em minha trajetória tenho me deparado com fenômenos como esses, trazidos por pacientes em seus relatos no consultório, por amigos e por vivências pessoais. Buscar um referencial teórico psicológico que me permita trabalhar tais fenômenos tem sido uma meta pessoal, uma vez que dentro das abordagens psicológicas clássicas encontro pouco respaldo para compreendê-los e para trabalhá-los na clínica sem categorizá-los como patológicos, como algo ao qual não se deve dar importância, ou ainda, como algo que não se inscreve no âmbito da Psicologia. Buscar sentidos possíveis para os mesmos parece-me fundamental para que esta compreensão se dê e para encontrar outros sentidos que não apenas aqueles das concepções patologizantes. Autores como William James (1902), Abraham H. Maslow (1964) e Wilber (2000), entre outros, propuseram-se a entender fenômenos categorizados como espirituais, situações experimentadas e descritas como percepções de uma realidade diferente daquela do nosso mundo natural. Visões, sensações e percepções que escapam ao senso comum, ao que é partilhado pelas pessoas no cotidiano, mas sentidas por quem as vivencia como algo absolutamente real e verdadeiro, provocando muitas vezes um profundo sentimento de angústia e solidão, exatamente por não encontrar-se uma compreensão, uma significação lógica, um sentido para elas.

Como entender tais fenômenos em Psicologia? A proposta deste trabalho é dar-lhes um lugar, uma escuta que assegure a quem os vivencia uma acolhida, não apenas no âmbito da relação pessoal, do “ouvido amigo”, mas no contexto da compreensão psicológica. Atualmente, encontro na Psicologia Transpessoal, mais especialmente na Psicossíntese, as bases para esta compreensão psicológica. Segundo Walsh e Vaughan (2000: 255),

Ao reconhecer um espectro mais amplo e um maior potencial de bem estar psicológico e de transcendência do que admitem os enfoques tradicionais, a perspectiva transpessoal oferece aos indivíduos que estão em condições de fazê-lo a oportunidade de trabalhar em um contexto ampliado.

Abrir essa possibilidade de compreendê-los permite a quem os experimenta não temer compartilhá-los nem ser visto preconceituosamente, como alguém diferente ou com algum comprometimento em sua capacidade de julgamento da realidade. Em outras palavras, permite não temer ser classificado por princípio, como alguém que percebe a realidade de forma patologicamente distorcida. Nessa perspectiva teórica, tais experiências podem trazer uma profunda transformação em quem as vivencia, impactando diretamente a sua visão de mundo e a sua conduta de forma positiva.

Perceber uma clara confluência entre a Psicologia e a espiritualidade possibilita desenvolver uma postura terapêutica diferente, na qual o terapeuta estabelece um alto grau de reciprocidade e de proximidade com o paciente, o que pode ser visto como um facilitador do seu processo de crescimento. Esse tipo de abordagem permite ainda uma compreensão ampla a respeito dos fenômenos psíquicos e do seu papel no autoconhecimento, tanto através de reflexões teóricas quanto por meio de propostas inovadoras de observação e manejo dos mesmos. Considero importante explicitar que trabalhos como este também podem ser contribuições para o desenvolvimento da Psicossíntese. Embora assentada em princípios psicológicos consistentes, são necessários estudos que explorem sua validade e a sua contribuição à compreensão dos fenômenos psicológicos caracterizados como espirituais, o que colaborará para sua aceitação no meio científico. Mesmo não sendo este o objetivo específico deste trabalho, acredito que ele possa se caracterizar como uma contribuição nesse sentido.

CAPÍTULO 1. O CAMINHO DA PESQUISA: A BUSCA POR UMA COMPREENSÃO PSICOLÓGICA DOS FENÔMENOS ESPIRITUAIS NA ATUALIDADE

A compreensão dos fenômenos espirituais, situações experimentadas e descritas como percepções de uma realidade diferente daquela do mundo natural, tais como premonições, visões e sensações que escapam ao senso comum, não é algo que se encontre na literatura psicológica tradicional com facilidade. No entanto, tem sido crescente o número de estudos acadêmicos e publicações de cunho científico que abordam questões relativas à espiritualidade e à religiosidade, fato que pode ser confirmado numa rápida busca pelo sistema SciELO (Scientific Electronic Library Online, ou Biblioteca Científica Eletrônica em Linha). A própria existência do núcleo acadêmico do qual faço parte na Pontifícia Universidade Católica de São Paulo como mestranda (Configurações Contemporâneas da Clínica Psicológica, eixo Psicologia e Espiritualidade), que possibilita o desenvolvimento deste trabalho, demonstra a importância e a atualidade do tema.

Categorias como a proposta pelo do DSM-IV (Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais) de Problemas Religiosos ou Espirituais, ao reconhecer a importância das crises e angústias religiosas e espirituais, mostra “que preocupações espirituais e religiosas desempenham um papel na saúde mental dos indivíduos”. (ANCONA-LOPEZ, 1999, p. 76). Uma das consequências de categorizações como a do DSM-IV tem sido favorecer novos contornos ao diálogo entre Psicologia e Espiritualidade, úteis a todos aqueles que, em suas práticas profissionais ou em suas experiências pessoais, deparam-se com as questões nessa área.

O desconhecimento de estudos na área, aliado ao preconceito existente no meio acadêmico e científico contra as posições religiosas, consideradas pouco racionais, ingênuas e ultrapassadas, impede a discussão aberta do tema com professores e supervisores e termina por dificultar a elaboração e a assimilação reflexiva das vivências espirituais. Consequentemente, o hiato entre as experiências pessoais e a linguagem profissional é grande e dificulta o estabelecimento de um diálogo interno e externo consistente. (ANCONA-LOPEZ, 2005, p. 153).

Ao interessar-me por tais fenômenos do ponto de vista psicológico considerando-os um fator importante na vida das pessoas, como experiências naturais e não obrigatoriamente como sintomas, motivei-me por contribuir para a abertura de um espaço para a compreensão diferenciada desses fenômenos, apresentando-os como possibilitadores de crescimento psicológico e de autoconhecimento. Como a negação da dimensão transcendente ainda se encontra presente tanto nos meios acadêmicos quanto na sociedade contemporânea de modo geral, é de fundamental importância que estudos e pesquisas como esta continuem sendo desenvolvidos uma vez que o que se observa é que esta negação se dá por um excesso de racionalidade.

Fenômenos espirituais não são frutos de uma época ou de um determinado grupo social. Nas mais diversas culturas encontram-se, em todos os tempos, relatos de pessoas que tiveram experiências de uma percepção diferenciada da realidade e que se tornaram, muitas vezes, marginalizadas por isso. De loucos a sábios, de hereges a santos, muitas são as histórias referentes àquelas pessoas que se destacaram por perceber diferentemente a realidade – diferente por não ser compartilhada pelo senso comum.

A presença das questões espirituais no relato dos pacientes em psicoterapia vem se ampliando. Ancona-Lopez (1999) coloca que Shafranske e Malony (1990)

declaram, explicitamente, que é imprescindível considerar a religiosidade do sujeito na clínica psicológica por quatro motivos: relevância da religião na cultura, incidência do fenômeno religioso na clínica psicológica, relações entre religiosidade e saúde mental, consideração dos valores na prática clínica. (ANCONA-LOPEZ, 1999, p. 72).

Embora a espiritualidade, como compreendida nesta dissertação, não esteja necessariamente relacionada às questões das religiões e do vivenciar de seus princípios e rituais, inegavelmente muitas das questões espirituais referem-se a elas, assim como muitas outras são absolutamente desvinculadas de credos religiosos.

Segundo Pargament (2007), auxiliar os pacientes a conquistarem uma maior integração espiritual ao longo da psicoterapia não é uma panaceia, nem leva a uma vida isenta de problemas, mas a “espiritualidade no seu melhor oferece outra perspectiva, um modo diferente de ver o mundo.” (PARGAMENT, 2007, p. 345).

Para Ancona-Lopez (1999, p. 71), a importância de discutir experiências religiosas deve-se à possibilidade de “definir as relações entre ciência e profissão da psicologia e o

domínio da experiência humana religiosa, o que permite estabelecer alguns parâmetros para estudos, pesquisas e atendimento clínico na área da Psicologia e Religião”. Além disso, permite que se descubram eixos referenciais que auxiliam os psicólogos “a refletir e considerar as experiências religiosas quando elas aparecem na clínica psicológica.” (*idem*, p. 77), sem reduções, julgamentos ou posturas excludentes em relação ao tema.

Pargament (2007) vai um pouco além, ao afirmar que não é possível trabalhar com questões espirituais em psicoterapia sem compreender o que é espiritualidade e abordá-la como um fundamento para a prática clínica.

“Eu também tenho salientado a riqueza da espiritualidade, a importância de ser capaz de trabalhar com diferentes expressões espirituais, tradicionais e não-tradicionais, e a necessidade de se valer de diferentes teorias, pesquisa e métodos clínicos para apreender pelo menos uma parte deste fenômeno complexo e de difícil compreensão.” (PARGAMENT, 2007, p. xi).

Para que isso seja possível é fundamental que, em relação às suas convicções religiosas e espirituais, tanto o terapeuta quanto o paciente possam ter uma postura coerente com o que Fowler chamou de estágio da fé reflexiva. Como o colocado por Ancona-Lopez (1999), neste estágio a pessoa é capaz de examinar de maneira crítica as suas crenças e os seus envoltórios, rever seus objetivos e os valores introjetados por ela e reinterpretar histórias e símbolos evocativos, levando a novas perspectivas a tal respeito. A fé reflexiva caracteriza, então, um movimento interno possível e necessário tanto ao cliente quanto ao psicólogo, estando presente naqueles que “têm consciência de si como indivíduos que significam o mundo, formulam conceitos” (ANCONA-LOPEZ, 1999, p. 81). Ou, na linguagem da Psicossíntese, que tem autoconsciência. Este nível de desenvolvimento de consciência permite, de maneira geral, uma postura mais clara e coerente com sentimentos, estados internos e vivências espirituais, sejam eles cotidianos ou mais profundos, como os estados transcendentais (ou de ampliação de consciência), sejam mais sutis ou claramente reconhecidos como místicos.

De acordo com Pargament (2007), a diferente perspectiva de vida que a espiritualidade pode oferecer é ver significado e propósito no sofrimento, descobrir novas fontes de força e inspiração nos embates da vida e, nos relacionamentos mais difíceis, ser capaz de transcender as próprias preocupações e preocupar-se com a dor do outro; pelas lentes do sagrado, a pessoa se vê como uma pequena, mas significativa, parte do fluxo que permeia e vai além das vidas

individuais. A espiritualidade transforma o consultório em um espaço sagrado para o paciente e para o terapeuta.

Desta forma, a questão da espiritualidade se caracteriza como um tema a ser cada vez mais incluído na prática clínica, confirmando sua importância, bem como em estudos e pesquisas que levem à sua maior compreensão e integração na Psicologia, como dimensão legítima e profundamente relevante da experiência humana, sem idealizações nem preconceitos.

Dentro deste contexto, de tentar entender os fenômenos espirituais na perspectiva da Psicologia, e não das religiões, encontrei nos autores humanistas e na abordagem da Psicologia Transpessoal, em especial da Psicossíntese, subsídios teóricos que me auxiliaram nessa compreensão. Após duas formações, uma em Psicologia Transpessoal (ALUBRAT, 2004) e outra em Psicossíntese (CPSP – Centro de Psicossíntese de São Paulo, 2008), comecei a interessar-me pela possibilidade de explorar com mais profundidade o conceito de espiritualidade na perspectiva psicológica da Psicossíntese.

Roberto Assagioli é um dos poucos autores transpessoais que propõem um esquema de psiquismo humano que contempla a dimensão espiritual. Dessa forma, a ideia de um trabalho acadêmico, por meio do qual eu pudesse explorar o conceito de espiritualidade, começou a se delinear em mim como um passo importante a ser dado em minha formação profissional.

O objetivo desta pesquisa, portanto, é buscar compreender a concepção de espiritualidade de Assagioli, contida em suas obras.

Para alcançar tal objetivo foi necessário esclarecer os pressupostos teóricos e a concepção de homem da Psicossíntese, considerando que essa é uma abordagem emergente, ainda em construção, situada nos limites da Psicologia aceita academicamente. Para situá-la apresentei, de forma ampla, um panorama das Quatro Forças em Psicologia e da posição da Psicossíntese nas mesmas, de acordo com a visão de Assagioli.

Com o objetivo em foco, propus-me a realizar leituras das obras de Assagioli, buscando encontrar nelas a sua concepção de espiritualidade. O autor possui três livros publicados em português: **Psicossíntese: Manual de Princípios e Técnicas** (para a realização deste estudo selecionei a versão em italiano); **O Ato da Vontade**; e **Os Sete Tipos Humanos**. Adotei, além deles, os livros **Psicosíntesi: Per l'armonia della Vita** e **Ser Transpersonal: Psicossíntesis para el nacimiento de nuestro Ser real**, não traduzidos para o português. Como

este último é uma coletânea de textos de publicação póstuma, sem referência ao ano em que cada um foi escrito, considerei o ano de publicação do livro.

Embora Assagioli não tenha um grande número de livros publicados, foi autor de inúmeros artigos e de um vasto material, disponível na sede do Istituto di Psicossintesi di Firenze, boa parte do qual ainda em fase de descoberta e digitalização. Ano a ano têm sido feitos verdadeiros mutirões para catalogar, organizar e disponibilizar apontamentos, lembretes e frases de Assagioli ao público interessado. Conhecendo a situação, contatei o Istituto di Firenze e adquirei material referente a aulas ministradas por Assagioli no próprio Instituto, entre 1963 e 1974, ano de sua morte, buscando ampliar minhas fontes de pesquisa. O interesse por este material deveu-se ao fato de o mesmo ser pouco ou quase nada conhecido no Brasil.

Há ainda publicações de Assagioli em revistas e periódicos teosóficos italianos sob o pseudônimo Considerator que mostram a sua formação espiritual, que indiscutivelmente influenciou o autor. Procurei mostrar esse fato por meio da leitura de artigos presentes em **O Mundo Interior: Escritos Teosóficos (1918-1962)**, antologia de textos de Considerator organizada por William Esposito (2008). Apresento tal material apesar da constante preocupação demonstrada por Assagioli em manter a Psicossíntese absolutamente desvinculada de qualquer crença ou filosofia religiosa, inclusive da sua própria, razão pela qual ele criou esse pseudônimo. No entanto, ao propor a Psicossíntese, ele assumiu uma atitude não reducionista em relação tanto às experiências religiosas quanto às espirituais, nela incluindo o aspecto espiritual do ser humano e encorajando o seu desenvolvimento.

A intenção fundamental dessas leituras foi sistematizar a concepção de espiritualidade presente na obra de Assagioli. Iniciei o processo com o relato do conteúdo das aulas de 1963 a 1974 relacionado ao tema, focando-me nos conceitos e nos princípios fundamentais da Psicossíntese. A leitura das demais obras seguiu a ordem cronológica de sua publicação. Ao relatar o conteúdo presente em cada livro, optei por apresentar apenas o que ainda não havia sido apresentado nas anteriores, para que meu texto não ficasse desnecessariamente repetitivo. Busquei apontar como a concepção de espiritualidade do autor, com suas peculiaridades, elucidações, argumentos e representações, desenvolveu-se e de que maneira ela poderia auxiliar na compreensão dos fenômenos espirituais, de forma a oferecer a possibilidade de uma leitura não patologizante dos mesmos.

Assim, este trabalho iniciou-se por uma compilação, ao reunir diversos trabalhos do autor, muitos deles ainda pouco conhecidos no Brasil. Em seguida, na análise das obras

privilegiei o objetivo desta dissertação: compreender a concepção de espiritualidade em Assagioli. Ao apresentar o conteúdo de cada texto, procurei tomar o cuidado de não incluir posicionamentos pessoais, procurando manter-me fiel ao conteúdo apresentado pelo autor, mesmo que toda leitura carregue certo colorido inerente à compreensão do leitor. Finalmente, nos capítulos “A Concepção de Espiritualidade na Obra de Roberto Assagioli” e “Considerações Finais”, apresento o resultado dessa pesquisa e seus possíveis desdobramentos. A relação completa de todas as obras consultadas consta das Referências.

Este trabalho caracteriza-se, portanto, como um estudo teórico interpretativo, cujo objetivo é buscar compreender a concepção de espiritualidade na abordagem emergente da Psicossíntese proposta por Roberto Assagioli. Acredito que possa contribuir para a compreensão e inclusão da espiritualidade nos trabalhos clínicos, motivando psicólogos das diferentes abordagens a fazê-lo, além de contribuir com o desenvolvimento da Psicossíntese, abordagem que necessita de estudos rigorosos que explorem seus conceitos e construções teóricas, assim como contribuir para a compreensão dos fenômenos psicológicos que aborda, colaborando para a sua aceitação no meio científico. Desta forma, pode-se favorecer que mais psicólogos entrem em contato ou descubram outros tantos “autores da Psicologia que estudaram e/ou estudam religião, religiosidade e espiritualidade” (BENEDUZZI, 2012, p. 66), sentindo-se mais integrados nessa nova perspectiva psicológica que se afirma, cada vez mais, nos dias atuais.

CAPÍTULO 2. BIOGRAFIA DE ROBERTO ASSAGIOLI

A primeira vez em que ouvi falar de Roberto Assagioli foi durante um curso de formação em Psicologia Transpessoal. A sua concepção de ser humano, essencialmente espiritual, no contexto de uma abordagem psicológica, levou-me a querer saber mais a seu respeito. Assim, resolvi estudar, especificamente, a Psicossíntese, teoria criada e desenvolvida por ele, e fui percebendo que obra e autor estavam profundamente imbricados, misturados, um sendo reflexo do outro. Esta pequena biografia, que ora apresento, tem meus recortes pessoais. Minha intenção é mostrar os aspectos da vida de Assagioli que considero importantes e essenciais para que se conheça um pouco deste autor, que tem inspirado a minha trajetória profissional e muitas das minhas posturas na vida.

Roberto Marco Grego nasceu em Veneza, em 27 de fevereiro de 1888. De uma família judia, perdeu o pai quando tinha dois anos. Mais tarde, sua mãe se casou com o médico Alessandro Emanuele Todesco Assagioli, que o assumiu como filho verdadeiro e cujo nome ele adotou.

Médico psiquiatra (1910), desde cedo Assagioli interessou-se pela alma humana e por suas motivações psicológicas, achando desanimadoras as disciplinas puramente biológicas do curso de Medicina. Seu potencial intelectual foi reconhecido por Freud, a quem nunca encontrou pessoalmente, mas com quem se correspondia, quando ainda era um estudante em Burghölzi (1907), mas os estudos de Jung sobre os aspectos espirituais do psiquismo humano lhe chamavam mais a atenção; com ele desenvolveu uma amizade significativa e duradoura. Assagioli também teve contato com grandes nomes das ciências médicas e psicológicas de sua época, como Claparède, Kraepelin, Bleuler, e Ernest Jones.

Poliglota, interessava-se pelas questões de sua época, como a responsabilidade do cidadão, as relações internacionais, os sistemas sociais não dogmáticos, a não violência, o Judaísmo, a Filosofia e a Teosofia. Esta última teve profunda influência nas ideias e nos conceitos de sua teoria psicológica. Ainda jovem, envolveu-se com um movimento intelectual contrário ao positivismo na Psicologia, interessando-se por ideias espiritualistas. Teve contato direto com a vanguarda literária fiorentina, nas figuras dos intelectuais G. Papini e G.

Prezzolini. Publicou vários artigos sobre Medicina, Pedagogia, Filosofia, Cultura e Religião, que formaram a base teórica da Psicossíntese.

Embora tenha sido um pioneiro na história psicanalítica italiana, colaborando com ela por meio de artigos, traduções e publicações, Assagioli criticava o enfoque demasiado da Psicanálise sobre os aspectos patológicos da psique. Acreditava que o caminho para a cura psíquica estava no fortalecimento dos aspectos saudáveis e via na espiritualidade a resposta às angústias existenciais do ser humano. O conhecimento da Literatura e da Filosofia indianas, especialmente do Bhagavad-Gita, do sistema Vedanta e da Yoga, levaram-no à certeza da importância da Psicologia introspectiva indiana, especialmente no que se refere à exploração dos elevados estados de consciência, ao estabelecimento do Idealismo (doutrina na qual espírito e vontade são base de resolução de problemas filosóficos), aos problemas metafísicos e religiosos e à descoberta e ao desenvolvimento das forças e das faculdades do Eu, que levam à compreensão e à cura dos litígios interiores.

Estudos a respeito de fenômenos mediúnicos, da Cabala, do Sufismo e da Teosofia foram desenhando sua tendência a integrar elementos das tradições orientais com a cultura ocidental. Apesar de seu interesse pelas questões espiritualistas e de sua grande abertura mental e cultural, Assagioli manteve sua obra teosófica e espiritualista separada da filosófico-literária e da psicológica-clínica, a ponto de ter adotado o pseudônimo Considerator depois da II Guerra Mundial para assinar seus escritos de caráter teosófico. Essa atitude reflete sua preocupação em assegurar à Psicossíntese um lugar entre as teorias psicológicas científicas, salvaguardando-a de possíveis preconceitos acadêmicos.

Relativo à influência da Teosofia em sua obra psicológica, ela pode ser percebida no esquema do psiquismo proposto por ele, o Diagrama do Ovo (ESPOSITO, 2008, p. 13), nos seus conceitos de subpersonalidade e na relação entre o Eu pessoal e o Eu espiritual (ESPOSITO, 2008, p. 26), em sua metodologia e em sua concepção de homem (ESPOSITO, 2008, p. 44). O contrário também se verificou: Assagioli contribuiu enormemente com a Teosofia na medida em que sua proposta psicológica integra as abordagens científicas da Medicina e da Psicologia, com práticas de busca interior, sem entrar em conflito com determinações espiritualistas tradicionais. Sua proposta era sintetizar todos os componentes da personalidade humana: o físico, o mental e o espiritual.

A capacidade de relacionar diferentes aspectos do conhecimento e da cultura pode ser vislumbrada nas dimensões científica e teosófica da obra de Assagioli. Em 1911 ele começou

a formular os conceitos da Psicossíntese, à qual dedicou toda a sua trajetória profissional. Sua proposta de abordagem psicológica se caracteriza por considerar muito mais do que os impulsos humanos; seu interesse voltou-se ao amor, à vontade, à sabedoria, à criatividade e à espiritualidade. Assim, propôs uma Psicologia com alma.

Em 1922 Assagioli casou-se com Nella Ciapetti, que também era figura atuante no movimento teosófico, e com quem teve um filho, Ilario Assagioli (1923-1951). Passou por duas guerras mundiais, tendo sido preso por um mês em 1940, durante o regime fascista, sob a acusação de pacifismo. Segundo comentários do próprio Assagioli, este mês encarcerado permitiu-lhe exercitar sua prática espiritual e fazer importantes descobertas a respeito da vontade, pois percebeu que tinha a escolha de como reagir à prisão. Mais tarde, relatou que nunca sentiu tanta paz nem apreciara tanto estar vivo. O otimismo foi um princípio inspirador de sua filosofia de vida.

O mesmo regime fascista havia decretado o fechamento do Instituto de Psicossíntese em Roma, em 1938, e a dissolução por decreto da Sociedade Teosófica Italiana, da qual Assagioli fez parte, em 1939, sob o argumento de que esta última formava um núcleo de fraternidade universal da humanidade, sem distinção. Estes eventos confirmam a profunda preocupação do intelectual, presente em vários momentos de sua obra, com uma Educação voltada para os mais altos valores humanos em termos éticos, estéticos, espirituais, fundamentais para a construção de uma Cultura de Paz.

Com o fim da II Guerra, Assagioli retomou o desenvolvimento e a divulgação da Psicossíntese e, em 1946, reabriu o Instituto de Psicossíntese em Firenze, para onde se mudou com a família. A partir de então, surgiram diversos Centros e Institutos de Psicossíntese pelo mundo. Uma das características pessoais dele, refletida em suas sugestões para a formação de novas instituições, era seu absoluto desinteresse em controlá-los, pois recomendava que fossem independentes, sem um controle central. Não ambicionava liderar qualquer movimento ou organização, nem ter qualquer controle administrativo sobre o desenvolvimento da Psicossíntese.

Fica a certeza da autêntica vocação de Roberto Assagioli à autorrealização, a qual se explicita por meio de sua mente aberta, inclusiva, criativa e generosa. Graças a isso, Assagioli sentia um genuíno amor pela humanidade e tinha plena confiança de que, num futuro não tão longínquo, seremos uma humanidade renovada, capaz de transmutar os próprios sofrimentos, desapegada e amorosa, uma humanidade que sabe ser feliz.

No amanhecer do dia 23 de agosto de 1974, em Capolona d'Arezzo, morreu Roberto Assagioli, aos 86 anos, cercado de vários de seus discípulos italianos. Sua teoria é a comprovação do quanto foi um homem à frente de seu tempo. Conhecê-la em alguns de seus aspectos e à sua concepção de espiritualidade é o convite que faço com esta dissertação.

CAPÍTULO 3. AS FORÇAS EM PSICOLOGIA E A PSICOSSÍNTESE

O objetivo deste capítulo é apresentar uma breve contextualização da Psicossíntese no conjunto das Forças em Psicologia, na visão de Assagioli. Em 1973 ele ministrou uma aula cujo tema é exatamente este (I Aula). Nela, além de apresentar um panorama das quatro Forças em Psicologia, sugeriu o surgimento de uma Quinta Força, na qual a Psicossíntese estaria inserida. Assim, parece lógico apresentá-la cronologicamente antecipada em relação às demais, já que, além do panorama das Quatro Forças, esclarece as bases do que seria a Quinta Força e explicita a visão do próprio Assagioli a respeito da posição da Psicossíntese frente a elas. A apresentação das aulas não é uma tradução literal, enfocando o seu conteúdo.

I Aula (1973): As Novas Dimensões da Psicologia (A Terceira, a Quarta e Quinta Forças na Psicologia)

Segundo Assagioli, a Psicologia em sua época encontrava-se em um estado de confusão e contraste, com escolas, tendências e concepções que frequentemente se ignoravam e, muitas vezes, colocavam-se em conflito umas com as outras. Em função disso, ele acreditava ser importante apresentar uma visão geral do desenvolvimento histórico da Psicologia, desde a segunda metade do século XIX até aquele momento (1973). No geral, pode-se dizer que houve uma sucessão relativamente definida das várias tendências psicológicas, que se desenvolveram, até certo ponto, paralelamente, e em parte de maneira sobreposta, todas presentes e ativas.

Quando a Psicologia se separou da Filosofia os psicólogos, que se preocuparam em torná-la uma Ciência, adotaram o método e as técnicas das Ciências Naturais existentes à época, especialmente os da Física e os da Fisiologia, a ponto de a Psicologia ter sido chamada por eles, a princípio, de Psicofisiologia. Estudavam-se as sensações, a memória e os processos de aprendizagem por meio de métodos experimentais, quantitativos e estatísticos, o que levou a uma concepção mecanicista da atividade psíquica. O Behaviorismo, ou Comportamentalismo, especialmente por meio das obras de Watson e de Skinner, efetivou tal concepção, considerada pelos estudiosos dos movimentos que caracterizaram essa área do

saber como a Primeira Força em Psicologia. Apesar dos inúmeros dados e das aplicações práticas oferecidas por esta corrente psicológica, ela estudava o ser humano e os animais a partir do seu comportamento, considerando-os como objetos de observação e experimento. Assagioli entende que essa era uma Psicologia superficial.

Seguem-se os estudos da Psicopatologia, que influenciaram a Psicologia Clínica que se ocupava dos problemas humanos individuais e da relação entre o paciente e o profissional. A hipnose, a sugestão e as dissociações psíquicas levaram à descoberta e à pesquisa das atividades subscientes ou inconscientes. Entre seus pioneiros estão Charcot e Janet, seguidos de Freud, que criou o movimento psicanalítico.

A Psicanálise enfatizou os aspectos inconscientes e instintivos da natureza humana, negligenciando os aspectos saudáveis e superiores. Para Assagioli tratava-se de estudos em um sentido descendente. A Psicanálise freudiana e as correntes dela decorrentes caracterizaram a Segunda Força em Psicologia.

Jung, diferenciando-se de Freud, estudou o submundo psíquico e os aspectos superiores do inconsciente, afirmando a existência e a importância das experiências e dos valores espirituais. Assagioli via na abordagem junguiana uma Psicologia a três dimensões, que considerava os níveis psíquicos superiores, uma Psicologia do alto, que contribuiu para a constituição de uma Psicologia integral. Estes níveis psíquicos foram estudados, também, pela Psicologia Humanista. Assagioli considera que o ponto de partida da Psicologia Humanista foi o ser humano como realidade viva, seus métodos foram a introspecção, as biografias e suas várias técnicas consistiam em ações internas. Salienta que esta linha psicológica foi negligenciada ou considerada com desconfiança pelos acadêmicos que valorizavam o método científico quantitativo e experimental, acreditando que era possível eliminar a subjetividade do experimentador. Nesse caminho, a Psicologia se desvinculou da Filosofia e se tornou uma Ciência autônoma utilizando as mesmas técnicas das Ciências Naturais, considerando apenas os fenômenos observados e traduzíveis em termos quantitativos: “Mas, ao fazer isto, eliminavam aquilo que é especificamente humano, isto é, o real objeto da Psicologia.” (ASSAGIOLI, 1973a, p. 03).

As principais características da Psicologia Humanista são o estudo da natureza e das qualidades humanas saudáveis, particularmente dos seus melhores aspectos, a descoberta de potencialidades latentes e o desenvolvimento e o uso de técnicas para realizá-las e colocá-las em prática em todos os campos da vida e das atividades humanas. William James, certamente,

foi um de seus precursores. Muitos dos psicólogos e dos educadores humanistas também estavam ligados à Psicologia existencial, o que levou a se falar em uma Psicologia humanista-existencial, entre eles Rollo May, Erich Fromm, Carl Rogers, G. Allport e Viktor Frankl. O movimento da Psicologia Humanista caracterizou a Terceira Força em Psicologia.

A Terceira Força trouxe um novo modo de perceber e pensar, uma nova filosofia de vida e uma nova concepção de ser humano, uma nova *Weltanschauung* (concepção de mundo) que auxilia a perceber o quanto estão interrelacionadas as dimensões interna e externa do homem. Assagioli entende que ele mesmo contribuiu para o desenvolvimento da Terceira Força por meio de artigos escritos muito antes de seu surgimento, como “A psicologia das ideias-força e a psicagogia” (1909) e “As energias latentes em nós e o seu uso na medicina e na educação” (1926).

A partir das abordagens que constituiriam a Terceira Força em Psicologia começaram a se desenvolver estudos voltados ao conhecimento dos aspectos superiores do ser humano: a sua natureza e a sua vida espiritual. Assagioli coloca que, como o termo “espiritual” em Ciências levava a mal-entendidos, foi escolhida a palavra “transpessoal” como um termo neutro para expressar um nível superior ao nível humano “normal”. Assim surgiu a Psicologia Transpessoal, chamada de Quarta Força em Psicologia. O objeto de estudo da Psicologia Transpessoal é o transcendente. Sua proposta é estudar, empírica e cientificamente, tudo o que se referir aos caminhos espirituais, às necessidades transcendentais (meta-necessidades) individuais e da espécie humana, às experiências de cume (peak experiences), aos valores do Ser, às experiências místicas, aos fenômenos transcendentais e ao espírito, entre outros.

Assagioli também contribuiu para o desenvolvimento desta nova Psicologia, tendo inclusive ministrado uma aula sobre o tema (a I Aula de 1972). Na ocasião, afirmou que estava se iniciando uma Quinta Força em Psicologia, com um ponto de partida e uma linha de desenvolvimento muito diferentes das anteriores. Considerava a base científica dessa Psicologia sólida, derivada da Física moderna, particularmente da descoberta de que a matéria é um estado especial da energia. Para Assagioli, várias descobertas da Física até aquela época sugeriam que existe uma relação entre mente, energia e matéria e que os elementos mentais possuem semelhanças com certos elementos da microfísica, como os neutrinos ou um elétron rápido. Portanto, os elementos mentais não se encontrariam no que é considerado espaço “físico”, sugerindo um espaço mental governado por leis próprias.

Assagioli também considerou o modelo de relação entre matéria, energia e psique, proposto por James Vargiu, engenheiro e psicólogo psicossintético que descreveu os “campos magnéticos” mentais e emotivos, análogos aos físicos, capazes de explicar o processo de criatividade científica e artística. As fases do processo criativo propostas por Vargiu encontraram confirmação nos relatos de alguns cientistas a respeito de como chegaram à solução de seus problemas. Assagioli coloca que conhecê-las é de grande utilidade para que o processo criativo possa ser conscientemente promovido e favorecido. A proposta de Vargiu foi útil também para a Psicossíntese, já que as fases para a solução dos problemas científicos também se encontram nos processos internos de solução dos problemas existenciais e na realização dos vários estágios da psicossíntese individual. Esses processos tornam-se possíveis na medida em que há uma integração harmônica entre os vários elementos da personalidade, em configurações cada vez mais amplas, objetivando a psicossíntese de toda a personalidade. É, portanto, um verdadeiro processo de autocriação; “Todas as formas de criatividade e de autocriação são um processo sinérgico, sintrópico” (ASSAGIOLI, 1973, p. 12). Existem inúmeras pesquisas científicas demonstrando a influência da psique sobre a matéria e seu mecanismo de ação; seus resultados podem ser aplicados na Medicina, na Educação e na autoafirmação, ou Psicossíntese. Assagioli mencionou alguns desses estudos e concluiu que todos os desenvolvimentos promovidos pela Terceira e pela Quarta Forças constituem a base e o início do que ele chamou de nova direção e dimensão da Psicologia: a Quinta Força, ou Força Psicoenergética.

A Psicoenergética tem por objeto de estudo todas as forças que existem no universo e as relações entre elas: entre as energias físicas, desde o nível subatômico até o astronômico, galáctico; entre as energias biológicas organizadoras da matéria viva; entre as energias especificamente psíquicas de todos os tipos e níveis; e entre as energias espirituais, transpessoais e transcendentais.

É fundamental ter em mente que as Cinco Forças em Psicologia, embora partam de diferentes princípios, não estão em conflito entre si: todas são válidas em seus campos de ação, cada qual bem definido e com a sua validade científica. A proposta de Roberto Assagioli é de uma visão ampla e de um espírito de cooperação, a fim de que se propicie o desenvolvimento de uma Ciência psicológica integral, uma concepção unitária que favoreça a psicossíntese harmônica dos indivíduos, dos grupos e da humanidade inteira.

CAPÍTULO 4. CONCEITOS GERAIS DA PSICOSSÍNTESE

Neste capítulo serão apresentados os principais conceitos da Psicossíntese de Roberto Assagioli, a fim de contextualizar o campo teórico no qual se situa a sua concepção de espiritualidade. Foram utilizadas transcrições de aulas ministradas por ele no Instituto di Firenze de 1963 a 1974.

AULAS DO ANO DE 1963

I Aula: Psicanálise e Psicossíntese

Na primeira aula ministrada no Instituto di Firenze, em 1963, Assagioli apresentou as diferenças entre as posições teóricas da Psicanálise e da Psicossíntese. Considerava que a Psicanálise estava sendo usada inadequadamente e enfatizava a sexualidade em demasia, embora ressaltasse a importância e a utilidade de seus métodos de investigação do inconsciente que, integrados a outros métodos psicoterápicos, poderiam produzir bons resultados. No entanto, argumentou que a Psicanálise usada de maneira exclusiva ou mal usada poderia causar sérios inconvenientes ao paciente, devendo ser compreendida não como a psicoterapia por excelência, mas apenas como um dos métodos de psicoterapia existentes. O maior mérito da Psicanálise teria sido a descoberta renovada do inconsciente, que permitiu à Psicologia ocupar-se do que ocorre no “profundo”, e não apenas dos conteúdos que afloram à consciência de vigília. Embora seja fundamental reconhecer que algumas das ações e das escolhas humanas são, muitas vezes, motivadas e determinadas por conteúdos inconscientes, as teorias e as interpretações psicanalíticas de Freud e de seus discípulos foram muitas vezes excessivas e unilaterais e, com isso, discutíveis em muitos aspectos. A Psicanálise é uma “psicologia do profundo”, em um sentido descendente e deixa de lado aspectos da psique humana que não necessitam ser “curados”, bem como não considera diferentes níveis psíquicos. Haveria um nível superior da consciência, o supraconsciente, comparável a um sótão iluminado

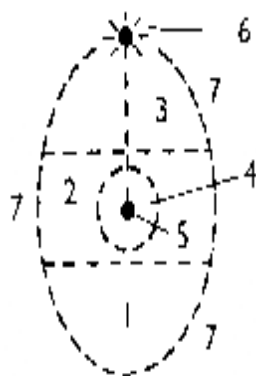
“(…)com amplos terraços, onde se recebem os raios vivificantes do sol, e à noite se pode contemplar as estrelas”. (ASSAGIOLI, 1963a, p. 04).

Começou a desenvolver-se uma “Psicologia do alto”, ou do espírito humano, que se ocupou das experiências de pico, ou de cume, estudadas por Maslow, mas também dos valores éticos, do senso de justiça, do amor e do significado da vida, aspectos extremamente importantes para a Psicossíntese. O materialismo das universidades, a modalidade positivista de Ciência imperante na época e a ênfase no método experimental deixariam esses temas de lado, considerando que “É científico aquilo que é bem observado e lógico, não é científico aquilo que não o é.” (ASSAGIOLI, 1963a, p. 05). Todavia, o reconhecimento cada vez maior de que “a mente, a psique modifica a matéria” (VIRGÍLIO, *apud* ASSAGIOLI, 1963a, p. 05) levou ao desenvolvimento da Psicologia do alto e da Psicossíntese. A concepção de homem desta é de um ser biopsicoespiritual, que considera aspectos superiores da psique e experiências religiosas como experiências psicológicas que podem ser estudadas cientificamente em uma concepção integral de psique, independente de doutrinas, teorias, filosofias e religiões, embora a experiência existencial, entendida como o contato com uma Realidade superior permita à Psicossíntese coordenar-se com as religiões e as artes sem invadir seus campos de atuação.

Diversas técnicas favorecem a síntese da personalidade. Podem ser classificadas em dois grupos: o das Analíticas ou Psicanalíticas e o das Ativas ou que tendem a desenvolver funções psicológicas deficientes. Os métodos da Psicossíntese podem ser usados em diferentes campos. Um é o campo médico, no qual vê o doente como um ser humano, e não como um mecanismo que não funciona bem. Outro campo é o da Educação, tanto no que se refere aos pais quanto à escola. Assagioli sugere que se dê uma atenção particular aos jovens dotados e superdotados, pois eles podem oferecer grandes dádivas à humanidade. No campo das Relações Humanas a Psicossíntese Interindividual auxilia os indivíduos nas relações com seus semelhantes. Ela também se aplica ao trabalho com casais, ao relacionamento entre pais e filhos e às relações humanas em grupo, incluindo as relações entre nações.

II Aula: A Constituição Biopsíquica do Homem: Anatomia e Fisiologia da Psique¹

O Diagrama do Ovo apresenta a constituição biopsíquica do ser humano como é vista pela Psicossíntese. Ele dá uma ideia do aspecto estrutural, quase anatômico, da psique, embora não mostre seu aspecto dinâmico, o mais importante:



1. Inconsciente Inferior
2. Inconsciente Médio
3. Inconsciente Superior ou Supraconsciente
4. Campo da Consciência
5. Eu consciente ou Self pessoal
6. Eu (Eu Superior, Eu espiritual, Eu transpessoal)
7. Inconsciente Coletivo

A parte oval mais ampla representa o conjunto do ser humano biopsíquico, “a estrutura interna do homem, da psique humana. Disso resulta que o homem é consciente apenas de uma pequena parte dos elementos e das atividades psíquicas existentes nele” (ASSAGIOLI, 1969b, p. 02). Ela é dividida em três partes, com um círculo central na porção média. O círculo representa o campo da consciência (o n° 4), a parte consciente do psiquismo, “a personalidade consciente (...). Mas esta é somente a menor parte da nossa personalidade” (*idem, ibidem*). Toda a região ao redor representa o inconsciente, a atividade psicológica que se desenvolve fora da consciência, bem maior que a área consciente da personalidade. De noventa a noventa e cinco por cento da psique se desenvolve no inconsciente; por isso é importante conhecê-lo: para utilizá-lo ou para defender-se dele. É dividido nas regiões: inferior, média e superior. No inconsciente inferior (o n° 1) originam-se as atividades psíquicas elementares que presidem a vida orgânica e fazem a coordenação inteligente de todas as funções fisiológicas do corpo. É o aspecto biológico do ser.

¹ Juntamente com as explicações sobre esta aula, serão apresentadas algumas poucas colocações feitas por Assagioli na II Aula de 1969 sobre o Diagrama do Ovo, pois elas a complementam.

A atividade orgânica, a vida das células e dos órgãos do corpo, tende a um fim: a conservação, o desenvolvimento e a manifestação da vida. Por essa razão, vários biólogos falam em psicobiologia e em biopsique, considerando vida e psique, vida e inteligência, inseparáveis. Há uma perfeita harmonia no funcionamento do organismo humano saudável, constituindo uma coordenação e uma síntese maravilhosa de funções. “Há uma ponte misteriosa que liga a psique ao corpo” (ASSAGIOLI, 1963b, p. 02), sendo a ação da psique sobre o corpo contínua, óbvia e evidente. Essa ponte, indicada pela natureza biopsíquica do organismo físico, permite a conexão entre o corpo físico e os desejos da psique. Matéria e espírito não são entidades absolutamente diferentes, pois agem um sobre o outro, embora a unidade entre a natureza biopsíquica e a matéria orgânica ainda seja misteriosa.

No inconsciente inferior está a raiz das atividades psíquicas elementares que dirigem a vida orgânica; lá se originam tendências e impulsos primitivos e afloram muitos complexos psíquicos emocionais, restos do passado próximo e remoto, individual, hereditário e atávico; de lá também derivam os sonhos e as atividades imaginativas de tipo elementar e inferior, e lá encontram-se as raízes de várias manifestações patológicas e algumas atividades parapsicológicas espontâneas de caráter elementar.

O inconsciente médio (o nº 2 no diagrama) está no mesmo nível que a personalidade consciente. Nele se encontram elementos psicológicos de natureza semelhante aos da consciência de vigília, que por isso mesmo são facilmente acessíveis a ela: “corresponde aproximadamente ao pré-consciente de Freud” (ASSAGIOLI, 1969b, p. 02). Nele as experiências vividas e as atividades intelectuais são elaboradas; lá se encontra o grande arquivo da memória, conservando as experiências do passado em uma região facilmente acessível à vigília.

O inconsciente não é uma entidade psíquica bem definida, autônoma, diferente do consciente ou oposta a ele. Inconsciente é uma qualidade, uma condição temporária de certos elementos e atividades psíquicas que não estão no campo iluminado da consciência. No entanto, há uma contínua troca de conteúdos psíquicos entre inconsciente e consciente. É por isso que no diagrama as linhas demarcatórias, são tracejadas e não contínuas. Quando se quer recordar algo, em um primeiro momento a lembrança está inconsciente, mas ao ser relembrada passa à área da consciência e, em seguida, pode se tornar inconsciente novamente. Assim, a troca entre o inconsciente médio e o campo da consciência é contínua e ativa. O conceito de inconsciente como adjetivo tem uma série de consequências práticas, terapêuticas

e educativas que dele derivam. Isto não significa que conteúdos inconscientes não possam ser impedidos, por conflitos e resistências de vários tipos, de aflorar à consciência.

O campo da consciência (o nº 4) é a parte da personalidade que está consciente em um dado momento. Nele todo tipo de elementos e estados de ânimo apresentam-se, tais como sensações, imagens, pensamentos, sentimentos, desejos e impulsos, que podem ser observados e analisados. É possível comparar o campo da consciência a um palco, e o restante aos bastidores. Personagens vêm continuamente ao palco, oriundos dos bastidores, recitam suas partes e voltam aos bastidores.

O Eu consciente ou Self pessoal (o nº 5) é representado pelo ponto no centro do diagrama. Frequentemente é confundido com o todo da personalidade consciente, mas é diferente dela. Uma introspecção atenta possibilita perceber tal diferença. “Uma coisa são os conteúdos variáveis da consciência, os pensamentos, os sentimentos etc., outra coisa é o ‘eu’, a autoconsciência que os contém e os percebe” (ASSAGIOLI, 1963b, p. 04). A não distinção, fruto da falta de hábito do ser humano em examinar-se atentamente, é uma das causas da identificação com os conteúdos mutáveis da própria consciência.

O inconsciente superior ou supraconsciente (o nº 3) é a região mais alta do “ovo”. Lá se originam, ou permanecem em estado latente, as intuições, as inspirações superiores de cunho artístico, filosófico e científico, as criações geniais e os imperativos éticos, bem como os impulsos a ações altruístas e os estados de iluminação, contemplação e êxtase. Nesta instância encontram-se “as energias superiores do espírito, as faculdades e poderes supranormais, parapsicológicos de tipo elevado” (*idem, ibidem*).

Na parte superior do diagrama, no alto do supraconsciente, há uma estrela (o nº 6) que representa o que a Psicologia denomina como Self e “corresponde ao conceito tradicional de alma” (*idem, ibidem*). Para Assagioli,

está colocada em parte dentro da área da psique e em parte fora, para indicar justamente que o Eu espiritual está em contato com a Realidade espiritual universal, chamada em termos religiosos o Divino. Aqui a Psicossíntese se detém e não tenta alguma designação determinada daquela Realidade; deixa essa tarefa às filosofias e às religiões. A Psicossíntese, porém, admite plenamente que aquela Realidade superior existe e que o ser humano pode entrar em relação consciente com Ela. (ASSAGIOLI, 1969b, p. 06).

O Self ou Eu espiritual é um centro permanente e corresponde ao verdadeiro Eu do indivíduo. Ele também recebe outras denominações, como Eu superior, Eu transpessoal e Self

transpessoal. Para Assagioli, as pessoas que já tiveram a experiência interna de realização do Eu espiritual têm a certeza de sua veracidade. É ele que permite ao “Eu” reconhecer-se após uma noite de sono ou uma anestesia, quando parece ter desaparecido. Nesta retomada de consciência, o sentido de identidade também ressurgiu naturalmente, mistério ao qual se está tão acostumado que dificilmente se reflete a respeito. A experiência do Eu espiritual pode ser provocada ou facilitada por métodos de concentração e meditação, entre outros. É de fundamental importância teórica, prática, espiritual e educacional que Ele seja reconhecido.

Finalmente, o inconsciente coletivo, ou psique de grupo ou da massa (o nº 7), é a “atmosfera psíquica”, o “espírito da época (Zeitgeist)” ou o “inconsciente coletivo”. A linha pontilhada da figura indica que há uma delimitação, e não uma separação completa, entre os conteúdos da psique humana e os do inconsciente coletivo, o que mostra a comunicação e a comunhão íntima e contínua entre os seres humanos e entre eles e a psique coletiva.

O diagrama mostra que a aparente separação entre o Eu e o Eu espiritual acontece porque o Eu consciente não distingue o Eu espiritual. O Eu consciente chega a negar a existência dele, que é latente e não se revela de maneira direta à consciência. O “Eu” é uno e singular, não existindo duas entidades diferentes ou separadas, mas uma única entidade em diferentes graus de manifestação, atuação e consciência. Se o Eu consciente tiver uma mentalidade materialista manifesta ou implícita, a princípio negará a existência do Eu espiritual, da alma. Até poderá admitir, teoricamente, a existência de uma alma, como um ato fé. Quando se desenvolve a convicção de se ter uma alma surge a ideia, ainda vaga, de se ter alguma parte no céu, paralelamente à crença de que se é imortal e pode-se ir para o paraíso. Em seguida, o Eu consciente passa a ter experiências fugazes, mais ou menos parciais, como intuições ou o sentido de experiência do Eu espiritual. Isso pode se dar de duas maneiras: pela descida de um jorro de força, de luz espiritual do Eu espiritual na direção do Eu consciente, ou, de forma ascendente, quando o centro de consciência sai ao longo da “linha” de conexão com aquele, em sua direção. Essas experiências, mesmo se opostas, podem se associar, e quando vivenciadas conscientemente levam quem as experimenta a dizer convictamente:

“Eu sou o Eu espiritual”, eu sou a Alma que tem uma personalidade. Não sou uma personalidade que tem uma alma em alguma parte do céu, mas **sou**, me **reconheço** e me **afirmo como Alma**, com uma personalidade mais ou menos rebelde, mais ou menos imperfeita, mais ou menos em conflito com o Eu. (ASSAGIOLI, 1963b, p. 06).

A plena unificação entre Eu espiritual e Eu consciente é a meta última da Psicossíntese. Tarefa difícil de alcançar plenamente, mas possível de se realizar paulatinamente o que, por si só, já é uma grande conquista.

III Aula: O Espírito Múltiplo

Esta aula refere-se, entre outras coisas, à ilusão do homem em se ver como coeso, com uma personalidade bem definida, que o impede de ser quem realmente é. O tempo todo o ser humano volta-se para fora de si, para objetivos práticos: ganhar dinheiro, possuir bens, ter sucesso profissional e social, agradar aos outros ou dominá-los. Fascinado por tais objetivos, negligencia saber quem e o que é ou, em outras palavras, possuir a si mesmo.

De acordo com Assagioli o desenvolvimento da Psicologia ainda é insuficiente para oferecer meios capazes de favorecer esse processo. A Psicologia deveria ser vista como a ciência fundamental, a mais importante para a humanidade, devendo preceder todas as demais, já que “há um elemento subjetivo, isto é, psicológico, na observação, na percepção e na avaliação de cada fenômeno externo” (ASSAGIOLI, 1963c, p. 01). A preocupação dele é com a falta de autoconhecimento, com a dificuldade do ser humano de perceber em si diferentes elementos, às vezes contrastantes, que não estão em harmonia. Essa falta de percepção o faz evitar a tarefa de penetrar no próprio mundo interno, quase desconhecido, vendo-a como algo desagradável e incômodo. Vive, assim, de forma inadequada e insuficiente, em um estado de instabilidade, incômodo e falta de segurança contínua.

Em cada ser humano há diferentes graus de desenvolvimento e atividade, e também todos os instintos, vícios e virtudes, todas as tendências e aspirações, todas as boas qualidades da humanidade. Cada um destes elementos existe internamente de maneira viva, tumultuada, como um ser real que tende a desenvolver-se, manifestar-se e firmar-se acima ou contra os demais elementos. Esses elementos múltiplos tendem a se associar e a se organizar, formando as subpersonalidades, os diversos “eus” que coexistem dentro de cada indivíduo e que caminham por conta própria, independentemente e, muitas vezes, em contraste umas com as outras. Retomando a imagem de um palco, as subpersonalidades são como personagens que se aproximam desse palco; cabe ao diretor, o Eu com sua vontade, colocá-las em seus devidos lugares sem eliminá-las ou reprimi-las, mas dirigindo-as e fazendo cada uma representar a parte exata que lhe cabe.

Assagioli distingue oito categorias de “eus”, evidenciando que podem existir outras: 1. Aquele que **somos** em determinado momento; 2. Aquele que **acreditamos ser**; 3. Aquele que **desejamos ser**, o “eu” ideal; 4. Aquele que os outros **acreditam que nós somos**; 5. Aquele que **gostariam que nós fôssemos**; 6. Aquele que os outros **suscitam em nós**; 7. Aquele que **queremos parecer ser**; e 8. Aquele **que podemos nos tornar**. Para ele, em geral a vida tende ao crescimento, que é natural e inerente à harmonia e à síntese. A experiência que se adquire ao longo da vida, por meio de crises, desilusões, sofrimentos, vitórias e realizações, reforça, desenvolve e leva o indivíduo ao amadurecimento, tornando possível se tornar o que se deseja ser – o eu ideal. A proposta da Psicossíntese é a de que cada um pode colaborar de maneira inteligente e voluntária na concretização desta maturidade, por meio dos métodos psicológicos e espirituais disponíveis, transformando este processo de crescimento em algo mais rápido, menos trabalhoso e mais satisfatório. Porém, isso só é possível se a multiplicidade de “eus” for reconhecida. E esta é exatamente a tarefa a que se propõe a Psicossíntese. Assagioli acredita que é quase um dever dos psicoterapeutas, dos educadores e dos que desejam criar em si mesmos uma harmonia superior conhecer de maneira profunda, a multiplicidade de “eus” que abrigam em si.

IV Aula: O Conhecimento do Self - Métodos de Exploração do Inconsciente

O enfoque desta aula é a importância e o valor do conhecimento de si mesmo e daqueles com quem se convive. A importância desse autoconhecimento se deve a três fatores: saber quem realmente se é; tornar-se “senhor da própria casa”; e, finalmente, modificar-se e transformar-se. Assim, o lema da Psicossíntese é:

Conhece a ti mesmo

Possui a ti mesmo

Transforma a ti mesmo.

Há uma constante preocupação em colaborar com o planeta, com a harmonização das relações humanas, o que é impossível sem o autoconhecimento e o conhecimento sobre os outros. O conhecimento do mundo interno de cada um, no entanto, ocorre raramente pois falta coragem à maioria das pessoas em olhar a si mesmas e acolher exatamente o que se é; além disso, nem todo o material psíquico é facilmente acessível à consciência.

O autoconhecimento deve iniciar-se pela exploração dos aspectos conscientes da personalidade, indo do conhecido em direção ao desconhecido. Nesse caminho busca-se distinguir os aspectos conscientes dos inconscientes, sempre lembrando que o inconsciente é visto como uma qualidade dos aspectos psíquicos em constante troca com o consciente. Conhecer, assimilar e dominar aspectos inconscientes de si mesmo permite fortalecer a personalidade consciente, e não ficar sujeito a grandes irrupções de forças inconscientes.

É importante auto-observar-se, desenvolver um observador interno cujo objetivo é atingir o domínio de si mesmo, como o cientista que observa e estuda o mundo externo, o investigador que observa a cena de um crime ou o repórter que descreve um fato. A observação objetiva de si mesmo permite diferenciar o Eu autoconsciente e os conteúdos variáveis e mutáveis do campo da consciência, o que possibilita desidentificar-se dos conteúdos desta e atingir a consciência do Eu. A desidentificação é uma das principais técnicas da Psicossíntese. Assagioli reporta-se à aplicação terapêutica da Psicossíntese e reforça seu uso na autopsicossíntese para o desenvolvimento integral e amplo da personalidade, na educação e nos relacionamentos humanos (psicossíntese interindividual). Entre as técnicas que facilitam o trabalho terapêutico rumo ao autoconhecimento encontram-se a autobiografia e o diário.

VI Aula: Psicossíntese

O enfoque dessa aula é a parte superior da consciência: o supraconsciente e o Eu espiritual. Afirmar a realidade do supraconsciente é fundamental, pois, não reconhecido pelas Ciências e pela Psicologia, é “para muitos, uma terra desconhecida” (ASSAGIOLI, 1963f, p. 01). É possível falar de experiência e de consciência daquilo que está fora e acima da consciência, da mesma maneira que se pode falar de outros aspectos ou níveis do inconsciente. Isto porque, em determinados momentos ou condições, elementos, atividades e conteúdos psíquicos que se encontram fora do campo da consciência entram nele por um caminho ascendente (o Eu Consciente se eleva a níveis superiores) ou descendente (pela irrupção de elementos supraconscientes).

Há inúmeros testemunhos da experiência do supraconsciente ao longo do tempo, em especial no campo religioso e nas experiências místicas, o que não significa que não existam experiências supraconscientes de caráter não religioso. Essas experiências são um fato como qualquer outro, mas têm enorme importância e valor humano e espiritual. No entanto, o

excessivo interesse pelo mundo externo e o medo de ser anormal ou de ser assim considerado afastam as pessoas de si mesmas. Tal medo se deve às irrupções do supraconsciente, principalmente as imprevistas e súbitas, muito diferentes da normalidade cotidiana. Embora pareçam patológicas, são supranormais.

Vários foram os pioneiros no estudo do supraconsciente: William James, Richard Maurice Bucke, W. Winslow Hall, Carl Gustav Jung, Pitirim Alexandrovich Sorokin, Victor Frankl, Urban de Innsbruck, Abraham H. Maslow. Maslow chamou de “Ser” o conjunto de experiências que se referem ao supraconsciente.

Assagioli descreve treze características dos níveis superiores de consciência ou dos estados de consciência produzidos por eles, quando entram no campo da consciência:

1. Sentido de aprofundamento, de deixar a superfície comum da consciência e chegar ao “fundo” do si mesmo;
2. Sentido de interiorização, de seguir do externo para o interno, da periferia para o centro do ser;
3. Sentido de elevação a um nível mais alto;
4. Sentido de caminho a percorrer, como subir uma montanha ou chegar a um pico;
5. Sentido de expansão, ampliação, às vezes vertiginosa, da consciência, com transcendência dos limites restritos do Eu, que se anulam por um momento e dão a sensação de que se faz parte de uma consciência mais ampla;
6. Sentido de desenvolvimento, ativação, de eliminar os “emaranhados”, os véus, o que fecha, atrapalha e em seguida, permite a sensação de “florescer”, emergir;
7. Sentido de fortalecimento, de poderosa energia a operar, dando a sensação de mais força e dinamismo. Experimenta-se plenitude, intensidade de ser e de existir;
8. Sentido de despertamento para uma realidade superior, de sair da escuridão dos sentidos, do estado do sonhador da vida comum para um estado de vigília superior;
9. Sentido de iluminação, de uma luz não terrena que transfigura o mundo externo. É a luz intuitiva de um conhecimento superior;
10. Sensação de alegria, exultação, beatitude;
11. Sentido de renovação, regeneração, “nascimento” de um novo ser em si mesmo;
12. Sentido de ressurreição, de ascensão a um estado anterior perdido ou esquecido;

13. Sentido de liberação, de liberdade interna.

Essas características despertam o desejo de experimentar os sentidos que as provocam, embora apresentem inconvenientes e perigos quando não compreendidas. A irrupção súbita e repentina de elementos do supraconsciente pode perturbar o equilíbrio pré-existente da personalidade comum, seja ele mais ou menos real, e gerar uma reação de excitação excessiva ou desorientação. Mesmo na subida a níveis superiores de consciência podem ocorrer incidentes e distúrbios, mas as vantagens são maiores que os distúrbios possíveis, pois auxiliam na solução de problemas individuais e sociais, coloca-os numa perspectiva mais ampla, numa proporção mais adequada e permite analisá-los de maneira diferente e justa. A consequência é um despreocupar-se dos problemas, que se dissolvem ou passam a ter soluções claras, por terem sido iluminados por uma luz superior.

É importante distinguir claramente o supraconsciente do Eu espiritual, pois os conteúdos de ambos são muito próximos e participam, em alguma medida, das qualidades um do outro. Além disso, o senso de permanência do Eu espiritual é transmitido, mesmo que veladamente, ao Eu consciente, garantindo o sentido de permanência, de identidade pessoal, caráter essencial da autoconsciência. O Eu consciente é um pálido reflexo da perene e imortal essência do Eu espiritual, que por encontrar-se no extremo superior da periferia da personalidade está em parte dentro dela, em uma relação de continuidade com o supraconsciente, e em parte fora, em relação com o universal. Pode-se dizer que tem dupla natureza: individual e universal ao mesmo tempo. Esse caráter individual e universal

(...) é um estado de consciência que pode ser e é experimentado, vivido, em certos momentos de elevação, de “saída” dos limites da consciência comum. Nele se experimenta um sentido de alargamento, de expansão sem limites, impregnado de intensa alegria, beatitude. É essencialmente inefável, não exprimível em palavras. Aqui se está em contato com o mistério, com a realidade suprema. Disso não posso falar; está além dos confins da Ciência, da Psicologia. Mas a Psicossíntese pode ajudar a se aproximar e chegar a esse limiar. E isto já é muito. (ASSAGIOLI, 1963f, p. 07).

VII Aula: A Vontade – I²

A complexidade da função psíquica da vontade e seus pontos principais são os temas desta aula. Segundo Assagioli, a vontade é determinante de toda ação humana consciente e deliberada interna ou externamente. O homem moderno dominou as forças da natureza, mas

² Nesta aula, foram apresentadas duas colocações sobre a função da vontade, feitas por Assagioli na I Aula de 1970, pois elas complementam as desta de 1963.

não o tumulto de suas emoções e o funcionamento, muitas vezes obsessivo, de sua mente. Esse desequilíbrio do homem moderno entre os poderes externos e os internos é o que causa a maioria dos males individuais e coletivos atuais. Há duas grandes vias para eliminá-lo: simplificar a vida externa e desenvolver os poderes internos. Sacrificar a vida externa, mesmo que seja um princípio saudável, pode atenuar, disciplinar e corrigir, mas não necessariamente modificar, em essência, o caráter da civilização atual. É necessário que o homem desenvolva os seus poderes internos, o que exige a educação da vontade, eixo de cada ação interna.

A vontade, centro íntimo e mais real do homem, é o que o faz autoconsciente: sem ela, seria um engenhoso autômato. Um homem de vontade fraca é vítima das próprias paixões, da vontade alheia e das circunstâncias externas. Mas não basta uma vontade forte, pois ela não é imune a erros, excessos e esforços inadequados. É preciso, por meio de procedimentos baseados no conhecimento da estrutura e do funcionamento da psique, abrir caminho entre as resistências, sem confrontá-las, e canalizar as energias contrastantes para proveito próprio. A vontade usada de forma egoísta pode gerar um poder destruidor. É preciso um sentido amoroso, pois a lei de ação e reação, ritmo e equilíbrio, também aplicável às questões morais, atrai automaticamente para o si mesmo o bem e o mal que se fizer aos outros.

Além de forte e sábia, é preciso que a vontade seja boa para levar ao sucesso na vida prática e à satisfação moral. Aqui se aplica um princípio fundamental da Psicossíntese: nenhuma realização parcial é suficiente. É necessário inserir cada ação interna em uma concepção integral, equilibrada e sintética da vida psíquica e espiritual. Ser forte, sábia e boa são aspectos da vontade integral e o seu desenvolvimento exige o uso de energia e perseverança, como para desenvolver outras faculdades técnicas ou psicológicas. Todos têm vontade em um estado primitivo e rudimentar, mas suficiente para iniciar seu desenvolvimento, assim como todas as possibilidades, de forma latente e em diferentes graus. Após um esforço inicial é possível observar um aumento crescente da energia volitiva, que pode ser reempregada para favorecer um desenvolvimento posterior, demonstrando que desenvolver a vontade é possível a quem queira. “Mas a maneira mais frequente e mais simples na qual descobrimos o nosso poder volitivo é a ação.” (ASSAGIOLI, 1970a, p. 04).

A vontade é frequentemente confundida com paixão, obstinação, impulsos e ativismo. Daí ser importante descobri-la dentro de si, ainda mais porque é uma experiência difícil de descrever e definir; assemelha-se às experiências estética e religiosa, que são incomunicáveis e devem ser vividas de forma individual e existencialmente. Em determinados momentos, a vontade se apresenta como uma experiência interna vívida e certa e em outros surge de

maneira calma e sutil, sentida como a parte mais verdadeira de si mesmo. Nos momentos de elevação interior, como na aspiração fervorosa, pode ser percebida como sinal do Espírito, energia pura capaz de afastar todas as dificuldades e se afirmar irresistivelmente. A descoberta da vontade coincide com a descoberta de si mesmo, do verdadeiro Eu e do Eu espiritual, uma vez que se revela como essência íntima do Eu. Para não se perder em ideias, imagens, paixões, a vontade deve ser protegida, cultivada, exercitada. O exercício a fortalece, ou seja, a vontade se exercita querendo. Há diferentes exercícios, mas deve-se começar aos poucos, permitindo-se perceber sucessos e fracassos e buscando-se estabelecer a atitude mais lúdica para tornar animado aquilo que, por si mesmo, poderia ser monótono e chato.

VIII Aula: A Vontade – II

Dando continuidade à exposição anterior, mostra-se que o querer, além de forte, precisa ser hábil, expert e sábio. A vontade deve agir principalmente no interior do indivíduo, onde ocorre o jogo das energias psíquicas que continuamente se desenvolvem. A falta de autoconhecimento leva alguns a tentarem atingir suas metas com esforço e atos de vontade violentos. Outros mantêm a própria mente em uma atividade contínua e febril. Há ainda aqueles que dão livre curso aos próprios impulsos e paixões. As consequências desses diferentes modos de viver levam a um enorme desperdício de energia, ao desgaste e à exaustão, a distúrbios nervosos e psíquicos e à falta de domínio sobre si mesmo. Isso evidencia a necessidade de conhecer o próprio mundo psíquico, com seus elementos, suas energias e as leis que o regulam, aprendendo a usar métodos que sejam adequados para a obtenção dos resultados desejados.

Pode-se dizer que os principais elementos que constituem a estrutura interna são os de conhecimento, de sentimento e de impulso. Ao primeiro, correspondem as sensações físicas, as imagens, as ideias, os conceitos particulares, gerais e universais; ao segundo, as emoções, diferentes sentimentos, os estados afetivos de todo tipo, e ao terceiro correspondem instintos, tendências, desejos, impulsos e volições. Tratam-se de forças vivas, continuamente em atividade e transformação, cujo dinamismo é regulado por leis precisas e seguras. A seguir, apresento algumas dessas leis, as mais úteis ao autodomínio e à eficiência.

Primeira lei: **As ideias e as imagens tendem a produzir os estados físicos e os atos externos a elas correspondentes.** “Cada imagem tem em si um elemento motor (...), cada ideia é um ato em estado latente”. (ASSAGIOLI, 1963h, p. 03). Também há a ação inibidora

de outros elementos psíquicos. Logo, ideias e imagens atuam se não encontram obstáculos que as impeçam de se manifestar concretamente.

Segunda lei: **Imagens e ideias tendem a suscitar os sentimentos e as emoções a elas correspondentes.** Portanto, imagens e ideias suscitam atos, de acordo com a primeira lei, e sentimentos, de acordo com a segunda, e qual deles prepondera depende do tipo psicológico da pessoa. A ideia de perigo em um tipo ativo o impulsionará a usar meios que o evitem, com pouca reação emotiva; já um tipo emotivo poderá sentir medo a ponto de paralisar a sua ação. Daí a importância de conhecer o tipo psicológico e as características especiais de cada indivíduo, quais os elementos psicológicos que existem, no geral, em todas as pessoas além de conhecer as leis que se aplicam a todos e se suas aplicações devem ser diferentes.

Terceira lei: **As emoções e os sentimentos tendem a suscitar ou a intensificar as ideias e as imagens a eles correspondentes.** Esta lei explica a formação de círculos viciosos nocivos, como o medo de adoecer que gera imagens de doenças, as quais têm um efeito deprimente sobre a pessoa e tendem a provocar o correspondente estado físico. Chave para inúmeros distúrbios psicossomáticos, essa lei também tem aplicações positivas e úteis, por meio de métodos adequados, para reforçar e cultivar sentimentos superiores, que tendem a suscitar ideias e imagens elevadas a eles correspondentes.

Quarta Lei: **Os movimentos, os comportamentos, físicos ou psíquicos, e os atos externos tendem a evocar e a intensificar as ideias, as imagens e os sentimentos a eles correspondentes.** A multiplicidade psicológica auxilia a compreender essa lei. Ao se assumir determinado papel na vida, esse tende a suscitar as ideias e sentimentos correspondentes. O método de “agir como se” auxilia a compreender isso: ao se agir de acordo com sentimentos que se gostaria de ter isso não é fingimento ou hipocrisia, mas sinceridade espiritual, já que é uma tentativa e um meio eficaz de se tornar sempre mais a pessoa que se gostaria de ser.

Quinta Lei: **A atenção, o interesse, a afirmação e a repetição reforçam as ideias e as imagens (consequentemente, sua eficácia sobre a pessoa e sobre seu comportamento).** A atenção torna as ideias mais nítidas e claras e faz com que, gradualmente, se descubram novos significados e aplicações para elas. O interesse faz com que ideias e imagens ocupem um lugar de destaque no campo da consciência, e nesse caso é importante desenvolver o sentido de proporção, reconhecendo o que é realmente importante e o que não é. Quanto à afirmação, ela é um ato dirigido de vontade e de identificação, na medida em que só se afirma o que se quer. Cada vez que se afirma algo, no campo psicológico, identifica-se com ele.

Num certo sentido, todo desenvolvimento espiritual pode ser considerado um tipo de desidentificação dos elementos inferiores e de identificação, mediante a afirmação, com elementos sempre mais altos, na direção ao Eu espiritual, aquele que somos realmente. (ASSAGIOLI, 1963h, p. 06)

A repetição, por sua vez, faz com que a imagem ou ideia penetre cada vez mais dentro de quem a repete, às vezes até constituir uma “presença” obsessiva. Essa lei pode ser usada de várias maneiras para aumentar a eficiência da vontade e torná-la eficaz.

Sexta Lei: **A repetição dos atos intensifica a tendência a realizá-los e torna mais fácil a sua execução, delegando-a ao subconsciente.** Trata-se aqui da repetição dos atos externos, independente das ideias e dos sentimentos. Pode ser chamada de **a lei da formação dos hábitos e dos automatismos.** Os hábitos permitem uma grande economia de energia, daí sua utilidade. Os atos habituais são controlados pelo inconsciente, que libera a consciência para atividades mais elevadas. O perigo dos hábitos é tenderem a limitar o indivíduo e a se cristalizarem. A boa educação deveria levar à formação de bons hábitos e automatismos úteis.

IX Aula: Leis da Vontade - A Vontade Boa

Nessa aula, Assagioli trata da vontade e das leis psicológicas que podem ser utilizadas para desenvolver eficazmente a ação volitiva. Tendo apresentado as primeiras seis leis na aula anterior, inicia sua exposição a partir da sétima.

Sétima Lei: **As ideias, as imagens, as emoções e os sentimentos, as tendências e os impulsos se associam e se reagrupam diferentemente em “ideias-forças” e em complexos psíquicos.** O conceito de “ideia-força” associa uma ideia, ou um conceito, ao dinamismo da força emotiva propulsora necessária para colocá-la em prática. O conceito de “complexo” adotado por Assagioli é o difundido pela Psicanálise, para a qual as “formações psíquicas” tendem a se agrupar ou chegam, com frequência, a formar subpersonalidades bem definidas.

Essa lei é importante, pois três funções fundamentais da vontade baseiam-se nela: a não submissão ao domínio das ideias-forças, dos complexos ou das subpersonalidades; o uso adequado delas, segundo as necessidades, as circunstâncias e os objetivos a que o indivíduo se proponha; e a modificação de subpersonalidades antigas ou o desenvolvimento de novas. Algumas subpersonalidades, coerentes e orgânicas, às quais correspondem atividades físicas ou psíquicas, correspondem aos vários papéis ou funções desenvolvidos na vida. Por meio do

conhecimento e do uso das leis da vontade, pode-se desenvolver todos os papéis humanos em justas proporções, de modo construtivo e harmônico. É isso o que requer a psicossíntese da personalidade, e é no que o conhecimento e o uso das leis da vontade podem auxiliar.

A oitava lei regula o ato de vontade: **As ideias-forças, os complexos psíquicos e as suas subpersonalidades tendem a se afirmar e colocam em ação por si – para fora da consciência e também contra a vontade do indivíduo – os meios para sua atividade e para sua afirmação.**

Há uma parte inconsciente maior que a zona consciente da personalidade, na qual se desenvolvem atividades que não obedecem a vontade consciente. Além disso, o inconsciente tem poderes que a personalidade não tem, como as faculdades e as funções parapsicológicas – que são faculdades e funções normais do inconsciente. Frequentemente não desenvolvidos, tais poderes existem, mais ou menos latentes, e não raramente agem sem ser percebidos. O inconsciente pode realizar sobre o corpo ações que não podem ser realizadas diretamente pela personalidade. O inconsciente não obedece ao consciente, mas, se “bem levado”, coopera de boa vontade. Ele não possui vontade própria: é um conjunto de atividades e funções psíquicas, e não uma entidade. Logo, pode ser dirigido e utilizado com o uso hábil de sugestões, não com a imposição direta da vontade. Sugestões e autossugestões geram efeitos curativos, graças à lei das finalidades subconscientes. Quando se propõe um fim ao inconsciente, por si só ele encontra os meios eficazes de realizá-lo. Há propósitos e ambições que parecem ser “vontades”, mas que fazem pressão para serem atingidos. Na realidade, são vontade a serviço da paixão dominante. Isto remete à terceira característica essencial da vontade: a vontade boa.

O ser humano é parte da ordem universal do cosmo. Isso leva a dois tipos de problemas. O primeiro diz respeito às relações entre a vontade individual e as leis do devir universal, ou da vontade cósmica. A vida moderna apresenta um tumulto de vontades individuais e coletivas cujo objetivo é a superação umas das outras, mas que geram sofrimento e um imenso desperdício, tanto material quanto psicológico. Um exemplo é a luta pelo acúmulo de bens que, além de desgastante, é antiespiritual. Tais lutas poderiam ser eliminadas. Os espíritos mais iluminados, verdadeiramente práticos, lutam com entendimento, cooperação, tendendo às relações humanas corretas, à cooperação, na direção da psicossíntese interindividual e grupal, cujo êxito depende da livre adesão de cada vontade. Isso requer uma educação preliminar da vontade para harmonizar e equilibrar “seus fins particulares no âmbito de uma solidariedade humana superior”. (ASSAGIOLI, 1963i, p. 05). Cooperação e

entendimento não se impõem; logo, não se trata de suprimir nem de oprimir as vontades individuais, mas de desenvolvê-las na direção correta e depois usá-las de modo justo.

O mesmo se aplica à relação do ser humano com a natureza e com o universo, que levam a questionamentos a respeito da origem, do significado, do objetivo da vida, que dão origem aos “termos perenes das meditações filosóficas, das ânsias espirituais, das fés religiosas” (ASSAGIOLI, 1963i, p. 06). Essas questões influenciam as atitudes cotidianas e levam a uma tomada de posição diante da vida. A proposta é aprender a cooperar com as leis da natureza que dirigem a vida, e não assumir uma vontade pessoal orgulhosa que se rebela com os eventos da mesma. Isso pede uma educação específica da vontade, a qual tem o poder de desenvolver, reforçar e disciplinar a si mesma e dirigir outras energias psicológicas. Também pode dominar a si mesma, conter a própria ação dentro dos limites justos, harmonizar-se com a vontade dos demais, aderir e subordinar-se aos princípios ideais e ao querer universal, livremente reconhecido e aceito. É importante não confundir vontade boa com desejos, veleidades, aspirações idealistas: “Ela é um propósito estável, é potência e ardor; é uma união de força e de bondade, uma força que quer ser boa” (*idem, ibidem*).

Um dos maiores obstáculos à vontade boa é o egocentrismo, que pode incluir o egoísmo. Ao se observar a grandiosidade do universo e de seus ciclos, pode-se perceber a ilusão que é crer-se dono da verdade, o que leva a estabelecer a verdadeira proporção das coisas. Essa mudança de perspectiva cria um interessante paradoxo psicológico e espiritual: leva a uma nova dignidade, a reconhecer a mesquinhez do orgulho e dos méritos pessoais e o fato de que a substância do universo está no indivíduo e é parte integrante e indissolúvel dele. Assim, o ponto mais alto da educação da vontade é o de aderir à vontade universal:

Mesmo quem não tenha uma fé religiosa ou uma filosofia definida, se observa sem preconceitos o desenvolver dos fenômenos naturais, não pode não ver como eles obedecem a uma lei de evolução e de progresso, não pode não perceber na estrela, no inseto, no átomo e no próprio coração, o mesmo impulso obscuro na direção de uma meta misteriosa. (ASSAGIOLI, 1963i, p. 07).

Assim, os insucessos humanos devem-se à incompreensão e à violação dessa lei universal que, ao ser percebida, gera um impulso espontâneo de adesão e obediência. Isso leva a um novo paradoxo: a vontade individual adere livremente à vontade universal, fundindo-se nela sem, no entanto, anular-se; mas, ao “morrer” na vontade universal, a vontade individual ressurgue transfigurada. Ao aceitar cooperar harmonicamente com a vontade que

move o universo, a vontade individual compreende que a vontade universal não apenas coopera com ela, mas também lhe disponibiliza energias infinitas. “Assim, a vontade tornando-se boa, torna-se também mais forte e mais sábia, e desse acordo, desta síntese de seus três sinais, surge a vontade integral, a vontade perfeita.” (*idem, ibidem*).

X Aula: A Transformação e a Sublimação das Energias Psíquicas

Este tema é importante para a evolução psico-espiritual do homem, pois se refere à descoberta e ao uso das energias psíquicas e espirituais e à sua transmutação e sublimação. O homem aprendeu a usar a seu favor as forças da natureza, mas não se pode dizer o mesmo das energias biológicas, psíquicas e espirituais internas e externas a ele. São desperdiçadas, mal usadas ou sua existência é, realmente, ignorada; não sabe dominar nem transformar as energias instintivas, especialmente as sexuais e as combativas, sendo que boa parte delas poderia ser dirigida a objetivos benéficos e atividades criativas; pouco se conhece das mais altas energias parapsicológicas e espirituais e de seu uso científico. Assim como nos processos de transformação da matéria, há inúmeras possibilidades de desfrutar de transformações das energias biológicas, psíquicas e espirituais. Esses processos geralmente se desenvolvem espontaneamente, regulados por leis: conhecendo-as é possível provocar, dirigir e utilizar, mediante métodos apropriados, tais processos.

As transformações e as sublimações psicoespirituais eram conhecidas pelos alquimistas que, numa linguagem aparentemente química, descreviam processos de transmutação psicológica. No Oriente, fazem parte de métodos de Yoga, de desenvolvimento e regeneração psicofísica e espiritual. Na Psicologia moderna, a Psicanálise estudou amplamente as transformações psíquicas, em especial das energias sexuais e afetivas. Há várias formas de transmutação e sublimação: a derivação ou canalização “horizontal” consiste em dirigir e utilizar as energias combativas para objetivos inócuos ou úteis, por meio de uma atividade física qualquer; a satisfação imaginativa é frequentemente incompleta; pode-se canalizar o instinto combativo por satisfação vicariante, substituição ou identificação. Nos melhores casos se produz a catarse, que permite uma descarga e uma conseqüente satisfação.

O quinto modo de transmutar a energia combativa é a “interiorização” ou “subjetivação”, uma forma de sublimação. Isto ocorre de certo modo na prática de esportes, quando parte da energia combativa é usada contra outras tendências, como a preguiça. A interiorização plena e superior ocorre quando a luta se dá consciente e deliberadamente,

dentro da alma, por uma ação psicagógica,³ contra as tendências inferiores, egoístas e antissociais. É necessário estar alerta para que não ocorra a repressão, ao invés da sublimação.

O sexto modo de transmutar e sublimar a energia combativa é por sua abertura e utilização social, usando-a na luta pelo bem coletivo, contra as injustiças sociais. O sétimo é a sublimação religiosa; é fundamental evitar “pseudosublimações” que manifestam sutil e refinadamente tendências agressivas, como intolerância, fanatismo e perseguição religiosa, baseadas em movimentos pessoais e separatistas.

Pode-se aplicar os métodos de transmutação e sublimação das tendências agressivas e combativas em vários campos (psicoterapia, educação, vida social e política, âmbitos nacional e internacional), buscando-se novas formas mentais e institucionais de canalizá-las individual e coletivamente para objetivos construtivos e criativos, na direção de uma nova cultura, juntando-se àqueles “de mente iluminada, de coração generoso, de vontade boa, para unir todos num organismo planetário harmônico, para criar uma síntese mundial, para construir uma nova e superior civilização, verdadeiramente humana” (ASSAGIOLI, 1963j, p. 10).

XI Aula: a Meditação

O tema da aula é a meditação, que pode ser considerada sinônimo de pensamento disciplinado, reflexão sobre um tema, mas em um sentido mais amplo inclui outras modalidades de ação interna. Existem duas categorias principais de assuntos para meditar: os simples e óbvios e os aparentemente contraditórios, cuja conciliação só se consegue pela síntese, em um nível mais elevado e mais amplo. Para a sua prática eficiente é necessária a preparação adequada no voltar a atenção ao si mesmo, às ações internas. Essa preparação se dá no nível físico, por meio do relaxamento de possíveis tensões musculares e nervosas; no nível emocional, pelo aquietar das emoções, buscando um estado de calma, e no nível mental, pelo recolhimento da atenção da mente e sua direção para o interior de si.

Os três tipos principais de meditação são a reflexiva, a receptiva e a criativa. A meditação reflexiva, grosso modo, é sinônimo de pensar. Porém, a mente interfere no pensar independente da vontade e, muitas vezes, interfere nela. Assim, na prática meditativa é necessário compreender que a mente é um “instrumento interno do qual devemos nos

³ “**psicagogia** sf (gr psychagogía) 1 ant gr Evocação mágica das almas. 2 Antig gr Cerimônia religiosa para aplacar as almas dos defuntos. 3 A Retórica, segundo Platão. 4 Ret Arte de guiar as almas pelo melhor caminho”. Disponível em: <<http://www.dicionarioweb.com.br/psicagogia.html>>. Acesso em: 04 set. 2011. Neste trabalho será utilizado o quarto significado.

desidentificar para poder usá-la à vontade” (ASSAGIOLI, 1963k, p. 02). A concentração é o primeiro passo para a sua prática, dirigindo a mente a uma determinada direção a fim de desenvolver o proposto. Neste sentido, pensar significa refletir sobre um assunto, elaborá-lo profundamente, examinando suas implicações e derivações e os significados que contém. Isso permite eliminar preconceitos e ideias unilaterais.

A primeira condição para desenvolver o pensamento é controlar atentamente o próprio processo de pensar, percebendo rapidamente quando começa a se desviar. A segunda é persistir no aprofundamento sobre um assunto e não se deixar levar pela sensação de já ter esgotado as possibilidades de análise: só então é possível descobrir aspectos insuspeitados sobre o mesmo, levando a um desenvolvimento rico e sem limites. Portanto, num processo meditativo deve-se se colocar questões para aprofundar e se chegar a ideias claras a respeito. Mas o objetivo mais importante da meditação reflexiva é conquistar autoconhecimento.

A meditação reflexiva sobre o si mesmo é importante e necessária para a realização da psicossíntese: é por meio dela que se distingue a pura autoconsciência (consciência de si) dos demais elementos psicológicos da própria personalidade. Seu objetivo é a compreensão e a avaliação do que se descobre em si; a observação da personalidade deve ser feita com distanciamento interno, sem identificar-se com ela. Na meditação receptiva o ”olho da mente” está voltado para o alto, buscando discernir entre o que é de níveis superiores, o que é da consciência comum e o que é da própria mente. É fundamental iniciá-la pelo silenciar-se, eliminando o que impede intuições, inspirações, mensagens, impulsos e a ação do supraconsciente, do Eu espiritual, de chegarem à esfera da consciência. Em seguida vem o silenciar a mente; para tanto, a primeira coisa é permanecer certo tempo numa atitude firme, mas paciente, de observador, ou repetir persistentemente uma palavra ou frase em voz alta. Outro modo é evocar uma imagem, palavras que, para serem eficientes, devem evocar um estado de paz, de silêncio. Pode surgir uma sensação de sonolência, que deve ser combatida energeticamente, pois favorece um estado de passividade, facilitador do emergir de conteúdos inconscientes, em especial do inconsciente inferior, do coletivo ou de forças psíquicas impróprias. Deve-se interromper esse estado, ou a própria meditação, imediatamente.

A maneira mais comum pela qual as mensagens chegam é a visão ou iluminação. Como “olho interno”, a mente é capaz de se dar conta do significado de fatos ou eventos, ver a solução para um problema, ter uma ideia luminosa. A intuição é sua forma superior:

Em seu significado mais elevado, pode ser considerada a compreensão suprarracional e direta da verdadeira natureza de uma realidade, da sua essência; por isso é diferente daquela que comumente é chamada de “intuição” e que mais exatamente deveria ser chamada “impressão psíquica” referente a pessoas, acontecimentos ou “pressentimentos”. (ASSAGIOLI, 1963k, p. 06).

A atitude de perceber a realidade interna também é chamada de contemplação, e o estado mais elevado de visão interna é a iluminação, que pode ser definida como a revelação da divindade imanente em tudo. Outros efeitos da meditação receptiva são o “ouvido interno”, que discrimina a percepção psíquica de vozes e de sons, e o “ouvir espiritualmente”. As inspirações originadas em níveis psíquicos mais elevados são, na maioria, de caráter impessoal, mensagens breves, ricas de significado, frequentemente de caráter simbólico, mesmo quando parecem ter significado concreto. Muitas inspirações artísticas são desse tipo.

Às vezes desenvolve-se um diálogo entre o Eu pessoal e o Eu espiritual. A mente em meditação faz perguntas e recebe respostas internas rápidas e claras. São necessárias prudência e discriminação para saber se as “mensagens” ou “vozes” vêm do inconsciente pessoal ou do coletivo. O contato com o Eu espiritual, outra forma de receptividade, indica um alinhamento que permite, mesmo que momentaneamente, uma identificação com a Realidade espiritual; a aproximação do Eu espiritual traz harmonia, recarrega as energias, vivifica. O impulso à ação é ainda outro modo de receber impressões do Eu espiritual: é tornar-se consciente, sentir a necessidade de empreender, assumir deveres e tarefas.

Durante a meditação receptiva pode-se não se receber nenhuma mensagem, mas ao longo dos dias seguintes podem aflorar impressões ou inspirações de improviso: é a recepção retardada. Por isso, após o término da meditação, deve-se manter uma postura interna de expectativa vigilante (postura meditativa), mantendo-se atento ao que ocorre externa e internamente ao mesmo tempo. A meditação receptiva feita em grupo pode facilitar a concentração, integração e proteção mútuas e proporcionar a verificação recíproca dos conteúdos e a partilha entre todos.

O outro tipo de meditação é a Meditação Criativa, ação interna que pode ter vários objetivos: o mais importante, a autocriação, auxilia a modificar, transformar e regenerar a própria personalidade ou a criar e fortalecer as ideias-força. Suas várias fases são pensar claramente e formular corretamente uma ideia, usar a imaginação para revesti-la de imagens e símbolos sugestivos e vivificar a ideia com sentimento e força propulsora do desejo.

XII Aula: As Aplicações da Meditação

Nesta aula são mostradas aplicações da meditação na psicoterapia, na educação, na autopsicossíntese e na psicossíntese interindividual. Seu uso na psicoterapia leva a um crescente domínio da mente e das emoções, desenvolve a capacidade de pensar e o uso criativo da imaginação e auxilia no treino e no fortalecimento da vontade. As técnicas de meditação podem ser ensinadas pelo terapeuta ao paciente antes de ele treiná-lo na meditação guiada. Inicialmente, o terapeuta faz a meditação em conjunto com ele e lhe indica, gradualmente, seus vários estágios. A meditação reflexiva se faz em voz alta. No silêncio receptivo podem acontecer trocas, transmissões espontâneas do terapeuta para o paciente, e vice-versa. Essa troca telepática também pode acontecer fora do contexto da meditação.

Na educação a aplicação é ampla: pode se dar em todas as fases do processo educativo e ser introduzida por exercícios de observação e visualização. Pensar e refletir são formas de meditação reflexiva já praticadas na escola. A meditação receptiva pode ser aplicada no treino ao silêncio, tanto interno quanto externo. O objetivo é extinguir os rumores da vida comum, o que auxilia na disciplina. Esse tipo de meditação está em sintonia com o tipo de educação que valoriza a ação externa, ao mesmo tempo em que revela a existência da ação interna, ensinando a desenvolvê-la em suas várias formas.

Na autopsicossíntese a meditação ajuda na conscientização de si mesmo; na psicossíntese interpessoal e de grupo, a reflexão e a ponderação permitem um exame objetivo de situações conflitantes, podendo levar à resolução eficaz e construtiva das mesmas. Isso acontece se os participantes se elevam a níveis serenos e luminosos.

Quem acredita na realidade espiritual ou na existência dos níveis supraconscientes pode sozinho ou, melhor ainda, com o “adversário”, pedir orientação e, na meditação receptiva, buscar as “respostas”, intuições e indicações “do alto”. Isso pode ser feito em todas as situações de conflito: entre cônjuges, pais e filhos, grupos, reuniões e assembleias.

AULAS DO ANO DE 1964

I Aula: A Medicina Psicossomática

Nesta aula é abordada a influência intensa e contínua da psique sobre o corpo, que pode e deve ser utilizada como meio de tratamento e potencialização.

O materialismo imperante na Medicina e a crença de se saber o suficiente sobre o psiquismo levou muitos médicos a não reconhecerem essa influência. A excessiva especialização da Medicina para tratar órgãos, e não o corpo, resultou em atendimentos rápidos, dificultando uma relação mais humana com os pacientes, elemento terapêutico essencial. Além disso, muitos psiquiatras não reconhecem a psicogênese de várias doenças, nem os conflitos psicológicos e espirituais que adoecem os órgãos. Os doentes, devido a suas condições psíquicas de natureza emocional e espiritual, também têm muita resistência e preconceitos em admitir causas psíquicas para suas doenças.

A pessoa que tem consciência, por vezes exagerada, de seu domínio deficiente sobre a própria psique sente insegurança e inferioridade e entra em conflito com o ambiente. Já o doente mental, geralmente seguro da precisão de suas ideias, sente-se seguro de si. O ceticismo leva as demais pessoas, em especial os familiares, a considerarem tais distúrbios imaginários, aumentando a resistência sobre as causas psíquicas dos distúrbios físicos. Muitas pessoas não aceitam a doença como uma defesa a uma situação de conflito, ou seja, como uma obra do inconsciente. Tratar distúrbios psicossomáticos apenas com remédios, além de ineficaz, confirma equivocada e danosamente a causa dos mesmos e os desvia da cura realmente adequada. Isso não descarta cuidar da doença física, mesmo que a causa não integre essa esfera, para aliviar o sofrimento do paciente. Mas esse tratamento é paliativo e o fato de não se compreender como a psique altera o corpo dificulta a admissão da influência psicossomática, já que é comum negar o que não se sabe explicar.

Embora à época, ainda não estivessem claros os mecanismos de ação do psiquismo sobre o organismo, Assagioli defendia a sua aplicação terapêutica. Nas relações entre causas físicas e psíquicas, é comum uma determinação multifatorial, de mesma natureza ou não, e não há uma relação direta entre influxo psicopatológico, dados caracterológicos e determinadas doenças. Ao médico cabe descobrir o quanto de uma causa ou de outra existe na geração da doença, o que requer uma avaliação da dinâmica específica das ações e reações psicossomáticas envolvidas, que variam de caso a caso e pedem uma intervenção psicoterapêutica, e não apenas médica.

A prevenção e a higiene psíquica são tão importantes quanto as de ordem física, pois as forças curativas inerentes ao organismo são admiráveis e devem ser aproveitadas. Pode-se evitar ou neutralizar os tóxicos psíquicos através da evocação de ideias e sentimentos positivos. Isso leva à ideia do ser médico de si mesmo, ajudando quem trata a colocar as

energias latentes internas em relevo, por meio de uma postura interna positiva, propiciadora de uma vida mais serena e benéfica.

II Aula: Causas Psicológicas das Doenças (II)

Esta aula trata da influência saudável de estados emocionais positivos como a alegria sobre o organismo. Inversamente, mostra que não há uma distinção clara entre saúde e doença quando se observam as suas causas psíquicas. É fundamentalmente diferente dizer que alguém está doente e que um órgão não funciona bem. A concepção de doença como uma entidade independente é inexata do ponto de vista científico e nociva do humano.

Rotular os doentes com determinadas designações pode gerar traumas psíquicos: quando o próprio doente identifica-se com o corpo doente é como se estivesse possuído pela doença, o que acentua ou fixa os sintomas, levando a uma sensação de autopiedade, geradora de depressão ou de satisfação doentia. Quanto mais uma pessoa identifica-se com sua doença, mais pode desenvolver satisfação com esse estado e fugir de suas próprias responsabilidades. Isso aumenta a proporção da doença e impede que o doente assuma uma postura de distanciamento em relação ao que o aflige e possa intervir ativamente para eliminá-lo. Desidentificada da doença, a pessoa não se deprime nem se irrita pelos sofrimentos físicos, mas se mantém serena e até feliz, postura psicológica favorável à ação das forças curadoras naturais e dos cuidados que recebe, facilitando e acelerando a cura.

Traumas psíquicos, conflitos e frustrações estão entre as principais causas psicológicas e espirituais dos distúrbios físicos e neuropsíquicos, mas não necessariamente adoecerão alguém, pois é preciso uma conjunção de condições para isso se dar. As causas das doenças não são constantes, pois continuamente ocorrem ações e reações recíprocas entre corpo e psique, nem sempre fáceis de reconhecer. A gravidade e a intensidade de um trauma ou conflito, objetiva ou subjetiva, pode superar as resistências normais do indivíduo até ele adoecer. Por isso é fundamental considerar o elemento subjetivo, pois é sobre ele que se pode interferir. Outra causa de adoecimento são as reações psíquicas individuais. Adoecer gera medo e revolta. O medo, fruto do instinto de conservação ou da hipersensibilidade ao sofrimento, acentua ou leva à fixação do sintoma. A revolta gera novo conflito, que se soma ao original, criando um círculo vicioso, o que também pode acontecer com o medo. A importância da psicoterapia reside em poder eliminar ou neutralizar as reações secundárias do

mal, em alguns casos as causas primárias, e propiciar uma ação curadora sobre os pontos fracos ou sobre as disfunções orgânicas.

III Aula: Crises e Conflitos Psíquicos

Embora os conflitos psíquicos possam gerar distúrbios neuropsíquicos e psicossomáticos, é fundamental não confundir sofrimento com doença, já que sofrer faz parte da vida. Além disso, existe uma diferença relativa entre os conflitos internos e os externos, que podem ser puramente psicológicos, morais ou espirituais.

O primeiro conflito com a realidade externa é o nascimento: o desconforto físico produz no bebê uma crise de adaptação. No desmame, quando a criança não consegue se adaptar ao abandono da condição de identificação com a mãe, se produz uma crise fisiológica e, principalmente, psicológica. Nos primeiros anos a criança precisa da presença e, principalmente, da relação afetiva com os pais; quando isso falta, forma-se o complexo de abandono. Alguns distúrbios neuropsíquicos têm como causa a carência afetiva, a sensação de abandono dos pais, especialmente da mãe, levando a uma sede quase insaciável de afeto, uma busca de compensação à carência dos primeiros anos de vida, causada tanto pela ausência real dos pais quanto pela falta de atenção dos mesmos. A falta de energia e de tempo dos pais, na infância e na adolescência, pode ter consequências mais graves do que se acredita geralmente.

O período da primeira infância determina a evolução seguinte: as relações corretas entre pais e filhos formarão as bases da educação. Não basta querer bem, é necessário querer bem sabiamente, sem possessividade, hostilidade, ciúmes, opressão ou de forma invasiva. Ter noções elementares de Psicologia ajuda a evitar tais posturas dos pais, que vão sendo impressas no inconsciente da criança e podem gerar medo, sensação de submissão ou rebeldia ou alternância entre ambas. Exigências descabidas e apressar a evolução natural das crianças são formas frequentes de os pais descarregarem seus complexos sobre os filhos.

Outra crise ocorre quando a criança vai à escola, primeira separação da vida familiar; algumas crianças se ressentem e se revoltam: daí a importância de prepará-las e infundir-lhes segurança. A esta crise segue-se a da adaptação à escola e aos conflitos gerados pelo relacionamento com professores e colegas. A postura compreensiva e acolhedora do professor evita complexos de inferioridade e revoltas reprimidas ou expressas nas crianças; ter noções de Psicologia superiores às dos pais evita que descarreguem seus complexos nos alunos.

A adaptação social na escola tem grande importância na vida das crianças. As mais tímidas, sensíveis e introvertidas, que se deixam oprimir por colegas mais agressivos, podem ter dificuldades e distúrbios. Num mundo com tendências cada dia mais extrovertidas os tipos introvertidos têm maiores dificuldades de adaptação, diferentemente dos extrovertidos, que não se ressentem tanto e reagem mais agressivamente. Pais e professores devem dar atenção particular aos introvertidos, “ainda mais que entre eles há um percentual de introvertidos superiores com tendências artísticas ou especulativa, ou ainda religiosas e espirituais, que devem ser reconhecidas, apreciadas e cultivadas” (ASSAGIOLI, 1964c, p. 03).

A próxima crise é a da adolescência, e poderia ser chamada de “declaração de independência”. Os pais que não conseguem reconhecer essa fase como normal e necessária à formação da personalidade de seus filhos criam obstáculos à sua independência. Embora incômoda, é importante reconhecer a “declaração de independência” que levanta problemas e realça aspectos insuspeitados dos filhos. Mesmo que excessiva e preocupante, reprimir a tentativa adolescente de busca de autoafirmação só irá intensificá-la: por isso os pais devem tentar resolvê-la da forma harmoniosa e compreensiva. Às vezes, é uma crise maior para os pais do que para os filhos. Tentativas desesperadas de manutenção de controle e hostilidade velada ou declarada dos pais, com críticas e condenações, criam um distanciamento, um conflito que impede qualquer possibilidade de comunicação. O ideal é que pais e filhos possam discutir o problema, se possível com a ajuda de médicos e psicólogos.

A crise entre os sexos geralmente começa antes da adolescência e pode durar toda a vida. É dada uma importância exagerada às questões sexuais em seu aspecto físico e se negligenciam as relações psicológicas que se refletem nas questões físicas. Esquemáticamente, as principais causas de conflito entre os sexos são a incompreensão e a autoafirmação. A incompreensão normalmente é fruto da diferença não reconhecida da constituição psicológica dos sexos, dos diferentes modos de sentir, reagir e valorizar a vida. O problema essencial é de comunicação, quando cada um interpreta as palavras de maneira diferente. A autoafirmação, em seus justos limites, reconhece e aceita as diferenças e não tenta transformar o outro no que gostaria que ele fosse, o que evita a luta pelo domínio. Outra causa frequente de conflito é dar mais do que se recebe em vários aspectos.

Esses são, esquemáticamente, os maiores conflitos externos ou interindividuais com os outros ou com o mundo. Mas há também a categoria dos conflitos internos, inevitáveis devido à multiplicidade psíquica, entre o que se é, o que se acredita ser, o que se gostaria de ser e, nas relações com os outros, aquilo que eles suscitam, o que se deseja “parecer” ser e, finalmente,

aquilo que se pode vir a ser. Além desses conflitos, há os devidos às várias tendências e impulsos. Muitas pessoas desejam conciliar tudo, como se fosse possível. É uma questão de reconhecer os próprios limites, de regular e harmonizar as próprias contradições a partir do alto, sem o que os conflitos acontecem.

A dificuldade em aceitar o envelhecimento e o medo da morte são causas de novas crises e conflitos. Mais intensa é a crise quanto mais rebelde se é às perdas naturais da fase. Para as mulheres, a perda de certos atributos femininos “devem ser substituídos por outros de caráter mais psicológico e espiritual, por outras funções e atividades” (ASSAGIOLI, 1964c, p. 06), aceitando-se a mudança de bom grado. A aposentadoria, mesmo esperada, gera em alguns homens um estado depressivo, a “neurose da aposentadoria”. É comum o homem identificar-se com a função profissional e, na falta dela, sentir-se perdido, inválido, desejar recomeçar a vida sem saber de onde.

Homens e mulheres devem se preparar para esse momento da vida, desenvolvendo outras atividades que despertem o interesse e comprometam sua parte superior. Realizar atividades que antes eram impossíveis pelos deveres familiares e profissionais gera um sentido de libertação.

O medo da morte também causa outra crise nos mais idosos, provocada pelo instinto biológico de conservação. Quanto mais identificado com o corpo, maior o medo da morte. Esse medo pode causar angústia e até levar ao suicídio para não se ter que passar pela angustiante espera da morte natural.

Aqui, a solução não pode ser exclusivamente psicológica: deve ser espiritual. Somente com a desidentificação do corpo, somente com a convicção sentida da continuidade da vida, somente identificando-se com o próprio Eu espiritual, ou provando o sentido de imortalidade, de indestrutibilidade que daí deriva – somente assim aquele medo biológico pode ser dominado e eliminado. (ASSAGIOLI, 1964c, p. 07).

IV Aula: Os Conflitos Morais

Embora todos os conflitos sejam psicológicos, desenvolvendo-se no conjunto da psique, é preciso diferenciar os que têm conteúdos especificamente morais e espirituais. Não devem ser apenas da competência de estudiosos da Moral, religiosos ou educadores, assim como não devem ser considerados por si mesmos como patológicos: senão todos seriam doentes. Crises e conflitos são, por vezes, fases de passagem para um nível superior.

Não raramente, conflitos morais e espirituais geram distúrbios psíquicos e até físicos, devido a suas repercussões psicossomáticas contínuas. Considerar todos os aspectos que compõem o ser humano em sua realidade viva ajuda o paciente a compor seus diversos e, muitas vezes, contrastantes aspectos numa síntese harmônica. É essa visão integradora que faz da psicossíntese uma biopsicossíntese, ou uma síntese biopsicoespiritual (a palavra psicossíntese é sua abreviação).

Como há diferentes tipos de conflitos humanos, exigem diferentes abordagens para tratá-los, de acordo com as necessidades de cada pessoa. Essa diversidade justifica a imparcialidade do terapeuta diante das crises morais e espirituais de seu paciente. Os conflitos mais especificamente espirituais se dão entre o consciente e o supraconsciente, entre os impulsos e as energias espirituais que buscam entrar na consciência e a personalidade que os recusa conscientemente. Como não existe um tipo específico de conflito, deve-se observar quais e em que proporções esses vários elementos se apresentam, o que caracteriza a postura existencial da Psicossíntese: reconhecer que cada indivíduo é uma combinação única de diversos elementos e que requer soluções únicas e adaptadas a ele. A neutralidade do terapeuta diante dos conflitos morais e espirituais é fundamental.

Cabe explicitar que por consciência moral compreende-se a experiência interna dos valores e das escolhas morais, que não tem necessidade de ser demonstrada. Assim, há no ser humano uma percepção interna que tem o sentido dos valores, que aprova ou desaprova pensamentos e ações. Por ser um estímulo que busca determinar a conduta, pode e deve ser considerada uma energia que, frequentemente, entra em conflito com outras energias, motivações e impulsos. Logo, é uma fonte de conflito e de crise.

A consciência moral tem vários graus, além de aspectos subjetivos e manifestações objetivas muito diferentes. Naqueles em que é deficiente, pode não limitar a tendências egoístas, levando o indivíduo a cometer atos imorais e antissociais sem qualquer inibição interna, de forma deliberada e fria. Mesmo nos casos mais graves é uma questão de deficiência, o que não significa completa falta de senso moral. Sempre há um senso de justiça, primeira manifestação elementar do senso moral. Ao contrário, a necessidade de justiça é forte nos seres primitivos e nas crianças. A delinquência, muitas vezes, é uma reação de vingança a injustiças, supostas ou reais, de que a pessoa se sente vítima, assim como outras reações de hostilidade ou outros tipos de conduta antissocial de crianças e jovens. Portanto, não se pode falar em ausência total de senso moral, mas em formas parciais de amoralidade ou de imoralidade. É fundamental distinguir um ato considerado imoral, motivado por uma

deficiência de senso moral, de outro motivado por impulsos que prevalecem, apesar da consciência moral – o impulso irresistível deve ser considerado patologia.

Os conflitos morais, propriamente, são frutos do sentimento de culpa. Os psicanalistas tendem a considerar o sentimento de culpa e os imperativos morais como produtos da ação dos pais, das normas sociais, da influência do ambiente, que cria o superego. Mesmo entre os que pensam dessa maneira, há os que reafirmam haver um senso moral devido à consciência da realidade dos valores éticos e espirituais. Dependendo do tipo psicológico, o sentimento de culpa pode gerar diferentes reações, como depressão e sentimento de inferioridade, que ultrapassam os limites da normalidade e produzem estados depressivos melancólicos com exagerada autocensura. Outros tipos psicológicos podem recusar reconhecer as próprias faltas morais e atribuir aos outros a culpa por suas próprias deficiências.

Quando o sentimento de culpa gera depressão e sentimento de inferioridade ou de autodesvalorização, há um excessivo “sentimento de culpa que leva ao desejo de punição, que produz um impulso inconsciente de autopunição.” (ASSAGIOLI, 1964d, p. 06). Já nos que acusam os outros e o ambiente por dificuldade em reconhecer as próprias deficiências, a própria culpa moral, “o sentimento de culpa provoca revolta e um comportamento antissocial” (*idem, ibidem*). Em outros casos, pode suscitar medo. Portanto, a solução para os conflitos morais difere de acordo com o tipo de personalidade. Para os que têm dificuldade em aceitar as próprias deficiências e faltas trata-se um sincero “reconhecimento”, eliminar a repressão do sentimento de culpa e admitir que sua autojustificativa não tem validade. Para os demais, em especial os que se deprimem com o sentimento de culpa ou os que têm excessivo sentimento de inferioridade, reconhecer e aceitar que faz parte da condição humana ter imperfeições. Tal aceitação é um propósito de superação progressiva por meio de métodos apropriados e se baseia numa concepção dinâmica de psique, na qual há uma evolução contínua, princípio reconhecido pela Biologia e aplicado à Psicologia.

Essa é uma Psicologia do desenvolvimento que se ocupa desde a infância até o último dia de vida das pessoas. Considera que se adquire conhecimento continuamente e novas experiências despertam energias latentes que geram mudanças e podem ser aproveitadas ativamente e conscientemente, de forma responsável, em favor do si mesmo. Isso requer a decisão interna de resolver situações, crises e conflitos da vida por meio de métodos adequados. É disso que a Psicossíntese se ocupa, caracterizando-se como uma prática em todos os campos. Seu método central de realização é o desenvolvimento e o uso adequado da vontade, necessária desde as ações mais simples até os exercícios psicológicos mais elementares, que servem não só para

fins específicos, mas também para treiná-la e fortalecê-la. Isso é um estímulo à sua prática, que pode contribuir com o desenvolvimento “das faculdades necessárias para as mais elevadas conquistas morais e espirituais” (ASSAGIOLI, 1964d, p. 07).

V Aula: Os Conflitos e as Crises Espirituais

Os conflitos e as crises espirituais, embora de natureza diferente dos psicológicos e dos morais em um sentido estrito, às vezes têm conexão com eles. São produzidos por experiências que transcendem a esfera habitual da existência e desenvolvem-se em uma dimensão interna diferente. Referem-se “às relações do homem com a grande Vida da qual faz parte, com a Realidade essencial – seja como for que se a conceba ou intua – que está ‘por trás’ ou ‘acima’ da pequena vida pessoal” (ASSAGIOLI, 1964e, p. 01).

Conhecer as características psicológicas do homem normal auxilia a compreender o significado das experiências internas singulares que geralmente antecedem o despertar da alma. O homem normal se deixa viver; leva a vida sem se perguntar sobre seu significado, valor ou propósito; é vulgar, busca satisfazer os próprios desejos, os prazeres dos sentidos ou a própria ambição. Porém, o homem normal de índole mais elevada subordina as próprias satisfações aos deveres familiares e civis, sem preocupar-se com no que se baseiam e em sua hierarquia; se diz acreditar em Deus e ser religioso a sua religião é exterior, convencional, e sente-se adaptado se obedece às regras e participa dos ritos da igreja. O homem normal tem uma crença implícita na realidade absoluta da vida comum: fortemente ligado aos bens terrenos, considera a vida comum um fim em si mesmo e, embora podendo crer no paraíso futuro de forma teórica, acaba temendo ir para lá.

Pode acontecer que este homem normal se surpreenda e se perturbe por uma mudança repentina em sua vida interior. Não raramente ela ocorre após um abalo moral, como a perda de um ente querido, ou após uma série de decepções. Mas às vezes ocorre sem nenhuma causa aparente, em uma época de pleno bem-estar. Este é um dado importante, pois irrompe como vaga inquietação, insatisfação, sentimento de que falta de algo que não é concreto e que não sabe definir. Aos poucos surge uma sensação de irrealidade, de frivolidade da vida comum: o que antes era importante perde sua importância e valor. Surgem novos interesses, questionamentos sobre o sentido da vida, o porquê do sofrimento, da desigualdade de riquezas, de coisas antes aceitas despreocupadamente, a origem do homem e seu fim.

A incompreensão a respeito desse estado de ânimo e a crença de que é uma fantasia anormal, uma cisma ou uma ideia fixa o induz a combatê-lo fortemente, pois sofre com ele e teme “perder a cabeça”; agarra-se à realidade comum ou a novas ocupações, sensações ou estímulos, buscando centrar-se novamente. Às vezes, tais tentativas conseguem sufocar essa inquietação, mas quase nunca a destroem totalmente. Pode ficar latente no profundo do ser, minando as bases da existência comum, podendo irromper mais intensa, anos depois. Surge uma agitação cada vez mais dolorosa, um vazio interior cada vez mais intolerável, pois tudo o que antes fazia parte de sua vida agora mais parece um sonho. Isto ocorre até que uma nova luz possa ser percebida, embora a pessoa ignore ou não acredite que possa existir ou que consiga enxergá-la. É comum surgirem ideias e impulsos ao suicídio, como se só o aniquilamento físico pudesse trazer a saída para o desmoronamento e a desagregação interior.

Embora existam diferenças individuais no processo esse é o esquema geral das experiências: alguns não chegam a um estado mais agudo dessas experiências, enquanto outros as vivem repentinamente, sem o processo gradual mencionado; outros, ainda, vivem a busca e as dúvidas filosóficas, e em outros tantos a crise moral é proeminente.

Essas crises também podem ser coletivas, levando a um questionamento agudo e em grande escala, sobre o significado da vida, as razões e as justificativas do sofrimento em geral. Reações de revolta, negação, angústia e desespero são comuns. Atitudes e convicções existencialistas negativas proclamam ideias como negação da realidade superior transcendente, o absurdo da vida que acaba por ser sentida como vã ou impotente. É a chamada frustração existencial. Outra maneira desse tipo de crise se manifestar é a angústia diante da imensidão do cosmos e dos enormes ciclos do tempo revelados pela Astronomia. É a angústia frente ao nada, como se o vazio infinito do espaço e do tempo fossem projeções do vazio existencial humano. Outros, porém, sentem que o universo parece ser organizado por uma profunda Inteligência Cósmica, onde tudo acontece ordenadamente, e se sentem parte do Universo, como um elemento vivo, mesmo que mínimo, mas essencial na totalidade do Ser. É uma ampliação de consciência. Nem todos suportam a angustia existencial, muitos tentam evitá-la ou aplacá-la por meio de esportes violentos, lutas ideológicas ou admiração de ídolos (divas do cinema, “heróis” do esporte). Há os que buscam o auto-esquecimento e a satisfação numa sexualidade exagerada ou nas drogas.

Por serem tentativas ineficazes, a pessoa busca compreender o significado e o valor dos aspectos obscuros e, aparentemente, negativos da vida, tentando encarar a realidade. Se essa busca se der com mente aberta, vontade e sem reações emotivas, consegue descobrir e

reconhecer os valores positivos da vida, cuja realidade é substancial e permanente, quando comparados aos valores negativos. Esses valores universais e eternos são a Verdade, o Belo, o Bom e suas manifestações humanas se dão no amor, nas atividades benéficas e criativas, na alegria e mesmo no sofrimento, quando encarado como meio de ampliação, aprofundamento e elevação da consciência. Porém, para atingir essa ampliação de consciência é necessária uma grande abertura, humildade digna diante do mistério, aceitação amorosa e disposição de não exigir da vida e das pessoas, mas de dar e se dar, reconhecer a própria liberdade espiritual essencial e aceitar a conseqüente responsabilidade. Essa compreensão de que tudo depende da atitude que se assume permitirá à pessoa reconhecer significados e valores da vida e o que eles podem criar e conferir. Isso só depende da livre escolha de cada um: é uma decisão e, portanto, um ato de vontade. Essa é a grande meta, a conquista luminosa possível de ser atingida por meio do despertar e do desenvolvimento espiritual adequado. Para alcançá-la é necessário encarar e vencer os conflitos interiores, frutos da complexa multiplicidade humana.

O despertar espiritual pode causar distúrbios e desequilíbrios em mentes cujas emoções são exuberantes e não controladas pelo indivíduo, ou nos que têm um sistema nervoso muito sensível e delicado. O mesmo pode acontecer quando o afluxo de energias espirituais se dá de forma arrebatadora, por sua rapidez e violência; essa força também pode levar a uma insuflação do Eu pessoal. Além disso, mentes frágeis e despreparadas, presunçosas e egocêntricas, interpretam erroneamente a luz espiritual, não distinguindo o absoluto do relativo, o espírito da personalidade. Essa mesma iluminação interior imprevista, produzida pelo despertar da alma, leva a uma exaltação emotiva que pode ser expressa por gritos, choro, cantos e agitação motora. Já as pessoas ativas, dinâmicas, de caráter combativo, podem sentir-se impelidas a assumir papéis de profetas, reformadores, criar movimentos, seitas caracterizadas por excessivo fanatismo e proselitismo. O despertar interior também pode, em quem tem predisposição, provocar manifestações psíquicas paranormais, como visões, audições de vozes, escrita automática. É fundamental avaliar o conteúdo e o valor dessas mensagens, que é bem variado, com objetividade, mas sem prevenção ou superestimação pelo modo como foram recebidas.

O despertar espiritual não tem que ser necessariamente algo sofrido: pode acontecer de forma harmoniosa, com sensações de alegria e iluminação da mente e a conseqüente percepção do significado e objetivo da vida. Pode dissipar dúvidas e conflitos, levando à solução de problemas e gerando a sensação de segurança interna. Também é comum acontecerem vívidas sensações de unidade, beleza e santidade da vida, além de a alma

desperta ter uma sensação de profundo amor a todas as demais criaturas. Esse estado de júbilo tende a acabar, pois a personalidade comum, com seus elementos inferiores, está apenas temporariamente submetida e adormecida, mas não aniquilada ou transformada. Como “o afluxo de luz e de amor espiritual é rítmico e cíclico, como tudo que há no universo” (*idem*, p. 06), isso cessará, cedo ou tarde. O cessar dessas sensações superiores é penosíssimo e pode gerar reações violentas e sérios distúrbios em algumas pessoas, pois é o reacender das tendências inferiores, que despertam com força renovada.

Segue-se um período no qual se observa um processo de transmutação da personalidade, que também produz conflitos e crises. É um processo longo, complexo, cujas fases de purificação levam à remoção dos obstáculos ao afluxo e às ações das forças espirituais. Essa é uma fase de desenvolvimento das faculdades interiores que permaneceram latentes ou muito enfraquecidas, quando a personalidade se deixa trabalhar sem resistências pelo Espírito (Eu espiritual) e suporta com coragem e paciência os sofrimentos inevitáveis. É um período de alternância entre trevas e luz, alegria e dor, um período de transição, de deixar o velho sem ainda haver conquistado o novo. É um período difícil, no qual é necessário continuar respondendo pelas responsabilidades familiares, profissionais ou sociais, como se nada estivesse acontecendo interiormente. Não é de se admirar que este processo cause em alguns indivíduos distúrbios nervosos e psíquicos, como esgotamento nervoso, insônia, depressão, irritação e inquietação; em função do forte influxo moral sobre o corpo, facilmente podem aparecer sintomas físicos.

As complicações, os sofrimentos e os conflitos suscitados pelo desenvolvimento espiritual não são mais graves do que os que afligem as pessoas que não passaram pelo despertar interior. O desenvolvimento espiritual pode se dar de maneira mais gradual e harmoniosa do que foi descrito, com as dificuldades superadas e os diversos estágios vivenciados sem reações nervosas e distúrbios físicos. Os sofrimentos e os distúrbios dos que percorrem a vida espiritual, por mais graves que sejam, são apenas reações de crescimento e regeneração interior e, portanto, desaparecem espontaneamente assim que a crise se resolve, ou cedem mais facilmente com o cuidado adequado.

O sofrimento produzido pela baixa maré e pelos refluxos da onda espiritual são amplamente compensados não apenas pelas fases de afluxo e de elevação, mas também pela fé no grande propósito e na elevada meta da aventura interior. (ASSAGIOLI, 1964e, p. 07).

VI Aula: Como Resolver os Conflitos

O tema abordado nessa aula é como resolver e prevenir os conflitos gerados pelas energias psíquicas combativas e agressivas. Energias de várias espécies atuam no mundo psíquico, com vários tipos de relação entre o mundo externo e o interno. Como o homem primitivo não se distinguiu do mundo externo, considerava as forças da natureza seres com qualidades psíquicas e paixões como as suas e se sentia à mercê delas, buscando favorecê-las. Conforme a mente humana foi evoluindo, assim como a autoconsciência, surgiu a separação entre o Eu (que corresponde ao todo do ser psíquico) e o não-Eu, a natureza e os outros seres.

Porém, o mundo psíquico é tão real, se não mais, que o exterior. Nele atuam diferentes energias, de acordo com leis tão precisas quanto as que regulam as forças da natureza. O conhecimento das leis que regem tais energias permite direcioná-las, utilizando-se técnicas para seu uso. O Eu, o centro de autoconsciência, se diferencia de todas as forças psíquicas nas quais se encontra mergulhado e que constituem o não-eu. Essas forças psíquicas podem ser observadas e seu dinamismo e transformações conhecidos, mas, principalmente, pode-se influenciá-las através da vontade. Logo, se podem ser modificadas, não fazem parte do Eu espiritual, que é permanente, imutável. A identificação com tais forças é comum: por isso é importante manter a consciência do diretor. Nessa simbologia, o corpo é o palco e as forças psíquicas que se alternam em cena, os atores que podem e devem ser dirigidos.

Os Exercícios de Desidentificação e Autoidentificação são maneiras eficazes de ajudar no reconhecimento da diferença fundamental entre o Eu espiritual e os vários elementos ou conteúdos da psique. Este reconhecimento auxilia a resolver os conflitos internos, sem o que é impossível resolver os conflitos com outros seres. Esse é um princípio fundamental e de fácil compreensão. Quando se tem um conflito interno faltam coerência e integração internas, o que impede de regular e direcionar as energias psíquicas para a solução dos conflitos psíquicos externos e, portanto, não é possível estar em harmonia com os outros.

A primeira regra para resolver conflitos externos é não projetar no outro os próprios conflitos e estados de ânimo, atribuindo-lhe atitudes, impulsos, sentimentos, ideias que existem dentro de si. Da projeção equivocada, frequentemente, surge o medo ou a convicção de se estar sendo perseguido e ameaçado, o que gera reações de defesa e hostilidade. Essas, por sua vez, provocam reações de hostilidade no suposto perseguidor, criando um círculo vicioso. Para impedir tais reações, primeiramente é necessário reconhecê-las como projeções e, em seguida, tentar compreender que a hostilidade do outro, frequentemente é o despejar de

uma carga que ele não está conseguindo suportar e dirigir à verdadeira causa, razão pela qual não deve ser tomada como algo pessoal. Há outras formas de dominar e utilizar as energias agressivas: o importante é lembrar o princípio de que ao inconsciente basta, frequentemente, uma satisfação simbólica, a descarga da energia.

O medo é uma fonte de hostilidade e agressividade, pois o impulso de atacar se dá por medo de ser prejudicado ou agredido de forma inesperada. O medo atrai a hostilidade do outro. O autocontrole, que permite ajustar as energias combativas, pode ser usado, com vantagens, quando se quer ou deve lutar. Fazer amplas concessões também pode ser um bom método, considerando-se os danos, o desgaste e os perigos de uma luta. Compreender com indulgência a imperfeição humana de quem se discorda é uma forma de generosidade, uma maneira mais elevada de fazer concessões. Isso não exclui ser firme e saber dizer não quando necessário, porém sem críticas nem reações emocionais do mesmo nível. É uma proposta de se olhar mais amplamente para a situação.

A benevolência e a compaixão podem levar ao verdadeiro amor fraterno e são meios superiores de desarmar um adversário e até mesmo um inimigo. A aplicação deste método pode se dar em todos os campos: na vida familiar, nas relações interpessoais, entre os grupos humanos em todos os níveis, entre nações e raças. Os meios psicológicos e espirituais são mais eficazes na prevenção das guerras e no estímulo ao desarmamento do que os meios externos jurídicos e formais que não chegam às causas profundas dos conflitos. Embora possa parecer idealista, esta é uma proposta realista de solução de conflitos, por basear-se na realidade da natureza humana. Nesse sentido, Assagioli (1964f, p. 05) cita uma frase do preâmbulo do Estatuto da UNESCO: “Dado que as guerras nascem na alma dos homens, é na alma dos homens que as defesas da paz devem ser construídas”.⁴

AULAS DO ANO DE 1965

I Aula: Psicossíntese Interindividual e Cooperação Internacional

Conflitos entre nações têm um aspecto de caráter psicológico e espiritual com o qual se pode colaborar para eliminá-los e tornar possível a cooperação entre os povos. Segundo René Maheu, diretor geral da UNESCO à época, citado por Assagioli (1965a, p. 01),

⁴ UNESCO (1945-1995): A Fact Sheet. Disponível em: <http://www.unesco.org/ulis/cgi-bin/ulis.pl?catno=101118&set=4F3033A4_2_428&gp=1&lin=1&ll=1>. Acesso em: 06 fev. 2012.

Se bem que a Cooperação Internacional exija para ser eficaz, sólida organização e técnicas, ela não poderia ser realizada somente com estes meios. Exige também, e mais, uma certa abertura mental, um certo ímpeto do coração, em suma, uma disponibilidade, antes de tudo uma vocação de todos os seres, a vocação da fraternidade humana. (“Corriere dell’ UNESCO”, janeiro, 1965).

A psicossíntese interindividual pode contribuir eficazmente para a cooperação internacional, pois se ocupa da integração e da harmonização dos grupos humanos. Sem certo grau de psicossíntese pessoal, ou seja, da harmonização dos componentes dos grupos e das comunidades, a cooperação pode ser dificultada e até impedida, pois uma pessoa em conflito consigo, com subpersonalidades em conflito, dificilmente se relacionará harmoniosamente com os demais membros do grupo de que faz parte. Haverá sempre o risco de projetarem, uns sobre os outros, seus conflitos, tendências agressivas e combativas.

Um ambiente familiar, social ou nacional com muitos conflitos também pode impedir, em grande medida, a psicossíntese individual de seus membros, por favorecer conflitos entre os indivíduos e a sociedade. O mesmo ocorre quando existem pressões sociais sobre os cidadãos por parte do Estado (como nos totalitarismos) ou pressões psicológicas que levam ao conformismo, à uniformização da mentalidade e do modo de viver coletivo, com uma maioria que se adequa passivamente e uma minoria que se rebela. Trata-se aqui de questão importante: as justas relações entre os indivíduos e a sociedade.

As condições necessárias para uma cooperação eficaz e harmônica são as seguintes:

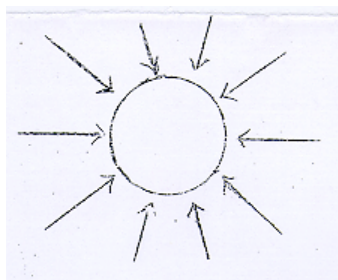
1. Comunicação adequada entre colaboradores e destes com os que estão sendo ajudados. Comunicar bem requer que fatos e ideias úteis, positivos e construtivos sejam comunicados e que o que se comunica seja precisamente compreendido. De maneira sistemática, manifestações inferiores de tipo patológico, criminoso, individuais e coletivas são mais veiculadas que as de cooperação, que realmente sustentam o mundo. Atividades que revelem os aspectos melhores e superiores da humanidade devem ser mais difundidas.

2. Deve-se agir primeiramente sobre causas de dificuldades e erros de comunicação, deixando claro o significado com que as palavras são usadas. A subjetividade leva a falhas de compreensão; interpretações equivocadas, frutos de complexos emocionais passados, podem levar a associações completamente diferentes do que se pretende comunicar. Independente das experiências vividas, as diferenças de tipos psicológicos e entre os sexos também devem ser consideradas. As psicologias do masculino e do feminino são bem diferentes entre si, embora isso nem sempre seja evidente. A diferença de valorização e de atitude dos tipos

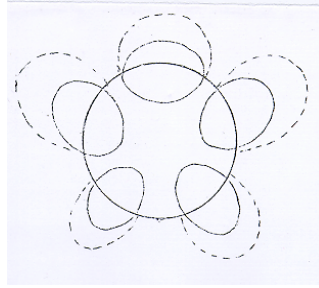
extrovertido e introvertido frente aos relacionamentos também dificulta a boa comunicação entre eles, assim como a prevalência de uma determinada função psicológica leva a diferentes percepções sobre coisas, pessoas e acontecimentos, podendo gerar incompreensões e juízos críticos entre os vários tipos.

A semântica ajuda a compreender palavras; a Psicanálise e a autopsicanálise ajudam a desmascarar atitudes subjetivas decorrentes de experiências pessoais; ambas são caminhos para uma compreensão objetiva. Mas há outro tipo de compreensão, diferente e superior, “do significado profundo, do valor, da função de cada coisa e de cada ser no conjunto da realidade, na vida, no vir a ser universal; poderia se dizer, da síntese cósmica” (ASSAGIOLI, 1965a, p. 05). Todos têm uma concepção de vida e de mundo, uma filosofia implícita que emerge em comentários sobre si mesmo ou sobre o outro. Dependendo das circunstâncias pode gerar uma visão positiva ou negativa, mostrando que não ter uma concepção de vida coerente, estável e construtiva é obstáculo a toda compreensão harmoniosa e fecunda.

Os tipos e os graus de cooperação são diferentes e, em um sentido geral, são a condição necessária para haver cooperação é existir um propósito comum com o qual pessoas e grupos colaborem. Isso é representado pelo esquema a seguir:



O círculo para o qual convergem as setas mostra ser possível cooperar de diferentes pontos, posições longínquas e até opostas se as ações convergirem na direção do mesmo ideal, da mesma tarefa, ou seja, se animadas por uma mesma vontade. O mais importante é compreender que não é necessário concordar em tudo para cooperar, mas estar de acordo a respeito do campo no qual se coopera. A união política e estrutural não é suficiente para criar a verdadeira psicossíntese de uma nação: embora necessária, é apenas a base. Além disso os graus de cooperação podem ser diferentes, como mostra este segundo esquema:



O círculo central indica a área ou campo comum da cooperação, enquanto as extensões, maiores ou menores, das áreas de cada uma das elipses que penetram no círculo, indicam quanto cada indivíduo pode ou deseja contribuir à obra comum, confirmando ser suficiente que apenas uma parte de cada pessoa coopere. Outra interpretação possível para esse esquema é que o círculo central pode simbolizar uma pessoa e as superfícies das elipses externas a sua participação nas várias atividades cooperativas, indicadas pelas áreas delimitadas pelas linhas tracejadas. O número, a medida e a qualidade destas participações múltiplas constituem um dos problemas mais difíceis de resolver por cada ser humano.

II Aula: Técnicas Sobre Psicossíntese Interindividual

A síntese das funções psíquicas, sobretudo entre emoções e sentimentos inferiores e superiores, não é fácil. Mentalmente, equivale a harmonizar a mente analítica concreta, científica, e a mente sintética, filosófica, entre as quais se observa muito mais contrastes do que sinergias. Em relação à vontade, há um conflito constante entre vários impulsos e tendências entre si e entre eles e a vontade que emana do Eu espiritual. Somente quando certo grau de síntese em cada uma das funções é alcançado se pode obter a síntese completa das várias funções. Outra síntese necessária é entre os vários níveis do ser – o inferior, o médio e o superior. “Enfim, a síntese fundamental é a síntese entre o eu pessoal e o Eu espiritual” (ASSAGIOLI, 1965b, p. 01).

O mesmo se dá na psicossíntese interindividual: os problemas de coordenação, equilíbrio e direcionamento são difíceis porque as sínteses entre os membros do grupo, entre cada membro e o grupo e, finalmente, entre os vários grupos precisam ser criadas. Essa visão ajuda na escolha e no uso das técnicas e dos métodos adequados para eliminar os obstáculos à psicossíntese e alcançá-la, embora sem a pretensão de conseguí-la completamente. O primeiro obstáculo é o egocentrismo, que considera apenas concepções e métodos próprios, e que é

diferente do egoísmo. O segundo é a autoafirmação, que pode ser primária ou secundária. Natural no ser humano, a primária é necessária à percepção do valor e das qualidades do si mesmo. A secundária geralmente manifesta-se como hipercompensação. Diferenciá-las é importante, pois o comportamento do indivíduo em relação a si e aos outros é diferente. A maneira de regular, conter e utilizar a autoafirmação primária pode ser excessiva e geralmente tem por base algo real e justificado, mas agir por compensação geralmente é artificial, excessivo e impróprio.

Um terceiro obstáculo à psicossíntese é a hostilidade, ou combatividade, que pode estar associada à autoafirmação. Esta, não tendo oposição, não tem porque ser combativa: é um instinto primitivo que se revela espontaneamente nas crianças, não devendo impressionar nem ser condenado ou reprimido. A combatividade e a hostilidade secundárias, de natureza psicológica, são mais complexas. No geral, são reações a injustiças súbitas, reais ou presumidas, muito frequentes devido ao egocentrismo fundamental existente no ser humano. Tornam-se mais graves quando o indivíduo projeta seus estados de ânimo e impulsos, ainda mais se houver a tendência hostil, pior se não reconhecida: a pessoa acredita que são os outros que são hostis e não ela, criando, assim, um círculo vicioso. Além disso, hostilidade e combatividade são graves obstáculos à psicossíntese social. A crítica, quando considerada uma subespécie de hostilidade, acaba por ser nefasta por criar uma série de círculos viciosos: o criticado critica o crítico, que o critica, e assim por diante.

Um quarto obstáculo à psicossíntese interindividual são os preconceitos. Todos são, em certa medida, condicionados à própria constituição, às influências ambientais, às experiências infantis, às sugestões dos outros. Portanto, descobrir os próprios preconceitos e admiti-los é condição fundamental para uma atividade harmônica de grupo.

Os seguintes métodos positivos são propostos para a psicossíntese interindividual:

1. A compreensão. Um conhecimento objetivo e recíproco é necessário para se relacionar, conhecer e compreender as pessoas, mas não basta. Reuniões e intercâmbios culturais são úteis, mas não necessariamente produzem entrosamento, compreensão e síntese. Podem ser contraproducentes se colocarem em evidência as diferenças, suscitando preconceitos, críticas, contrastes. Portanto, a compreensão também é necessária. Para alcançá-la há dois métodos que podem e devem ser associados e combinados: o objetivo, que consiste no conhecimento da Psicologia, sobretudo a geral e da constituição do ser humano em sua complexidade, facilitando ser compreensivo e tolerante, e uma Psicologia que permita

conhecer os vários tipos psicológicos, as diferenças culturais, nacionais e sociais dos vários grupos para não atribuir ao indivíduo características gerais do grupo ao qual ele pertence. O outro método é o subjetivo ou intuitivo, a empatia, que permite compreender o outro em sua individualidade específica, em sua unidade existencial. A empatia permite colocar-se no ponto de vista do outro, mas é fundamental distingui-la da identificação: a empatia é um tipo de identificação parcial e temporária, é colocar-se no lugar do outro como um observador alerta, mas permanecendo quem se é. Na identificação, frequentemente não há compreensão e a pessoa se identifica com partes inferiores do outro.

2. A Generosidade. A empatia facilita o uso da generosidade, meio eficaz de entendimento interpessoal, interindividual e social, já que desarma a hostilidade ou combatividade alheia tirando o outro de seu movimento psicológico de reivindicação e agressividade. Ser generoso pressupõe compreender o que é senso de justiça e não querer parecer mais do que se é.

3. A Boa Vontade. Ser generoso requer uma disposição inicial benevolente, que pode e deve ser desenvolvida com boa vontade ativa, que é parte integrante e a expressão do mais elevado e eficaz método de realização de toda forma de psicossíntese interpessoal e interindividual: o amor altruísta.

4. O Amor Altruísta, Ágape. Talvez este não seja considerado um método científico; mesmo assim “isso não tiraria nada do seu valor espiritual e da sua eficácia prática” (*idem*, p. 05). Como tudo deve ser objeto de investigação científica, esse argumento não tem validade: a cientificidade é dada pelo método com o qual o se estuda o objeto. Sentimentos e impulsos superiores são fatos reais na medida em que determinam o comportamento humano e, mesmo sendo energias poderosas, devem ser estudados cientificamente. Portanto, há um vasto campo de pesquisa e aplicação da Psicossíntese à solução dos problemas da humanidade, que pode ser um auxílio à renovação e à elevação dos homens.

IV Aula: Transmutação das Energias Combativas

As maneiras mais eficazes de eliminar a combatividade e a agressividade são, em primeiro lugar, a transmutação e a sublimação das energias combativas e, em seguida, sua neutralização através da evocação de suas energias opostas: a benevolência, a solidariedade e o amor. As energias combativas desperdiçam meios materiais que podem ser utilizados em atividades benéficas e construtivas ou propiciam descargas inócuas dessas energias. Serão

apresentados apenas os objetivos da transmutação das energias combativas, pois uma descrição detalhada dos métodos não tem interesse específico ao tema desta dissertação:

1. Atividade Muscular: dirigida para romper ou destruir algo material, é a maneira mais simples e elementar e o modo eficaz de interromper os impulsos agressivos e sua emoção correspondente, a ira. Isso é possível devido à função do símbolo que toma o lugar da realidade. É um método de descarga regulada da agressividade, mas não dá autodomínio.

2. Satisfação Imaginativa: modo de transmutação, mais precisamente de descarga das energias combativas, também possui um caráter simbólico. Consiste em dizer aos outros ou sozinho em voz alta o que se gostaria de dizer ou fazer a um inimigo. É possível fazer a mesma coisa por escrito (escrever uma carta sem enviá-la).

3. Satisfação Vicariante: o exemplo típico é o da participação emocional dos expectadores de uma partida de futebol. Esse é um método por identificação que deve ser usado com muito cuidado, pois pode induzir a catarses, à purificação emotiva, e resultar no contrário do que se quer, ou seja, pode levar a ações violentas.

4. Mudança de Nível e Refinamento dos Meios de Luta: é a transferência das energias combativas do nível físico aos níveis emotivo e mental, por exemplo em discussões em assembleias e grupos, nos quais se pode explicitar as próprias razões. O cuidado em não instigar paixões e excitar a combatividade depende da habilidade do moderador da discussão.

5. Interiorização e Subjetivação da Combatividade e da Luta: com este método chega-se aos métodos superiores. Mesmo em lutas e competições externas necessariamente se produz algum grau de interiorização: nas guerras soldados lutam contra o medo e nos esportes coletivos jogadores devem superar a tendência à violência brutal e à excessiva sede de vitória. A interiorização superior ocorre quando há uma luta consciente e deliberada no campo da vida interna. A personalidade também é um campo de batalha, com tendências divergentes, desejos egoístas e não menos genuínos impulsos ao altruísmo e aspirações superiores. No geral o conflito surge de modo confuso, sem uma clara visão de seus significados e um plano preciso, mas com métodos frequentemente ineficientes. Em certo sentido, o principal objetivo da psicossíntese é levar a pessoa com conflitos internos a uma conclusão benéfica, de harmonia e paz verdadeira. “O método a ser utilizado é a transmutação e a sublimação das tendências inferiores colocando-as a serviço de finalidades superiores” (ASSAGIOLI, 1965c, p. 05).

6. Utilização Social: é um dos principais métodos para prevenir as guerras e assegurar a paz; daí sua importância. Trata-se de encontrar no campo social coisas que tenham equivalência moral às guerras, algo heroico, mas compatível com o ser espiritual que é o homem. É uma ética baseada na vida com um significado. Para que isso se concretize, as atividades pela paz mundial devem ser estimulantes, excitantes, inspiradoras à sua prática, o que traz de volta o emprego das energias combativas.

7. Sublimação Espiritual e Religiosa da Luta: mais que a natureza e o nível de uma luta, o que realmente lhe confere um caráter espiritual são os movimentos que a suscitam e os sentimentos que a animam. Uma luta física pode ter caráter espiritual se seus motivos são desta natureza, enquanto uma luta de caráter religioso pode ser combatida sem movimentos espirituais e com sentimentos de ódio. Há também a Neutralização, outro grande meio para eliminar as tendências agressivas e combativas, que se dá pela evocação das energias que lhe são opostas, como a benevolência, a solidariedade e o amor altruísta, que levam às regiões iluminadas e ainda inexploradas do supraconsciente e do Eu espiritual. Uma vez que parte do Eu espiritual encontra-se no ápice da personalidade, dando a sensação de ser quem verdadeiramente se é e outra parte está em comunicação com o Espírito universal e com os outros Eus espirituais, “esta é a energia mais poderosa para criar a comunhão entre os seres humanos, a Psicossíntese da Humanidade” (*idem*, p. 07).

V Aula: O Casal Humano

Há diferentes tipos de casais além do matrimonial: as duplas pai-filho, professor-aluno e médico-paciente, de pessoas de diferentes sexos, são tão importantes quanto aquele. A psicologia interpessoal é um campo muito amplo que encerra a grande variedade dos relacionamentos, mas o foco desta aula é o casal matrimonial, tema complexo por apresentar várias questões que dizem respeito à vida humana individual e coletiva e às experiências positivas e negativas de com quem se está envolvido emocionalmente, em especial os pais. Muitos dos problemas matrimoniais atribuídos a um dos cônjuges são reflexos da natureza humana que o casamento apenas revela e intensifica. Distinguir os problemas psicológicos no matrimônio dos problemas psicológicos do matrimônio auxilia a evitar atribuir aos cônjuges a responsabilidade por dificuldades e contrastes da natureza humana imperfeita e de circunstâncias e situações que não podem ser atribuídas a nenhum deles; isso pode ampliar a concretização das grandes possibilidades humanas e espirituais que o matrimônio oferece.

A primeira causa fundamental das dificuldades humanas é a complexa multiplicidade do ser humano. Disso podem-se tirar importantes deduções práticas: é necessário certo grau de domínio e regulação das próprias tendências contrastantes e dos personagens internos (realizar a própria psicossíntese), pois subpersonalidades dos cônjuges podem entrar em conflito entre si, impedindo a harmonia do casal; se os cônjuges têm o mesmo tipo de dificuldades não devem se culpar reciprocamente, mas aceitar as consequências da situação sem exigir que o outro seja melhor do que consegue ser. Por interesse na compreensão mútua, o casal pode se ajudar a realizar a própria psicossíntese.

A segunda causa das dificuldades no matrimônio são as diferenças psicológicas entre o homem e a mulher, que levam a contínuas incompreensões e conflitos. No homem considerado normal qualidades e funções viris, como pensamento e combatividade, desenvolvem-se gradativamente e manifestam-se cada vez mais nas ações externas correspondentes; já as qualidades e as funções de tipo feminino, como sensibilidade, sentimento, imaginação e intuição, permanecem em estado às vezes quase atrofiado. O sentimento tende a permanecer primitivo, sem sutileza nem plasticidade, fazendo com que passe de explosões passionais a dureza e aridez, ou da insensibilidade à fragilidade quase infantil ou ao sentimentalismo excessivo do menino. Sua intuição geralmente é rudimentar; acredita que deve resolver todos os problemas ideais e práticos sem levar em conta elementos mais sutis, frequentemente errando. A vida, com seus imprevistos, faz desmoronar seus projetos e programas sabiamente arquitetados com a grande ordem de sua mente, e então ele se surpreende com pessoas e acontecimentos, ao invés de se surpreender com as próprias limitações. Com a mulher ocorre o oposto: as funções psicológicas viris, em especial pensamento e razão, podem permanecer infantis. Do ponto de vista intelectual geralmente tem opiniões preconceituosas, supersticiosas, às quais é apegada, e dificilmente se deixa demover delas, apesar das evidências dos fatos e da razão. Quando essas opiniões são sugeridas pela intuição geralmente são justas, mas quando são fruto de emoções, imaginação ou tradições familiares aceitas sem crítica frequentemente são erradas.

Essa perspectiva ajuda a perceber como a unilateralidade e as deficiências de desenvolvimento podem gerar graves danos no relacionamento conjugal. Homens e mulheres são seres incompletos, quase mutilados psicologicamente, o que os impede de encontrar soluções em integração mútua e constituir seres psicologicamente completos pela união de suas qualidades. Ambos têm elementos psicológicos do sexo oposto, pois se assim não fosse não poderiam se compreender, mas não é possível determinar a sua quantidade; em alguns

casos é possível que as qualidades do sexo oposto prevaleçam sem indicar homossexualidade. “O que é desejável é a manifestação das características superiores, das melhores qualidades do sexo oposto” (ASSAGIOLI, 1965d, p. 06), que, além de úteis, são um terreno comum necessário para entendimento mútuo e cooperação, sem o que a psicossíntese do casal não seria possível.

A terceira dificuldade nos relacionamentos conjugais deve-se à diversidade tipológica, independente de gênero. Além dos quatro tipos psicológicos básicos correspondentes às quatro funções psíquicas (sensação, sentimento, pensamento, intuição), há os extrovertidos e os introvertidos na tipologia proposta por Jung, cujo interesse vital volta-se para o mundo externo ou para o interno. Todos estes aspectos criam dificuldades à compreensão mútua e ao entendimento em geral, particularmente na convivência contínua e íntima da vida familiar.

Apesar das dificuldades, certas características quase sempre prevalecem, embora não de modo absoluto, havendo sempre uma área de semelhanças ou afinidades sobre a qual é possível se basear e partir para o entendimento e a psicossíntese. Outro fato importante, muitas vezes ignorado, é que nenhum ser humano existe e se manifesta somente em sua natureza e nas funções masculinas ou femininas; há uma parte que é sempre maior quanto mais evoluído se é e que está além e acima das funções específicas. Por mais nobres e importantes que sejam essas funções, elas não caracterizam nem devem absorver a totalidade do ser humano. Existem aspectos, sentimentos e atividades além delas, como as atividades cognitivas, a busca pela verdade, o senso moral e estético, o senso social, o amor altruísta e o sentimento religioso, independentes do gênero. Além disso, o Eu espiritual, parte mais elevada e verdadeira do ser humano, é livre de toda polaridade horizontal: sua polaridade é vertical, como a do Eu consciente, que é sua projeção ou reflexo. Quanto mais este aproximar-se daquele, até identificar-se com ele, mais o ser humano será livre das determinações e características do seu sexo ou de seu tipo psicológico.

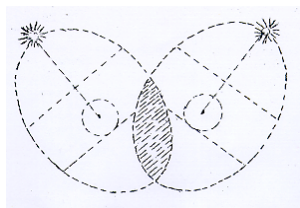
Esta é a ampla categoria dos problemas psicológicos do matrimônio, e de todas as relações interpessoais, que deveriam ser conhecidos, enfrentados e resolvidos em alguma medida, através da educação antes do casamento ou durante o mesmo, o que evitaria os conflitos que envenenam tantas relações e auxiliaria na psicossíntese do casal.

VII Aula: A Psicossíntese no Matrimônio

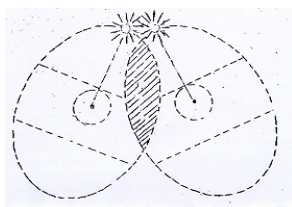
A psicossíntese do casal, meta do matrimônio, só pode ser alcançada se for inserida em uma concepção geral de vida, compreendida e aceita por ambos os cônjuges. Para tanto, equívocos e ilusões precisam ser esclarecidos. O primeiro deles é a busca do prazer e da felicidade como fins em si mesmos. Compreender o sofrimento como algo com função e utilidade auxilia a atenuá-lo e até a transformá-lo em uma fonte de alegria. Esta compreensão é possível quando se entende que a natureza humana é múltipla, com vários níveis e subpersonalidades de modo que se pode sofrer num nível e ser feliz em outro. A segunda ilusão refere-se à busca de estabilidade e segurança, de uma paz estática, algo impossível já que a vida humana é, em essência, fluida, dinâmica, em contínuo vir a ser. A estabilidade só é possível em uma esfera superior de realidade, no transcendente, morada do Eu espiritual, cujas leis e essência são completamente diferentes das que regem a esfera do vir a ser, onde ocorrem as mudanças, os relacionamentos e a evolução.

A vida pessoal é essencialmente realização de possibilidades superiores latentes. Luta e conquista levam a conflitos, superações, alternância de alegria e sofrimento. Compreender isso permite não atribuir ao outro ou a condições externas, a culpa pelas dificuldades inerentes à vida no mundo, um dos maiores obstáculos à psicossíntese do casal, muito comum e difícil de ser eliminado. Trata-se de compreender que não há certo e errado, mas diferentes pontos de vista condicionados pela constituição psicológica dos sexos e dos tipos psicológicos, pelas peculiaridades de cada um e por suas experiências de vida. Esse princípio fundamental de que nos mundos físico e psíquico tudo é relativo possibilita ao casal chegar a oportunas concessões recíprocas e à cooperação harmônica e fecunda. Tal visão de vida se aplica a todos os problemas práticos, psicológicos e espirituais.

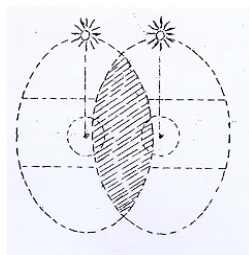
A partir disso, três esquemas baseados no Diagrama do Ovo demonstram os principais níveis de funcionamento humano. O DIAGRAMA A mostra a relação baseada principalmente na atração sexual, no nível biopsíquico, com uma cota de participação emotivo-afetiva:



O DIAGRAMA B, inverso ao anterior, mostra uma relação baseada principalmente na comunicação espiritual, no nível supraconsciente, com um componente na parte afetiva e mental (zona média do ser humano):



O DIAGRAMA C representa a psicossíntese completa, mais ou menos equilibrada entre os elementos existentes em todos os níveis; as relações vão do físico ao espiritual. Completa não significa integral ou absoluta; como aparece no diagrama, cada uma das duas áreas ou partes individuais permanece independente:



Na psicossíntese completa do casal há o completo respeito pela personalidade do outro, evitando conflitos que coloquem em risco a continuidade do relacionamento. Isso requer a compreensão de que a perfeita união e harmonia é irrealizável e indesejável, já que produziria um egoísmo a dois. Os vários tipos de relacionamentos desenvolvidos a partir das funções e das atividades biopsicológicas são os seguintes:

1. No **nível biológico** a harmonia da atração sexual tem grande importância na psicossíntese do casal, mas não como é dada pelas teorias psicanalíticas. Alguns casais realizam uma comunhão psicoespiritual apesar da falta de harmonia no relacionamento sexual ou após o seu término, para outros casais, o relacionamento físico satisfatório não é suficiente para evitar graves conflitos.

2. No **nível emocional** o tema "amor" é usado em sentidos diferentes e conflitantes, que não se excluem mutuamente e, dada a multiplicidade humana, podem se somar em diversas proporções e se alternar em vários momentos e períodos. Alguns tipos de relacionamentos afetivos podem favorecer ou obstruir a psicossíntese do casal:

a) No amor "integrativo" cada um busca no outro mais ou menos conscientemente o que lhe falta ou o que aspira. Abrange o amor passional e o romântico e, em seus melhores aspectos, produz integração mútua, favorecendo a psicossíntese do casal. Não raramente é um amor ciumento.

b) O amor "possessivo" tem afinidades com o anterior, mas difere dele porque busca possuir, dominar a pessoa amada. Nos casos extremos é um "não-amor", a manifestação da "vontade de poder".

c) As características do amor "altruísta" são a devoção, a dedicação, o sacrifício voluntário à pessoa amada ou a um Ser superior. No amor materno frequentemente encontram-se associados, em várias proporções, o amor altruísta e o possessivo.

d) O amor "irradiante" é diferente do altruísta, com o qual pode ser confundido. Consiste em espalhar amor a muitos ou a todos os seres. Pode ter várias qualidades específicas: fraternidade, compaixão, comunhão.

3. No **campo mental**, diferentes maneiras de usar a mente e a inteligência levam a desentendimentos. Em mulheres pouco evoluídas a mente é dominada por sentimentos e emoções e colocada a seu serviço, o mesmo acontecendo com muitos homens. Em mulheres superiores, a mente está subordinada à intuição, da qual procura capturar e interpretar os dados. O homem, ao contrário, busca encontrar na razão os motivos que o levam a agir; geralmente tem pouca intuição e não a compreende, nem aprecia, na mulher.

4. No **campo da vontade**, conflitos produzidos pela tendência de autoafirmação, imposição da própria vontade, frequentemente causam a dissolução do casamento. Essa tendência existe em todos os tipos, e não apenas nos constitucionalmente volitivos, ou como reações ou hipercompensações do sentimento de inferioridade.

É importante que os cônjuges não confundam os comportamentos de filho/a e as funções de marido/esposa e de pai/mãe com subpersonalidades. No geral, primeiro manifesta-se a "personalidade" filial, depois a conjugal e só então se acrescenta a paterna/materna. Há pessoas em quem predomina mais uma delas que as outras; frequentemente os três comportamentos se revezam de acordo com as circunstâncias da vida. Conscientizar-se desses

aspectos cria condições para a psicossíntese do casal que, para ocorrer, precisa da compreensão amorosa e do espírito de cooperação. Sem essas características nos indivíduos e em especial no núcleo familiar, não existe ordem, harmonia, paz social.

Há aspectos ainda mais profundos na psicossíntese do casal. Conviver gera intensas influências recíprocas e grandes mudanças nos cônjuges. Todo ser humano tem uma cota de elementos psicológicos do sexo oposto, frequentemente em um estado primitivo, reprimido no inconsciente ou negado e desvalorizado pelo indivíduo. A psicossíntese do indivíduo necessita do reconhecimento dos aspectos do sexo oposto no si mesmo para poder desenvolvê-los em seus aspectos superiores e integrá-los numa personalidade completa. Esta integração é facilitada e se realiza, espontaneamente, na convivência.

O casal relaciona-se com outras pessoas e com a Realidade supraindividual, desenvolvendo ações criativas nos vários níveis da vida: no psicobiológico, a procriação transforma o casal num grupo mais amplo, a família; no psicológico e no espiritual tornam-se pais e exercem as funções materna e paterna. A família vive hoje uma crise cuja solução depende do senso de responsabilidade dos pais e de sua adequada preparação psicológica: para ser boa mãe, não basta querer bem. Os homens, por sua vez, precisam se conscientizar dos danos que a ausência psicológica e o não assumir a tarefa paterna podem causar. No nível social, a inserção do casal e da família na sociedade pode gerar uma crise se isto significar diminuir o convívio entre seus membros, gerar menor preocupação com as questões e as necessidades do grupo familiar e isolar egoisticamente o casal e a família, impedindo sua participação social humanitária, com uma educação dos filhos voltada à sociedade.

VIII Aula: Do Casal à Comunidade Humana

I. A Psicossíntese Espiritual do Casal: poderia se chamar de a) comunhão entre os “Eus” espirituais dos cônjuges e de b) experiência vivida da união da identidade do Eu individual com o Eu universal. A linguagem descrita nos itens (a) e (b) se adapta a qualquer conceito metafísico ou religioso, mas

o reconhecer no sentido científico, psicológico, a realidade do Eu espiritual e suas relações íntimas com os outros Eus espirituais e com a Realidade suprema, abre a porta, por assim dizer, a toda experiência supraconsciente, a toda convicção ou fé. (ASSAGIOLI, 1965f, p. 01).

Os meios utilizados para chegar a esta comunhão espiritual são os mesmos usados para estimular a psicossíntese individual. Quando esses métodos são utilizados pelo casal o resultado alcançado é mais eficaz. Ao compartilharem as experiências feitas no silêncio receptivo do meditar surge com frequência uma integração mútua e até a possibilidade de controle e correções recíprocas, com um podendo auxiliar o outro a compreender e interpretar imagens simbólicas e sensações vividas nos exercícios. Essa ação interna e de comum acordo facilita e amplia a comunhão espiritual do casal e a integração e síntese em cada nível. A solução dos problemas à luz do Espírito pode e deve ser utilizada: solicita-se orientação ao Eu espiritual, o que torna os problemas impessoais, permitindo eliminar e atenuar reações emocionais que os aguçam e complicam, facilitando a sua solução. Em alguns casos essa é a única maneira de se conseguir realizar uma real psicossíntese do casal. Nessa visão, a evolução do Eu pessoal na direção do Eu espiritual, melhora e amplia as qualidades superiores individuais e do casal, facilitando e ampliando o relacionamento a dois.

II. O Grupo Familiar: a família, no sentido psicológico e de sua psicossíntese, refere-se mais do que à relação entre pais e filhos: inclui o passado e, a sociedade, levando algumas famílias a fazer escolhas influenciadas por tradições antigas. Cada cônjuge traz consigo a psicologia e as influências de sua família de origem, frequentemente diferentes e contrastantes. As relações com os pais, avós, netos, pode ser positiva, mas também pode ser elemento de discórdia, dificultando a psicossíntese do grupo familiar.

III. A Dinâmica do Grupo Familiar: os conflitos no e entre os vários grupos humanos são cada vez mais complexos. Os problemas psicológicos são influenciados por outros fatores, como os econômicos e os políticos, e isso remete a um setor da psicossíntese interindividual: a psicossíntese de nações e entre nações. A Psicossíntese é neutra nos campos filosófico, religioso, social e político. Seu objetivo é tratar esses problemas de um ponto de vista psicológico, por meio de uma prática científica, imparcial e não preconceituosa.

IV. Nações e Internacionalismo: problemas do nacionalismo e internacionalismo implicam competição e cooperação entre nações, cujo ponto de partida é a interdependência indiscutível entre elas. O aumento de trocas de todos os tipos entre os povos, determinado pelo desenvolvimento dos meios de comunicação e do transporte, “leva a um crescente reconhecimento da solidariedade entre todos os homens e de todas as nações” (*idem*, p. 04). A solidariedade não é apenas um ideal, mas uma exigência imprescindível, já que sua violação pode ter consequências destrutivas. A resposta à dificuldade em se praticar tal solidariedade

está no campo psicológico: não é possível entender a humanidade como um todo ou projetar governos mundiais sem reconhecer que uma nação é uma realidade psicológica.

V. As Nações como Entidades Psicológicas: cada nação tem forças psicológicas imensas, como tradições populares, apegos emocionais, orgulho e tendência à autoafirmação, que juntas geram o patriotismo. Cada nação é uma entidade psicológica que tem seu lugar e sua função específica no todo da humanidade. A estrutura psicológica da humanidade é uma estrutura diferenciada, semelhante à do corpo humano, com suas células, tecidos e órgãos, independentes e interdependentes ao mesmo tempo. As nações são algo real, vivo, distinto, mesmo não separadas no grande corpo da humanidade.

Antes de pensar em uma psicossíntese da humanidade é necessário realizar uma psicossíntese de cada nação, pois uma nação em conflito com a comunidade humana ou à parte dela morre psicologicamente e pode ser combatida e vencida. Nas novas nações que vão surgindo, a psicossíntese acontece na conquista da consciência de si mesmas, estruturando-se e organizando-se, mesmo que a princípio de forma tumultuada, separatista e às vezes fanática. Isso é só uma fase. O corpo de uma nação é constituído por seus meios materiais de expressão, sua vida emocional se constitui dos sentimentos e modos de reagir predominantes de seus cidadãos e ela também tem uma mentalidade própria. Tudo isso constitui uma personalidade com características bem diferenciadas e reconhecíveis. Uma nação também tem uma alma em estado latente, não manifesta, embora agindo de modo limitado e imperfeito em momentos de crise ou perigo, coletivamente ou através de homens superiores. O grau de desenvolvimento e integração das nações ainda é baixo: a personalidade das entidades nacionais manifesta características psicológicas e tipos de conduta, no máximo, adolescentes. Esta visão explica, e em parte justifica, o que acontece no mundo: uma explosão de forças instintivas que levam a conflitos, mas que cessará com o crescimento.

A maior parte do que acontece com a vida psicológica de uma nação corresponde ao que acontece com o indivíduo no nível inconsciente. A lei da recapitulação propõe que o indivíduo, em seu desenvolvimento, repete rapidamente os estágios vividos pela humanidade passada, como a ontogênese repete a filogênese. No aspecto psicológico não é diferente: a consciência começa pelo desenvolvimento da consciência individual, mostra-se de forma exuberante e excessiva, com um tipo de autoafirmação separatista e agressiva. Outro aspecto é que a evolução de um povo, como no âmbito individual, não segue uma linha de progresso contínuo, mas ciclos de apogeu e queda, de atividade e estagnação, influenciados por grandes ciclos de caráter mundial, com a decadência de velhas formas para o início da construção de

outras mais adequadas, gerando conflitos, caos e uma explosão de forças instintivas. Assim, estudar a entidade nacional coloca em evidência o que corresponde no indivíduo aos seus níveis inconscientes. A máxima vida psicológica de uma nação é principalmente instintiva, irracional, emotiva, imaginativa, sugestionável, frequentemente dominada por elementos do inconsciente coletivo, por tradições e mitos.

A parte autoconsciente da personalidade nacional é representada pela minoria culta que desperta e desenvolve a verdadeira autoconsciência nacional, mas mesmo essa minoria tem discordâncias. O Eu espiritual, o verdadeiro Centro espiritual, é supraconsciente tanto nos indivíduos quanto nas nações e, em suas irrupções, pode produzir efeitos inesperados e milagrosos que salvam a vida da nação. É frequente que esta manifestação se dê por meio dos homens superiores, que só podem ser instrumentos ou porta-vozes da Alma nacional porque atingiram certo grau de psicossíntese, de fusão entre sua personalidade e seu Eu em vários campos: são os gênios, os santos e os chefes, que desenvolvem atividades construtivas e humanitárias. Às vezes, a Alma nacional se manifesta através de um grupo de pessoas que agem contemporaneamente, não necessariamente de maneira harmônica, já que cada um representa um aspecto da entidade nacional e não é incomum estarem em conflito uns com os outros, mesmo que tenham objetivos comuns.

Essa é, resumidamente, a natureza psicológica das nações, base necessária para se considerar como e se deve ser feita a sua psicossíntese, tema da próxima aula.

IX Aula: A Psicossíntese das Nações e da Humanidade

Conhecer as características de um povo e suas possibilidades de desenvolvimento e integração auxilia no preparo à transformação e à psicossíntese. Para estudar as nações é necessário levar em conta suas características geográficas, econômicas, comerciais, que geram reações psicológicas importantes. Há um histórico genético que pode explicar muitos comportamentos atuais. É importante examinar os traços característicos e as qualidades das nações, seus estados de desenvolvimento mental, emocional, espiritual e os conflitos internos que existam em cada um destes, pois assim como nos indivíduos um conflito interno pode ser projetado em outra nação. É necessário verificar o estado de integração de uma nação; um ponto importante e geralmente ignorado é descobrir qual é a “natureza da Alma nacional, da parte superior que corresponde ao Eu espiritual do indivíduo” (ASSAGIOLI, 1965g, p. 03).

Após esse estudo, deve-se seguir à psicologia diferencial, à análise do tipo psicológico da nação (sensorial, mental, introvertido, extrovertido, outros). O estudo da psicossíntese interindividual, social, entre nações não é de realização fácil, mas é necessário, pois, assim como o ser humano não vive isolado, também não existem nações isoladas e autossuficientes. Outro obstáculo é o grau evolutivo psicológico das nações. Os métodos de realização da psicossíntese das nações são os mesmos utilizados para a psicossíntese interindividual e entre grupos de todo gênero, mas aplicações específicas desses métodos podem e devem ser feitas e já há algumas ações, ainda insuficientes, nesse sentido: os programas humanitários.

Uma das maiores dificuldades para a síntese harmoniosa entre as nações e um dos maiores perigos à paz mundial são a forte tendência de autoafirmação e a consequente agressividade de algumas delas. O meio mais eficaz nesses casos é o de transformar e sublimar a autoafirmação material e hostil em autoafirmação psicológica e espiritual. Ampliar o prestígio de uma nação não tem que ser através de seu poderio bélico, militar, material: ela pode se afirmar por sua contribuição à construção de uma nova cultura mundial, ao patrimônio humano comum, pela missão que pode assumir e desenvolver. Cada nação tem sua missão no mundo, inspirada pela Alma nacional, da qual podem vir o reconhecimento da missão e o estímulo para realizá-la, como do Eu espiritual vêm para o homem a luz e a força para realizar a sua missão pessoal. Não é necessário que o povo como um todo esteja consciente dela: basta que uma elite a reconheça, a proclame e o encaminhe nessa direção. A missão de um povo não é a que este acredita ter em um nível de consciência comum, pessoal, mas é a que a sua Alma, o seu Eu espiritual conhece e busca realizar. A isto se pode chamar de o propósito ou o desejo do Eu espiritual, da alma da entidade nacional. A técnica do Modelo Ideal, a mais adequada para inspirar e guiar uma nação, auxilia a projetar e a criar a imagem daquilo que a nação pode vir a ser, do que de melhor pode oferecer à humanidade. Esta imagem deve ser o mais definida, vívida e provocadora possível.

Ao promover uma obra preliminar de autoanálise e de síntese interna, uma nação pode gerar mútua apreciação entre vários povos, com cada um sendo informado do que pode oferecer aos outros, criando uma plataforma comum, excelente base para trocas e integração recíproca. Geralmente, as pessoas participam e cooperam com a psicossíntese da própria nação por meio de grupos como associações culturais, políticas e sociais. O mesmo pode acontecer com as nações que podem associar-se por proximidade geográfica, étnica, psicológica ou problemas e objetivos comuns. Manifestações ecumênicas podem ser uma das mais eficazes e necessárias contribuições para a síntese da humanidade, uma vez que

o reconhecimento da unidade espiritual essencial, acima das diferentes expressões e formas nas quais se manifesta, constitui um efficientíssimo incentivo à realização das outras sínteses nos diversos campos da vida humana. (*idem*, p. 08).

A síntese dos aspectos político, social e econômico é fundamental para o desenvolvimento de uma solidariedade material, sem esquecer os níveis psicológico e espiritual. Assagioli propôs uma ação por parte dos órgãos internacionais que ajudasse os povos em situações difíceis com os meios necessários para a sua própria reconstrução, tendo por base, sempre, “uma generosidade sábia, para o verdadeiro bem dos vários povos e para o bem comum que, repito, são inseparáveis” (*idem*, p. 09). Essas questões oferecem excelentes oportunidades para aproveitar a energia e o idealismo dos jovens, muito mais sensíveis à necessidade de mudanças das situações socioeconômicas desfavoráveis e para divulgar e aplicar o método da transmutação e sublimação das energias combativas.

A integração de todos os aspectos citados e a formação e o desenvolvimento do organismo unitário da humanidade configuram a preparação necessária para a sua mais elevada unificação e síntese, a espiritual. A psicossíntese espiritual, intuída e proclamada por uma minoria crescente de pessoas, pode favorecer a síntese em todos os campos até aqui expostos de maneira muito mais eficaz. Autores como J. L. Henderson⁵ e Teilhard de Chardin⁶ acreditavam que o ser humano se tornaria um dia um Ser (ou Self), fruto de uma síntese espiritual, que poderia ser atingida por toda a humanidade. Seríamos então “uma coletividade de consciência harmonizada, em outras palavras, uma espécie de superconsciência (...) um agregado orgânico de almas (...), a Mega-Síntese” (*idem*, p. 11).

AULAS DO ANO DE 1966

I Aula: Carl Jung e a Psicossíntese

“Jung é, entre todos os psicoterapeutas, aquele mais próximo e que mais tem afinidade com as posições e a prática da Psicossíntese” (Assagioli, 1966a, p. 01). Nesta e nas próximas duas aulas serão apresentados os campos da vasta obra de Jung que mais se aproximam da proposta teórica de Roberto Assagioli: **A Constituição do Ser Humano, O Dinamismo das Energias Psíquicas e Os Métodos de Terapia Psicológica**. Nelas aborda conceitos

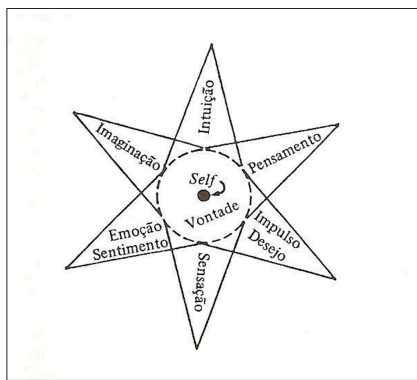
⁵ HENDERSON, J. L. **Alternative to War and Violence** (1963, citado por ASSAGIOLI, 1965g, p. 11).

⁶ CHARDIN, P. T. **Le Phénomène Human** (1940?).

importantes de sua teoria não abordados em aulas anteriores. Assagioli nutria profunda admiração por Jung, devido ao seu reconhecimento do elemento subjetivo presente em cada pesquisador, o que teria evitado que Jung criasse construções sistemáticas e fizesse afirmações categóricas, tendo-se colocado no terreno da experiência psicológica e do método empírico e demonstrando um espírito científico saudável. Porém, esta mesma postura o teria levado a “não admitir como verificar as realidades espirituais que transcendem a esfera estritamente psicológica” (*idem*, p. 02). Logo, são injustas as críticas de misticismo que sofreu, pois se colocou frente à realidade transcendente com uma postura agnóstica, admitindo a realidade subjetiva da experiência, mas não considerando a sua realidade substancial transcendente demonstrada.

Jung reconhece a complexa estrutura da psique, evidenciando a autonomia relativa dos vários conteúdos psíquicos e a existência, frequentemente discordante, de máscaras ou subpersonalidades correspondentes a papéis ou funções sociais interpessoais da personalidade interna. Distingue quatro funções psíquicas fundamentais – sentimento, pensamento, sensação e intuição – e difere claramente de outros psicólogos ao admitir a existência da intuição como função psicológica normal. Assagioli acredita que essas quatro funções não descrevem por completo a vida psíquica e propõe mais três: a imaginação, os impulsos/desejos e a vontade. Parece estranho a ele que Jung não reconheça a imaginação como função psíquica, já que atribui grande importância a imagens e símbolos. A explicação estaria no fato de que para Jung a atividade da fantasia pode manifestar-se através das quatro funções e o mesmo se refere à vontade, que ele não nomeou. Para Assagioli é fundamental diferenciar instintos, impulsos e desejos de vontade, já que a condição humana é de um contínuo conflito entre aqueles, de um lado, e esta, de outro; sendo assim, não podem ser a mesma coisa.

O esquema abaixo mostra o Diagrama da Estrela ou O Centro de Consciência e suas Funções Psicológicas para a Psicossíntese:



O ponto no centro corresponde ao Eu consciente e os triângulos, as pontas da estrela, representam as outras funções psíquicas: sensação, emoção/sentimento, imaginação, intuição, pensamento e impulso/desejo. A vontade ocupa uma posição central, indicada no círculo em volta do ponto de autoconsciência, o Eu; tem-se, assim, o esquema da estruturação da psique humana. A descoberta e a descrição dos dois tipos psicológicos fundamentais, extrovertido e introvertido, e a direção do interesse vital, para o exterior ou para o interior, são contribuições das mais valiosas da teoria junguiana, passando do aspecto descritivo ao dinâmico. Este é mais do que um conceito de tipos em um sentido estático: é a prevalência da direção do interesse vital e de avaliações, escolhas, decisões e ações que derivam deste direcionamento.

Para Assagioli a direção do interesse vital possui alternâncias ou oscilações, moderadas e normais ou extremas e patológicas, não explicitando necessariamente o caráter do extrovertido e do introvertido. Jung descreveu oito tipos psicológicos a partir da combinação das quatro funções psíquicas com o interesse vital. Esta classificação pode incorrer no perigo do “enquadramento” e gerar a tendência de “etiquetar” seres humanos. Sendo a realidade complexa e multifacetada, seu enquadramento em tipos leva ao risco de serem considerados como objetos e não como sujeitos, podendo justificar reações hostis. Considerar a existência de outras funções psíquicas além das propostas por Jung significa que podem ocorrer diferentes direções do interesse vital nos vários níveis das várias funções concomitantemente.

Para Assagioli, Jung não desenvolveu a questão das atitudes ou das modalidades geradas pelo direcionamento do interesse vital nas direções ativa, passiva, subversiva e supraversiva. Subversão é a tendência de sondar o inconsciente em seus aspectos inferiores, do que se ocupa a Psicologia do profundo. Já na supraversão o interesse vital e a investigação psicológica estão voltados aos aspectos superiores da psique, o supraconsciente e as

experiências espirituais. Jung reconhece e demonstra a existência de uma tendência humana natural, instintiva, em direção ao alto, de uma necessidade verdadeira e real de satisfação espiritual que se negligenciada ou reprimida pode causar graves distúrbios neuropsíquicos e psicossomáticos. Podem existir ainda uma superversão de qualidade inferior e com sentido negativo, como no idealista passivo e uma subversão de qualidade superior, como na exploração científica do inconsciente inferior.

Para a Psicossíntese, quando as funções psíquicas são vinculadas às várias direções do interesse vital, surgem outros tipos psicológicos segundo a estrutura diferenciada da personalidade: há os relativamente coesos, bem configurados e unitários e os plásticos, defluentes, continuamente mutáveis. A complexidade da psique justifica não enquadrá-la em descrições feitas a partir de um ponto de vista, pois o ser humano só pode ser compreendido, realmente, a partir da soma de vários pontos de vista ou abordagens, e ainda assim, esta compreensão será imperfeita.

O inconsciente, para Jung, “é um conceito exclusivamente psicológico e compreende todos os elementos, conteúdos ou processos psíquicos que não são ligados ao Ego de modo perceptível, consciente” (*idem*, p. 06). Portanto, não há no inconsciente um centro pessoal, entendimento adotado também pela da Psicossíntese. Jung estuda amplamente o inconsciente coletivo, sua mais importante contribuição à Psicologia. Até então a Psicanálise estudava quase que exclusivamente o inconsciente pessoal. Jung destaca forças psíquicas coletivas exercendo poderosas ações sobre a personalidade humana, com o que a Psicossíntese concorda. O inconsciente coletivo é um mundo amplo, que vai do nível biológico até o espiritual e, portanto, é fundamental que sejam feitas distinções de origem, natureza, qualidade e valores. Essas distinções foram negligenciadas por Jung na medida em que mencionou este conceito em bloco, misturando com frequência o que chamara de “arcaico” (aquilo que tem origem na experiência milenar coletiva humana) com o que é superior, da esfera espiritual (o supraconsciente na linguagem psicossintética). Assagioli concorda com a importância dada por Jung aos símbolos e com o reconhecimento da pluralidade de significados que podem ter, seja para uma mesma pessoa, seja de acordo com o caso; concorda também que alguns símbolos são mensagens do inconsciente (a Psicossíntese diria do supraconsciente).

Jung reconhece e proclama, quase sozinho entre os psicólogos modernos, a realidade e a importância de necessidades espirituais como compreender o significado da vida e acreditar que ela tem um valor e um objetivo de caráter espiritual. Muitos distúrbios neuropsíquicos,

segundo ele, são fruto da falta de satisfação ou da repressão dessas necessidades, com o que a Psicossíntese está de acordo. Para Assagioli, Jung contribuiu de maneira preciosa com a Psicologia, acima de tudo liberando-a “dos estreitos limites do objetivismo puramente descritivo; alargou imensamente o campo da Psicologia demonstrando a existência e o valor das funções psíquicas superiores, dos níveis e das necessidades espirituais” (*idem*, p. 08).

II Aula: Jung e a Psicossíntese (II) – A Terapia

As psicoterapias junguiana e psicossintética concordam no que diz respeito à meta a que se propõem, à notável diversidade de meios e técnicas que adotam e a sua oposição ao patologismo dominante na Medicina e na Psicoterapia da época, voltado aos sintomas, aos diagnósticos e ao combate às doenças por meio de medicamentos. Estados patológicos podem assumir características e cursos diferentes dependendo do doente. O homem é um ser fundamentalmente saudável que, ao apresentar alguma disfunção momentânea, tende a restabelecer o estado de saúde com suas forças biológicas. Assim, muitos sintomas são vistos como reações de defesa da parte saudável do organismo contra o agente patológico. Ter cuidado com excessos e fanatismos está de acordo com o princípio da síntese: “não há oposições absolutas, há contraposições que podem ser unidas em uma síntese superior” (ASSAGIOLI, 1966b, p. 02). Busca-se, portanto, a integração do que parece oposto, mas na verdade é complementar: não existe isto *ou* aquilo, mas isto *e* aquilo. Esta concepção também se aplica ao campo dos distúrbios neuropsíquicos e psicossomáticos. Rotular com diagnósticos tem uma importância relativa, pois pode existir uma combinação de sintomas que não se enquadra em uma descrição típica dos tratados de psicopatologia. Logo, construções defensivas devem ser reconhecidas, e não demolidas sem antes serem substituídas por outros meios, mais adaptados, evitando a postura de “caça aos sintomas” com clara negligência da parte saudável do doente.

Ao reconhecer a infinita variedade de seres e de condições humanas, Jung percebeu a necessidade do uso de diferentes métodos psicoterápicos, adaptados à constituição e à situação específica de cada doente, postura adotada também pela Psicossíntese. O nome Psicologia Analítica, referente à terapia junguiana, indica sua derivação e conexão com a Psicanálise. Mas este nome não evidencia sua tendência integradora e sintética, nem sua proposta de introduzir uma profunda transformação da personalidade e sua integração mediante o processo de individuação. Para Jung seu método não é recomendado a todo tipo de

paciente, pois alguns casos podem beneficiar-se do que ele chama de “pequena psicoterapia”. Mas muitas vezes estes casos requerem o uso de várias técnicas ativas, segundo Assagioli negligenciadas por Jung. Pacientes cujos distúrbios são produzidos por conflitos profundos, de caráter existencial, referentes ao significado e objetivo da vida pessoal, comumente não têm consciência das causas de seus males, adquirindo-a com o tratamento, que os ajuda a resolvê-los. O método de Jung, em seu último período de atividades, objetiva liberar o indivíduo das influências de seu inconsciente coletivo por meio de um processo cujas fases caracterizam um programa terapêutico, basicamente igual ao da terapia psicossintética.

Outros pontos de afinidade e diferença entre a teoria junguiana e os conceitos e as técnicas da Psicossíntese são os seguintes:

1. **O Esclarecimento**, tomada de consciência e assimilação do conteúdo inconsciente na personalidade consciente, é realizado por Jung especialmente pela análise dos sonhos e do desenho livre. Assim como Assagioli, Jung admite a existência de diferentes tipos de sonhos além dos propostos pela Psicanálise, que chama de tipo "perspectivo" ou construtivo. Mensagens do inconsciente (o supraconsciente), indicam à personalidade consciente situações das quais não se dá conta e, sobretudo, a solução dos conflitos e o caminho para a integração. Não se faz interpretações estereotipadas dos sonhos, pois o mesmo símbolo pode ter significados diferentes e até mesmo opostos. A Psicossíntese também faz uso do desenho livre como meio de receber mensagens do supraconsciente; não há interesse em seu valor artístico, e sim em sua expressão do inconsciente. Outros métodos utilizados em Psicossíntese são a apresentação das “imagens evocativas” e o "*rêve éveillé*" (sonho acordado), útil tanto para aflorar conteúdos do inconsciente quanto para a integração terapêutica da personalidade, mostrando o uso de diferentes métodos e imagens de acordo com as necessidades do paciente.

2. Tanto para Jung quanto para Assagioli a **entrada no campo da consciência de elementos e tendências inconscientes**, que não raro é uma verdadeira irrupção, pode produzir inconvenientes e até ser perigosa. Em Psicossíntese, paralelamente e até antes de evocar conteúdos do inconsciente, usam-se métodos ativos para fortalecer a autoconsciência e desenvolver seu poder de dominar os elementos já presentes e ativos na personalidade consciente. O treino e o desenvolvimento da vontade estão entre as inúmeras técnicas que auxiliam o fortalecimento do Eu, bem como aquelas específicas para ativar e descer à consciência conteúdos e atividades do supraconsciente.

3. A **descoberta do Eu espiritual**, para Jung, é um ponto intermediário no qual se conjugam a consciência e o inconsciente; ele o considera uma figura arquetípica, um conceito psicológico construído, mas a ideia de um Eu espiritual é, em si mesma, um postulado transcendente, que se justifica apenas psicologicamente e sem possibilidade de comprovação científica. Para a Psicossíntese o Eu espiritual é uma realidade da qual se pode ter consciência direta e segura e pode ser definido como um daqueles dados imediatos da consciência que não precisam ser demonstrados, pois tem a própria evidência em si mesmo.

4. Para Jung as **fases da transformação da personalidade e da sua integração** são processos essencialmente espontâneos, que podem ser favorecidos pela presença catártica do terapeuta e pela relação de transferência com ele. Jung modificou esse conceito ao longo do tempo. Nas terapias junguiana e psicossintética é proposta ao paciente a meta de sua individuação. Na psicossíntese o paciente é treinado a usar métodos ativos desde o início para conquistar uma autoconsciência cada vez mais clara, desenvolver a vontade e dominar e usar justamente suas energias instintivas, emocionais, imaginativas e mentais. O resultado é que se torna cada vez mais independente do terapeuta. Os relacionamentos entre paciente e terapeuta são variados e complexos; na Psicossíntese há quatro tipos principais:

a) A Transferência no sentido originário estrito, atribuído por Freud: a projeção no terapeuta de impulsos, apegos e emoções da criança em relação aos pais. Essas atitudes podem ser positivas, se amorosas, ou negativas, se hostis. Aqui a Psicanálise, a Terapia junguiana e a Psicossíntese estão de acordo: tais projeções devem ser analisadas e dissolvidas.

b) Na relação específica criada pela situação terapêutica o terapeuta exerce uma função essencialmente paterna e deve em alguma medida desenvolver o papel de proteger, aconselhar, guiar. Segundo Jung, isto aparece no simbolismo dos sonhos na figura de um velho sábio. Quando o Eu consciente não consegue tomar consciência do Eu espiritual diretamente o terapeuta pode ajudá-lo eficazmente, como alguém que está em relação com o próprio Eu espiritual, e tornar-se um "modelo", ou melhor, um "catalisador".

c) A relação humana se desenvolve com o progresso do tratamento e cria a interação psicológica em vários níveis e em diferentes tipos. O terapeuta deve manter o relacionamento com o paciente tentando acentuar os aspectos positivos e construtivos da relação e ao mesmo tempo resistindo a ataques, exigências, reivindicações e tentativas de monopolização por parte do paciente. É importante levar o paciente a compreender como essas atitudes são nocivas a ele mesmo, embora possam lhe dar uma satisfação momentânea.

d) A solução do relacionamento ao final do tratamento é um momento crítico que exige sabedoria. Em Psicossíntese fala-se em solução, e não em fim da relação terapêutica, pois não é raro a conclusão de um tratamento acontecer gradualmente, de forma quase imperceptível. Além disso, o relacionamento pode continuar depois, de forma amigável ou como colaboração. No geral, um paciente curado pode compreender e ajudar outros pacientes melhor do que os considerados sãos. Por isso, um paciente ainda não totalmente curado pode colaborar e manter uma relação construtiva com o terapeuta.

A relação com o doente e o procedimento terapêutico requer o preparo adequado do terapeuta, que deve ser técnico e, sobretudo, humano e espiritual – no que Jung e Assagioli concordam. A análise didática baseia-se no princípio de que um terapeuta não pode ver em seu paciente aquilo que não vê em si, sendo até mesmo influenciado por tal conteúdo. A Psicossíntese adota plenamente esta postura e propõe que, se alguém não pode realizar a psicossíntese didática, deve se submeter a uma autopsicossíntese. Uma das diferenças fundamentais entre a Psicossíntese e a Psicanálise é que, na primeira, o terapeuta dispõe de um imenso número de técnicas ativas que pode aplicar e experimentar em si mesmo: “Eu diria que cada um de nós, mas sobretudo cada médico, cada educador, pode se considerar um “laboratório vivo” no qual vive vinte e quatro horas por dia (incluindo os sonhos)” (ASSAGIOLI, 1966b, p. 09). Para iniciar a prática da Psicossíntese como terapeuta não é necessário ter concluído a psicossíntese didática ou a autopsicossíntese, embora se deva ter senso crítico e humildade para reconhecer as próprias deficiências, juntamente com uma boa vontade em superá-las. A autopsicossíntese deve continuar por toda a vida.

III Aula: Jung e a Psicossíntese (III) – Terapia e Educação

A transformação da personalidade e a sua integração, ou psicossíntese, desenvolvem-se espontaneamente por meio da ação modeladora e sintetizante dos símbolos que emergem do inconsciente. Jung não interfere ativamente nesse processo como terapeuta, nem por meio da vontade do Ego, o Eu consciente.

A Psicossíntese reconhece a importância dos processos espontâneos de autocura e a função integradora dos símbolos, demonstrando que podem ser favorecidos pela personalidade consciente e ativa e pela vontade. Em alguns casos esta cooperação se mostra necessária por duas razões opostas: a primeira, já mencionada, é conter e dominar as energias que irrompem do inconsciente e promover o seu emprego construtivo; tendências e energias

que intensificam as já existentes na personalidade consciente são, sobretudo, as de caráter sexual, emocional e agressiva. A segunda razão é a necessidade de desenvolver as funções psíquicas que permanecem paralisadas ou em estágios primitivos, por repressão ou por desvalorização, através de treinamentos ativos.

Em alguns casos as funções da emoção e da imaginação estão tão intensamente desenvolvidas que rebaixam a atividade mental e até as práticas; em alguns outros, bem evidenciados por Jung, as aspirações e as necessidades superiores estão desvalorizadas ou até negligenciadas e reprimidas. Isto é particularmente necessário para que o Eu consciente possa conter e absorver as energias que irrompem do supraconsciente e integrá-las na totalidade da vida psíquica harmoniosamente. Portanto, o uso e o desenvolvimento de técnicas ativas podem e devem ser promovidos, pelo terapeuta ou por meio da autopsicossíntese. Essas técnicas são inúmeras, mas há três grupos principais: o das técnicas psicofísicas, o das técnicas psicológicas e o das técnicas psicoespirituais. Este último subdivide-se em dois grupos, o das técnicas que favorecem a abertura da consciência ao afluxo “descendente” dos conteúdos e energias supraconscientes e o das que promovem a elevação do Eu aos níveis supraconscientes e na direção da unificação com o Eu espiritual. De acordo com o programa de harmonização e integração da personalidade, que constitui o caráter específico da terapia e da educação psicossintética, as técnicas serão escolhidas, combinadas e alternadas.

No que se refere à Educação e à importância das relações humanas, Jung e Assagioli acreditam na importância de educadores e pais terem clara consciência sobre seus próprios desconhecimentos, deficiências psicológicas, complexos e conflitos, que inevitavelmente repercutem negativamente nos que estão sob sua responsabilidade educativa. Propõem que assumam essa responsabilidade, prepararem-se para a nobre e árdua tarefa da educação das crianças, através de uma autoeducação baseada nas descobertas da Psicologia dinâmica. Também concordam no que se refere à educação de crianças superdotadas: nivelar as pessoas sem respeitar uma hierarquia baseada em valores psicoespirituais gera uma educação que subvaloriza os valores morais, cujo risco é criar pessoas antissociais e destrutivas.

A terapia junguiana tem por meta a individuação. Na visão de Assagioli, Jung não faz um encaminhamento efetivo de seus pacientes à comunhão com outros seres humanos: ao contrário, insiste mais na contraposição, nos conflitos entre o indivíduo e a massa, entre a vida pessoal e a pressão coletiva exercida pela vida social moderna, do que na possibilidade de uma relação mais positiva. Embora concorde com a contraposição existente entre os interesses do indivíduo e os da massa, Assagioli não a vê de forma tão rígida e extrema,

acreditando na existência de uma ampla esfera de relações humanas entre o indivíduo e a massa que faz parte da natureza humana e é uma necessidade, pois o homem é um ser social. Obviamente, os tipos prevalentemente introvertidos têm mais dificuldades nas relações humanas que os prevalentemente extrovertidos, embora estes estabeleçam uma rede de relacionamentos ampla e superficial, de modo que “o indivíduo permanece, na realidade, psicologicamente e espiritualmente isolado” (ASSAGIOLI, 1966c, p. 07).

A excessiva tendência à autoafirmação e à supervalorização do sucesso externo tem levado a dificuldades e conflitos nas relações humanas, com a desvalorização e a repressão de sentimentos superiores, como a capacidade de compreensão amorosa, a compaixão e o amor altruísta. Terapeutas e educadores têm a sua disposição métodos eficazes para auxiliar no desenvolvimento e a revalorização desses sentimentos. Um passo nessa direção é o reconhecimento e a apreciação de valores superiores presentes em heróis, santos, grandes benfeitores da humanidade. Assagioli acredita que existam muito mais pessoas como estas do que se imagina, inclusive entre os mais simples e humildes. Outro passo é alimentar a boa vontade, que o contato direto com o sofrimento alheio beneficia. A cooperação em atividades criativas e socialmente úteis auxilia no desenvolvimento do espírito de grupo, da solidariedade e do entrelaçar de colaborações e amizades.

Não se pode falar em Terapia e Educação psicossintéticas sem pensar em Psicossíntese interpessoal e de grupo (social), pois cada indivíduo auxiliado pela psicoterapia estabelece relações humanas corretas e torna-se um elemento de equilíbrio e saúde para a comunidade; cada ação voltada para tratar desequilíbrios e psicoses coletivas facilita que cada pessoa mantenha a sua própria saúde. Daí a proposta de a psicoterapia assumir para si as mais vastas tarefas: salvaguardar a humanidade dos perigos que cria para si mesma e promover o advento de uma nova civilização na qual todos possam exercer e valorizar as admiráveis potencialidades humanas.

X Aula: Verão Psicossintético – Um Programa de Vida

Esta aula refere-se a um programa sobre a arte de viver, aproveitando as oportunidades da vida se, como e quanto se queira. Esta escolha só pode ser feita quando se está atento, pois nem sempre as oportunidades são explícitas. O verão é usado como pano de fundo para analogias a respeito do programa, sendo assim necessário pensar nos ritmos e ciclos da vida. A estação oferece oportunidades ao repouso, mas é preciso saber repousar de forma ativa, por

meio de exercícios de relaxamento físico, emocional e mental, começando por uma respiração rítmica, em posição confortável. O verão permite mudar de ambiente e facilita hábitos que ajudam o aflorar de energias latentes. O contato com a natureza possibilita interações psicofísicas que podem ser usadas como exercícios de vontade ou ocasiões para desenvolver coragem e paciência, entrar em contato com influências psíquicas benéficas, como a beleza e seu ritmo tranquilizador e a ordem cósmica, e sair da pequena personalidade que erroneamente se sente separada da grande Vida.

Os elementos da natureza, cada um deles com seu poder específico, possuem forças sanadoras que podem ser absorvidas, dádiva particular distribuída generosamente: a terra dá repouso, sensação de segurança, confiança; as montanhas dão força, concentração e tônus moral e favorecem recolhimento e elevação espiritual; a fluidez da água dá uma sensação de expansão, de infinito, de “igual no diferente”; o mar reporta à vida primordial, ajuda a relaxar com o ritmo das ondas; as águas de lagos, rios e fontes dão a sensação de frescor, alegria, pureza; o ar vivifica, dá leveza, fluidez, agilidade; o sol dá calor, vitalidade revigorante, fogo espiritual, amor, fervor, irradiação. Assim, dependendo da necessidade específica que se tenha, é só escolher um destes elementos e abrir-se para receber suas influências benéficas.

Essa é a temporada de férias mais importante, mas não basta mudar de ambiente: é fundamental deixar as preocupações para trás decididamente e renovar-se. Pode ser a oportunidade de iniciar uma ação interna dinâmica, com exercícios que auxiliem um autoexame, um balanço psicoespiritual para elaborar conscientemente experiências, reconhecer com sabedoria progressos e alegrar-se com eles e, com sinceridade e serenidade, reconhecer erros e buscar formas de não repeti-los. Fazer isso por escrito facilita o afloramento das questões, ajuda a fixar e coordenar as reflexões que podem servir para uma útil comparação de ano para ano e até ser útil a outras pessoas.

O verão é uma boa época para leituras que levem a meditações, distraiam e sejam construtivas, psicossintéticas. Férias de verão são uma oportunidade de descanso, não de mais exaurimento, diversões desenfreadas, viagens cansativas, apressadas. As viagens, para quem possa fazê-las, trazem efeitos psicológicos e espirituais benéficos, assim como ir ao teatro, concertos, exposições, congressos. Aos jovens, pode ser benéfico acampar, atividades sociais e humanitárias em grupo, o que favorece a realização da psicossíntese interpessoal e social. Para os que não podem sair da cidade ou têm pouco tempo de férias, a solução está na postura interna, já que férias são um estado de espírito. Pode-se caminhar, passear nos arredores da cidade em busca de natureza, andar de bicicleta, ir a bibliotecas e museus, ler, escrever, ficar

em silêncio, enfim, sair da rotina. Férias também podem ser oportunidades de exercitar ações benéficas aos outros, levando a novos conhecimentos e novas relações por meio de conversas positivas, que suscitem bem-estar e versem sobre autoconhecimento e superação de problemas. É possível praticar exercícios em grupo, propondo como "jogos de salão" práticas de observação, visualização, evocação imaginativa, relaxamento e os exercícios da Rosa e do Modelo ideal, entre outros. Essas são propostas concretas do viver psicossinteticamente.

AULAS DO ANO DE 1967

I Aula: A Vontade - Do Propósito à Realização

Esta e as próximas duas aulas são sobre a função psíquica da vontade, ampliando o tema já abordado nas aulas de 1963 de forma mais sistemática, e sobre o uso prático da mesma. Para isso são apresentados os estágios da vontade, ou mais precisamente do ato voluntário completo, que vai do propósito à realização. As fases da vontade são as seguintes: a) o propósito ou objetivo, baseado na avaliação e nas motivações; b) a deliberação; c) a escolha e a decisão; e d) a afirmação, o comando, o "Fiat" da vontade.

O que caracteriza a ação voluntária é, principalmente, a clara visão da meta a alcançar (a), mas isso não é suficiente. Até não se tornar uma imagem pura, ainda não é vontade: é necessário avaliar e suscitar o impulso a realizá-la. A palavra "estímulo" indica algo ativo, dinâmico, suscitado pela avaliação da meta a ser alcançada. Após a deliberação (b), escolhe-se um objetivo e a conseqüente decisão de atingi-lo (c), descartando-se os demais objetivos, mesmo que sejam possíveis e apreciáveis. Decisão e escolha (c) devem ser confirmadas pela afirmação (d), que estimula as energias dinâmicas e criativas que produzirão a realização do objetivo. Antes, porém, é necessário considerar e escolher os meios e as fases da realização ao longo do tempo, segundo as circunstâncias, condições e possibilidades existentes. Chega-se então à direção da execução, tarefa específica da vontade, que não significa realizar a execução do objetivo diretamente. A vontade pode e deve servir-se das demais funções e energias da personalidade (mente, imaginação, sentimentos, impulsos, órgãos físicos de ação).

Lembrando a analogia da representação teatral, a vontade é o diretor dos atores. A realização é concluída pela ação coordenada das funções e energias acima citadas, incluindo a utilização e a aplicação do que já havia sido decidido e projetado. A utilização e a aplicação também devem ser reguladas e dirigidas pela vontade, que mantém a clara visão do objetivo proposto. Antes de conhecer os estágios da vontade é fundamental descobri-la em si mesmo.

Isso se dá em três estágios: 1º) reconhecer que a vontade existe, sua realidade e natureza; 2º) descobrir ter vontade, o que pode acontecer diretamente de uma experiência interna, como um dado imediato da consciência, de forma espontânea ou favorecida por um exercício específico; 3º) descobrir ser uma vontade, diferente de ter uma vontade, o que a torna mais completa e eficaz. Esta fase também pode ser atingida de forma direta, pela continuação e pelo aprofundamento da fase anterior, ou de forma indireta, racional, baseada em argumentos das concepções voluntaristas, o que implica descobrir o Eu como sujeito consciente, distinto de todo seu conteúdo ou determinação. A autoconsciência tem dois aspectos inseparáveis: um cognitivo, ou contemplativo, e outro dinâmico, o que pode ser expresso como “Sei ser e querer” ou “Enquanto sou, posso querer”. Assim é a vontade, um certo senso de identidade entre ser e querer, confirmada pelas concepções voluntaristas.

O diagrama da Estrela ou das Funções Psíquicas mostra a vontade no centro, em contato direto com o Eu consciente, aderente, íntima a ele: é através dela que o Eu pode receber impressões e informações das demais funções psíquicas e agir sobre elas, influenciando-as, dirigindo-as. A vontade precisa partir da experiência da autoconsciência, da descoberta do Eu, diferente dos animais, que são conscientes, mas não são, como o homem, autoconscientes. Esta autoconsciência é precisamente implícita, misturada e velada pelas contínuas identificações do Eu com os conteúdos da consciência; para torná-la clara é necessário que se desidentifique dos inumeráveis conteúdos da consciência (objetivo do Exercício de Desidentificação). Posteriormente, descobre-se a relação entre o Eu consciente e o Eu espiritual e o reconhecimento da sua identidade essencial, ou seja, que o Eu consciente é uma projeção do Eu espiritual no campo da consciência, como o demonstrado anteriormente pelo Diagrama do Ovo.

O ato voluntário passa por vários estágios. O primeiro é o de propósito, avaliação e motivações, três aspectos intimamente ligados entre si. Um propósito é a vontade de alcançar um objetivo, mas um objetivo não se caracteriza como tal se não for considerado e avaliado, e um estímulo não se caracteriza como tal se não impulsiona em direção a um fim (objetivo). Nem sempre isso se dá na ordem indicada. Um estímulo pode apresentar-se primeiro à consciência, como um ideal ainda não bem definido, como um sentido de valor social ou religioso que desperta na consciência e só posteriormente suscita o propósito bem definido a ser realizado. Ou então primeiramente se tem um lampejo intuitivo que revela uma meta, e só então se atribui um valor que suscitará os estímulos na direção da sua realização. Por isso as relações entre propósito e objetivo, avaliação, motivação podem ser muito diferentes. Essas

relações podem ser ditas de outra forma, ou seja, os estímulos são baseados em avaliações, as quais são baseadas no significado que se atribui à vida. Este significado depende do propósito da própria vida e da obtenção do mesmo. Logo, é necessário haver uma concepção positiva do significado e do propósito da vida, e acima de tudo reconhecer que ela tem um propósito, um significado que “é positivo, construtivo, bom” (ASSAGIOLI, 1967a, p. 06). Pode surgir internamente no ser, espontaneamente e, frequentemente, por obra de estímulos externos, como exemplos vivos, leituras e ideias, mas só se tornará eficaz se for acolhido, introjetado; a origem não muda a natureza do ato volitivo, que requer uma adesão consciente do Eu.

A Psicanálise frisa que existem motivações inconscientes, pois frequentemente se age acreditando-se movido por um dado consciente quando na realidade se é impelido, sobretudo, por impulsos inconscientes, que não são de natureza inferior e superam a censura do Eu mediante um processo inconsciente chamado por Freud de racionalização. Na verdade há motivações conscientes e inconscientes, quase sempre somadas em proporções muito variáveis. Por isso a necessidade de uma análise acurada por parte do terapeuta ou do educador, ou uma autoanálise, dependendo do caso.

Em relação às motivações, é importante distinguir estímulos e motivos. Um estímulo é produzido por um impulso, em inglês *drive* (impulso) e *urge* (desejo, anseio), que pode ser consciente ou inconsciente. O estímulo em geral é uma tendência espontânea, algo que leva ou tende a mover. O motivo, ao contrário, deve ser consciente e ter um aspecto cognitivo, o que requer uma clara visão do objetivo e, em seguida, o reconhecimento do seu valor. Além disso, há os estímulos e os motivos egoístas e os altruístas, éticos, espirituais. Os estímulos, e conseqüentemente a vontade do Eu, são egoístas quando este se considera separado dos outros e se propõe fins puramente individuais. A posição egocêntrica é uma ilusão fundamental, já que o indivíduo isolado não existe. O Eu está entrelaçado em densa rede de relações interpessoais e sociais, é parte integrante da vida universal, com a qual tem relações maiores do que se dá conta. A prova psicológica mais evidente está na afetividade em si, que existe e às vezes é preponderante em todo ser humano normal; todos necessitam de amor, de dar afeto, e por isso, toda vontade puramente egoísta é inumana.

Uma das tarefas mais importantes da vontade é mobilizar uma tendência contra a outra, dependendo das possibilidades e dos fins a alcançar: mobilizar a ambição contra a preguiça e a tendência de ser tranquilo contra a de ser ativo em excesso, entre outras. A ação volitiva, eficaz e refinadamente, não se opõe de maneira direta, frontalmente, mas manobra habilmente, não reprimindo as tendências negativas. Os elementos inferiores que o homem

traz em si não devem ser motivo de embaraço; o homem é a soma de todas as evoluções do passado, do mineral em diante, o que não se encerra no *homo sapiens*, mas continua. A tarefa é favorecer este salto evolutivo, a evolução psíquica que já está em curso sobre bases biopsíquicas, sem renegar os estados precedentes. Essa maneira de lidar com as características humanas negativas traz outra vantagem: o uso produtivo de energias poderosas que, de outra forma, podem ser nocivas ou destrutivas. É como canalizar uma forte correnteza para uma central elétrica. Além disso, ao empregar tais tendências a objetivos superiores, essas energias psíquicas podem ser transmutadas e sublimadas, processos de grande importância e utilidade por sua eficácia.

Retomando o convergir de estímulos para a produção de decisões e atividades, observa-se frequentemente que atividades socialmente úteis muitas vezes têm, além de motivações humanitárias, outros estímulos, como a ambição, o desejo de reconhecimento, a autoafirmação. Não se deve fazer juízo de bom ou de ruim em sentido absoluto, pois tudo é relativo à pessoa, a sua evolução, às condições ambientais; alguém pode ser bom para uns e ruim para outros. Cada ato volitivo, tanto no primeiro estágio quanto no segundo (deliberação) requer avaliações objetivas, racionais, discriminação. Estímulos inferiores são uma imperfeição ética subjetiva, mas não são um obstáculo objetivo, podendo favorecer o desenvolvimento de atividades de inspiração superior. Portanto, não só é oportuno utilizar estímulos menos elevados como pode ser lícito suscitar incentivos pessoais para intensificar a eficácia de propósitos superiores, potencializando o ato volitivo. Incentivos pessoais como assumir compromissos externos, fixar datas e prometer prêmios a si mesmo são inócuos. O uso desses meios é, em certo sentido, um ato de humildade, pois implica reconhecer a existência de estímulos inferiores, ou simplesmente pessoais, em si mesmo. Para que os estímulos inferiores, mesmo que fortes, não tenham voz ativa em decisões e ações, para que sejam inócuos ou até úteis, é necessária a prevalência de motivos superiores e de uma vontade vigilante, para que não dominem ou induzam a desvios do propósito inicial. Isso se refere à conquista de objetivos externos, mas o fim proposto é o desenvolvimento interno, a psicossíntese espiritual, para a qual é necessária uma deliberada e maior sublimação.

II Aula: Estágios da Vontade – A Deliberação e a Decisão

Deliberar tem dois significados diferentes, que devem estar bem claros: o primeiro é examinar, ponderar, e o segundo é decidir. Distinguir esse duplo significado tem um aspecto

positivo, pois indica a estreita relação entre as duas ações internas que exprimem e devem constituir as fases de um mesmo ato. O objetivo de qualquer deliberação, no sentido das considerações de uma ou mais possibilidades, é levar a uma decisão. Por outro lado, decidir sem ter primeiro examinado e avaliado todos os aspectos da questão induz a atos impulsivos, inconsiderados e, portanto, muitas vezes errados e danosos para si e para os outros.

Poucos pensam verdadeiramente, pois pensar é incômodo, é cansativo, obriga à concentração, que requer vontade persistente. Além disso, o resultado da reflexão frequente está em contraste com tendências e desejos pessoais. Por isso a necessidade de aprender a pensar verdadeiramente, a refletir, meditar. Essas são técnicas psicossintéticas das mais úteis e constituem a preparação necessária ao trabalho de considerações e reflexões requeridas para a deliberação: para deliberar bem é preciso pensar e meditar; para pensar, meditar e deliberar é necessário antes de tudo refrear os impulsos que levam a ações imediatas, examinando-se todos os aspectos da situação. Logo, é necessário primeiramente um ato de inibição, não de tudo que possa estar em contraste com o objetivo escolhido, mas de certas tendências, que devem ser reduzidas a um não-querer; mesmo naqueles em que a velocidade e a facilidade de decisão pareçam quase suprimi-las, elas nunca deixam de existir. É fundamental diferenciar a repressão da remoção de domínio consciente, também chamado de controle e de verificação. É necessário ter clareza das diferenças e das relações entre inibição, repressão, domínio, refrear, subordinação, regulação e direção.

A inibição não é por si só uma etapa da vontade, mas é um aspecto necessário para preparar a ação voluntária e criar condições a todos os seus estágios. É indispensável na avaliação, na escolha dos objetivos e no longo período do exame acurado dos motivos e dos estímulos. Para que um ato voluntário tenha bons efeitos é fundamental ter claros e dominar os estímulos inconscientes, muitas vezes de natureza inferior, enquanto os motivos conscientes prevalentes devem ser bons para si e para os outros. Mas isso não basta: nem toda boa intenção é seguida de uma decisão, uma afirmação e uma boa ação. Muitas ações deflagradas, pensando-se serem positivas, acabam gerando danos por partirem de ideais pessoais. Isso ocorre em todo tipo de relacionamento e gera grandes conflitos entre gerações.

O estágio da deliberação, primeiro passo na direção da decisão, consiste em ver claramente o problema e as alternativas à frente. Em seguida, devem-se reconhecer realisticamente as possibilidades de realização do objetivo, o senso de oportunidade que a ação requer, a graduação dos passos e o tempo necessário para passar do projeto à realização. É fundamental estar atento às consequências dos atos que se está prestes a cumprir; este um

exercício de previsão que requer atenta reflexão e senso psicológico, sobretudo quando se tratam de ações que implicam o relacionamento com os outros e requerem a sua cooperação. Sem isso, palavras e atos podem ser contraproducentes.

A decisão também pode ser determinada por estímulos do supraconsciente ou, através dele, sob a forma de iluminação, impulsionando as ações internas ou externas de caráter espiritual, num amplo sentido (criatividade artística, atos altruístas etc.). Não é fácil precisar se são atividades do supraconsciente, do Eu espiritual ou de outras fontes, mas é importante reconhecer esses impulsos e acolhê-los; às vezes eles suscitam perplexidade e até reações negativas, seja por parte do Eu consciente, seja de elementos do inconsciente inferior. Não raramente incomodam a personalidade, impelindo-a a assumir compromissos e cumprir atos que requerem espírito de sacrifício, dedicação e até riscos. Também essas inspirações e impulsos internos não devem ser acolhidos sem a devida deliberação, sem um atento exame. É necessário reconhecer as intuições genuínas, os impulsos à ação oriundos do alto do supraconsciente, distinguindo-os dos que chegam de outros níveis do inconsciente ou através dele, das influências externas. A diferença às vezes é evidente, mas nem sempre.

Ainda que a inspiração tenha uma origem verdadeiramente elevada e que a intuição seja genuína, podem gerar erros de interpretação e atuação. Um desenvolvimento mental adequado é necessário para uma compreensão justa e um autodomínio equilibrado, evitando reações emotivas excessivas e ações impulsivas e fanáticas. Por isso, antes de agir, mesmo que as motivações pareçam de ordem elevada, deve-se usar, com um ato de vontade, a inibição necessária para colocar em exame a inspiração e deliberar se é oportuno segui-la. De um lado é necessário usar a mente, mas de outro não é necessário polarizar a inspiração. Em vários casos, a experiência tem demonstrado que o primeiro lampejo de intuição é correto, enquanto as sucessivas elaborações produzem dúvidas e confusões.

Os que não têm intuição ou inspiração espontânea devem usar métodos ativos para despertá-las, condição ao desenvolvimento integral e harmônico da personalidade, à completa psicossíntese. Os métodos para ativar o supraconsciente e inclui-lo na personalidade são em grande parte os mesmos. Consistem, essencialmente, nos vários procedimentos para a prática das meditações receptiva e reflexiva, expostos na Lição XI de 1963. Outro método para a tomada de decisões é aconselhar-se com os outros, o que pode ser de grande ajuda ou não, dependendo de quem pede e de quem dá conselhos. É necessário fazê-lo quando as deliberações envolvem outras pessoas e seus interesses morais e materiais, principalmente quando não há elementos suficientes para o julgamento.

Finalmente, há as deliberações coletivas, modo cada vez mais usado e favorecido pela facilidade das comunicações. Sua maior vantagem é conhecer os vários aspectos da situação sobre a qual decidir e considerar os diferentes pontos de vista segundo a mentalidade e a competência dos interlocutores. Presume-se que as decisões tomadas por unanimidade ou pela maioria resultem justas e oportunas, embora nem sempre se consiga chegar a elas. Ainda assim, o método em que só uma pessoa tem o poder de decidir é muito mais perigoso e expõe a verdadeiros riscos.

A respeito das diferenças caracterológicas, é necessário adaptar os métodos para cada tipo psicológico. Todos os tipos devem usar a vontade de formas diferentes e até opostas, para corrigir suas exuberâncias e deficiências, sempre com visão clara, determinação e sabedoria. Isso significa que deliberar e decidir requerem clara consciência, preparação adequada, vigilância e autodomínio incessante: em suma, o uso deliberado e contínuo da vontade.

III Aula: Técnicas do Decidir – A Afirmação

Devido à importância do estágio da decisão no ato volitivo, nesta aula esse aspecto será aprofundado, explicitando o que é necessário para bem atuá-la. Assim, decidir frequentemente significa escolher, preferir uma entre várias possibilidades. Na prática as pessoas têm muita dificuldade para isso, como se renunciar fosse sinônimo de sacrifício; as reações à necessidade de escolha podem ser causadas por: a) egoísmo ou hedonismo e para evitar o sofrimento, aspectos inatos à natureza humana; b) valorização exagerada do dever, do sacrifício e do sofrimento no passado; c) uma concepção equivocada de liberdade como o direito de satisfazer impulsos e desejos sem pesar nas consequências para si e para os demais.

Disso resulta uma recusa mais ou menos consciente pela escolha. A busca contínua pelo ter sem o dar e sem o conquistar é evidente atualmente. O problema está na mentalidade da busca do ganho sem mérito, na sede do prazer por coisas materiais, na avidez exagerada, que produzem um estado de contínua insatisfação e um aumento indefinido de ambições. Quando a ansiedade por ganhar leva a atitudes inadequadas ou ilegais surgem o medo de ser descoberto e um estado de contínua desconfiança e preocupação ou, na ausência destes, sentimentos de culpa reprimidos que, como a Psicanálise demonstrou, podem levar a impulsos inconscientes de autopunição.

De um ponto de vista geral ou filosófico, essas posturas se baseiam na ilusão de se escapar à lei de causa e efeito, ao invés de colaborar com ela. As vidas individual e social

podem ser transformadas se as atividades psíquicas (inteligência, vontade), o tempo, as forças físicas e o dinheiro forem usados para produzir, construir e criar, ao invés de gerar favores. Obviamente, há os que vivem e trabalham de bom grado dentro das regras, sem pretender ser superiores ou espirituais. Mas há também os que, na ânsia de fazer, são dominados pelo mito do produzir baseado na supervalorização da prosperidade e se descuidam ou não reconhecem o valor maior dos bens psicológicos e espirituais, criando o círculo vicioso do produzir mais, vender mais, intensificando os desejos e gerando necessidades fictícias.

Um critério importante de uma escolha é tentar prever os seus efeitos, dos mais imediatos aos mais longínquos, já que eles podem ser diferentes e até opostos. Escolher é uma capacidade e uma habilidade, que pode ser desenvolvida por meio de metódico treinamento, com exercícios adequados, assim como as demais funções psíquicas. Deve-se iniciar o processo com decisões e escolhas sobre poucas coisas ou sobre coisas sem nenhuma importância para si mesmo, eliminando-se desta maneira todo elemento de interesse, isolando-se o puro ato de vontade com o qual se toma a decisão. Depois desta fase, pode-se passar a escolhas de maior relevância. É importante sempre almejar um objetivo ao qual se atribui algum valor e considerar os meios para obtê-lo, mesmo que desagradáveis. Há escolhas referentes ao apego a formas antigas: iludir-se em poder preservá-las pode dificultar a aceitação do novo. É necessário ter coragem e vontade de renunciar ao velho e escolher o novo, de mergulhar com coragem e prazer na aventura do futuro com discernimento, decisão firme e vontade forte.

A afirmação é o quarto estágio da ação volitiva. Após ter deliberado, escolhido e decidido, a verdadeira e própria ação da vontade daquilo que se quer que aconteça se inicia. O primeiro ato dessa fase é a afirmação: sem ela a decisão permanece como possibilidade, sem tornar-se energia operante. Portanto, é a fase essencial da vontade. A vontade afirmativa implica e requer um estado de ânimo de segurança, síntese de dois estados internos: a fé e a convicção. A fé é de natureza intuitiva, percebe o que não é manifesto e lhe adere, mas antes de tudo é necessária a fé em si mesmo, naquele que é “em espírito e verdade”, o Eu espiritual. A convicção é de natureza mental, forma-se pelo racional ou pela adesão intelectual a uma intuição reconhecida como reflexo da verdade. Na vida, fé e convicção coexistem e se fundem em várias proporções e sua combinação resulta em segurança. A segurança é importante porque suscita ou reforça a determinação. Para uma afirmação ser eficaz, deve possuir forte potencial dinâmico e “alta voltagem” psicoespiritual. A afirmação pode ser considerada um comando dado com autoridade, fruto de um posicionamento ou de uma autoridade externa,

mas é, sobretudo e essencialmente, uma realidade interna psicológica ou espiritual; quem a exercita sabe que a possui e os que a recebem percebem-na diretamente e sentem-se induzidos a obedecer. A autoridade pode e deve ser exercida, primeiro, internamente, sobre as próprias energias e funções psíquicas, que devem ser usadas para realizar o proposto.

As Técnicas da Afirmação. Quatro técnicas são requeridas para a afirmação volitiva:

1) O uso de “palavras de poder”: para uma afirmação ser eficaz precisa ser expressa clara e precisamente, seja uma única palavra ou uma breve frase, que pode ser dita apenas internamente, mas é mais eficaz se dita em voz alta. É útil relatá-la por escrito ou imprimi-la e vê-la.

2) As imagens também têm um poder dinâmico eficaz. Pode-se usar a imagem do que se quer já realizado ou que o simbolize. Também podem ser visualizadas mentalmente, desenhadas ou observadas externamente (desenho, quadro).

3) Treinamentos físicos, gestos e atos que expressem, direta ou simbolicamente, aquilo que se quer realizar, são eficientes.

4) A repetição é outra técnica importante e necessária, pois é preciso reafirmar muitas vezes o que se quer realizar: o comando. O mesmo se pode fazer usando imagens e atos externos. O número de repetições necessárias varia de acordo com a importância e a dificuldade da ação e com o tempo necessário ao desenvolvimento de sua manifestação. Se este tempo for longo é necessário que as repetições expressem uma atitude afirmativa interna, persistente.

Variar as formas de repetição evita que elas se tornem habituais e mecânicas, reaviva o interesse e estimula a imaginação. O mais importante é escolher o modo de acordo com cada caso e, principalmente, constatar qual ou quais desses modos se mostraram mais eficazes. Um cuidado no uso da afirmação é estar seguro de que os movimentos são corretos, bons e inócuos, o que requer constante vigilância; outro é evitar, o mais possível, reações contrárias dos outros. As reações do consciente e do inconsciente podem ser diferentes e opostas: certas afirmações repetidas e insistentes talvez provoquem reações negativas, impedindo que o inconsciente se impressione e acolha a afirmação. Isso confirma a coexistência de diferentes subpersonalidades, às vezes opostas entre si. Por isso, no campo psicológico, toda afirmação e toda teoria deve ser expressa com cautela, pois são relativas, e não absolutas.

A impaciência e a pressa em ver os resultados também devem ser evitadas, já que as afirmações podem não dar resultados imediatos evidentes e até produzir, a princípio, efeitos

opostos. Isso é sinal de sua eficácia, e não um desmotivador, se as oposições internas e externas se manifestam, se pode conhecê-las, enfrentá-las abertamente e superá-las.

Outro ponto fundamental é a relação da afirmação volitiva com a identificação. A afirmação, como comando dirigido às demais funções psíquicas e direcionamento de suas atividades, deve ser feita sem identificar-se com elas. O mesmo vale para o comando dirigido ao exterior. Em função da íntima relação entre a autoconsciência e a vontade é possível ao Eu identificar-se conscientemente com a vontade, passando da afirmação preliminar e necessária a cada ação volitiva – “eu tenho vontade” – àquela afirmação essencial – “Eu sou uma vontade; sou uma vontade consciente, potente e dinâmica” (ASSAGIOLI, 1967c, p. 08).

X Aula: A Técnica do Modelo Ideal

Nesta aula é apresentada a Técnica do Modelo Ideal, que tem por objetivo utilizar o poder dinâmico criativo das imagens. A imaginação criativa produz algo que não existia anteriormente, mas que tende a exprimir na ação o que foi visualizado. Esse método busca substituir um modo de agir já existente por outro com qualidades superiores. Todos nós possuímos diferentes imagens em conflito a respeito de nós mesmos: tomar consciência clara delas é fundamental à realização da psicossíntese. Os diferentes tipos de “eus” ou imagens que cada um tem de si mesmo, que os outros têm dele e que ele projeta sobre os outros foram citados na Aula III do ano de 1963 (O Espírito Múltiplo). Como essa técnica baseia-se neles, serão aqui novamente apresentados, mas agora com foco na técnica do Modelo Ideal. São eles:

1. Aquele que **acreditamos ser**: podem ser imagens de mais estima ou de subvalorização do si mesmo, ou sua alternância.
2. Aquele que **gostaríamos ser**: é importante diferenciar a imagem idealizada de si, que é irreal e não realizável, do modelo ideal, que pode ser realizado.
3. Aquele que os outros **acreditam que nós somos**: as imagens que os outros têm de nós são diferentes e, frequentemente, contraditórias.
4. Aquele que **gostariam que nós fôssemos**: modelos criados pelos outros de acordo com seus desejos ou preconceitos, comumente são imposições psíquicas.
5. Aquele que os outros **suscitam e provocam em nós – imagens de nós mesmos criadas pelos outros**: as imagens projetadas (itens 3 e 4) geralmente não são aceitas por

serem externas e não corresponderem à realidade. As dessa categoria são os modelos que foram aceitos e, por isso, são mais danosas.

6. Aquele que **queremos parecer ser aos outros**: são as máscaras usadas por vaidade, interesse ou necessidade de defesa, fruto das relações interpessoais e sociais. Há constante revezamento de máscaras entre as pessoas.

7. Aquele **que podemos nos tornar**: é o Modelo Ideal, o propósito da Psicossíntese.

É importante lembrar que as expressões “aquele que acreditamos ser” e “aquele que desejamos ser” não são exatas, pois ninguém é ou se tornará nenhuma imagem ou modelo. Elas referem-se à personalidade, que não é o verdadeiro Eu, e menos ainda o Eu espiritual. O exato seria dizer “aquele que acredito ser a minha personalidade”, “a personalidade que eu quero”, “a personalidade que os outros acreditam que tenho ou desejariam que eu tivesse”. Por falta de uma linguagem melhor esta é a utilizada, mas não corresponde à realidade psicológica e espiritual, pois “O equívoco está no uso do verbo ser em lugar de ter, que é o único apropriado” (ASSAGIOLI, 1967d, p. 02).

É fundamental diferenciar a essência permanente e imutável (o Eu espiritual) do Eu e de suas várias subpersonalidades, que são os meios pelos quais aquele se manifesta. As subpersonalidades formam e desenvolvem por meio de imagens os vários modelos que a vontade cria e plasma: se podem ser criadas, plasmadas, modificadas, não são o Eu verdadeiro. Tornar-se consciente de todas essas imagens constitui parte importante da fase analítica que prepara a Psicossíntese em todas as suas aplicações. Para tanto, é necessário pesquisar traumas ou impressões do passado e analisar a situação presente, existencial, em que os vários modelos do Eu (subpersonalidades) coexistem e lutam entre si. Esses conflitos podem gerar sensações de incerteza, perda e vários distúrbios neuropsíquicos.

“O princípio modelador consiste, repito, no uso do poder criativo da imaginação.” (*idem*, p. 03). O primeiro estágio do processo criativo é o da ideia e da imagem, que são diferentes entre si, mas na prática a ideia suscita uma imagem de imediato na consciência. O segundo estágio é o do elemento motor inerente à imagem, que tende a realizar os atos externos e as modificações fisiológicas a eles correspondentes. O terceiro estágio corresponde ao somar-se ao elemento motor da imagem, a energia do desejo, o que sempre acontece no caso do modelo de si mesmo. A ideia e a imagem tornam-se um ideal desejado, que movimenta os meios necessários à própria realização. Portanto, as fases são ideia, imagem, modelo, desejo, atividade criativa e manifestação.

Esse esquema geral do processo criativo desenvolve-se de duas maneiras: por modelos externos e por modelos internos. Os modelos externos referem-se à escolha espontânea de um modelo humano externo a ser imitado, que representa algo superior ou é considerado como tal, o chamado culto ao herói. É o caso dos ídolos, embora sem se considerar seu real valor humano. Os modelos familiares (pai, mãe, professor) são outros tipos de modelo imitado, conscientemente ou não. Na relação terapêutica o modelo pode ser o terapeuta. O problema dos modelos externos é que eles podem não ser adequados à constituição e às atitudes da pessoa, ou pode-se formar um vínculo tal com o modelo que interfere no desenvolvimento da personalidade do indivíduo. Também pode ser criada uma idealização tal que, por suas falhas humanas, gere em quem o idealizou reações de desilusão, crítica, desconfiança, pessimismo: é o perigo dos educadores e superiores que se colocam na figura de modelos ideais.

Os modelos internos são os mais importantes aos propósitos da Psicossíntese, mas os realmente necessários são os modelos de Eu realizáveis, pois representam uma meta para o processo de desenvolvimento, natureza e objetivo da vida. Eles são de diferentes tipos e há os que podem ser chamados de modelos ideais humanos, por terem a possibilidade de ativar energias latentes nos níveis supraconscientes, no Eu espiritual. São modelos que não devem ser generalizados já que cada etapa do desenvolvimento psicoespiritual deve ser conhecida e prevista, para depois poder ser vivida e, no momento certo, ultrapassada. Há ainda modelos particulares de desenvolvimento de psicossíntese, adaptados à constituição específica e às possibilidades individuais; para serem bem desenvolvidos é necessário conhecer os tipos psicológicos. Sua referência é a tipologia apresentada na Aula I de 1966, sobre tipos como o introvertido e o extrovertido, lembrando o cuidado para não “etiquetar” as pessoas e “perder de vista a grande complexidade e infinita variedade dos seres humanos.”(*idem*, p. 05).

É importante distinguir o que é constitucional daquilo que são mudanças naturais dos ciclos da vida e considerar os vários aspectos da personalidade. Tudo isso ajuda a ter modelos bem definidos, mas não rígidos, que podem e devem mudar e evoluir ao longo da existência. Vale lembrar que a evolução também se dá no nível psicoespiritual, e não apenas no biológico. É possível criar modelos ideais para cada qualidade ou função psíquica que se deseje desenvolver e para cada subpersonalidade. Para tanto é necessário escolher o modelo, propor uma afirmação da vontade de realiza-la e criar uma imagem de si mesmo já possuindo a qualidade desejada. O exercício precisa ser repetido e a imagem evocada muitas vezes para tornar-se cada vez mais eficaz. A descrição dos exercícios não será apresentada por não oferecerem maior contribuição ao tema deste trabalho.

XI Aula: A Vida como Jogo e Representação

Dois aspectos são necessários à arte de viver, ou ao jogo da vida: a inspiração e a técnica. Representação e recitar serão usados como sinônimos, já que em uma representação recita-se algo. Como se trata de um aspecto do jogo, esta aula se refere ao recitar.

Recitar parte de algo é uma técnica psicossintética de importância fundamental: “poderia talvez ser considerada como a técnica central da arte de viver, com a qual todas as outras estão coligadas e da qual, num certo sentido, dependem” (ASSAGIOLI, 1967e, p. 02). Isso é fácil de compreender quando se reconhece que cada um “recita” as várias partes de si (as suas subpersonalidades) na vida, o que constitui a trama dos relacionamentos interpessoais e sociais. O problema é que, geralmente, essas partes são recitadas inconscientemente.

A recitação como técnica baseia-se na concepção da estrutura psicológica do ser humano apresentada na Aula II de 1963 (o Diagrama do Ovo). Tomando a representação cênica como analogia, tem-se o autor da peça teatral, o diretor e os atores. Em cada pessoa o autor é, ou deveria ser, o Eu espiritual, que escolhe o tema, as funções da vida individual, as partes que a personalidade deve encarnar. Obviamente, isso acontece sem que o Eu pessoal tenha consciência, uma vez que o Eu espiritual opera no nível supraconsciente. O Eu consciente, centro da consciência, tem a função de realizar o plano de vida que se revela aos poucos por inspirações superiores, pelos impulsos internos ou pelo desenvolvimento das circunstâncias da vida. Ele é o diretor, de quem o sucesso da representação depende totalmente, pois é quem deverá compreender a trama da vida, aceitá-la, empenhar-se em realizá-la; é de sua habilidade em instruir os atores que tal sucesso depende.

Os atores são as várias subpersonalidades, que desenvolvem funções específicas na vida familiar e social, recitando as partes de pai, de filho, de profissional etc. Elas entram na área da consciência, mas a maior parte atua nos vários níveis inconscientes: umas mais predominantemente no inconsciente inferior, outras no inconsciente médio, outras no supraconsciente. É importante ter em mente que as subpersonalidades não têm “residência” fixa, podendo subir ou descer no desenvolver das atividades.

A relação entre o autor e o diretor, ou seja, entre o Eu espiritual e o Eu consciente, pode ser bem variada. Infelizmente, é comum que o Eu consciente não compreenda, interprete mal ou tenha conflitos com o Eu espiritual. Em alguns casos, devido às experiências que vive,

o Eu consciente vai entrando em acordo com o Eu espiritual, coopera com Ele, o que é, mais que um modo de ver, algo bom para ele.

Na relação entre o diretor e os atores, ou entre o Eu consciente e as subpersonalidades, o sucesso da representação depende da autoridade, da vontade, da capacidade de dirigir e ensinar do diretor. Isso significa ser capaz de “desenvolver, treinar, harmonizar e fazer cooperar entre si as nossas várias subpersonalidades” (*idem*, p. 05). Assim como no teatro existem ensaios, na vida é possível realizar o treinamento imaginativo antes de cada situação a ser vivenciada. Os “ensaios” permitem que um indivíduo se prepare para as diferentes situações da vida. Este método pode ser usado tanto na educação familiar quanto na escolar.

Voltando à analogia do teatro com a vida, um dos seus aspectos mais importantes e iluminadores é a relação entre a personalidade dos atores como seres humanos autônomos (como homem e mulher) e os personagens, que aos poucos incorporam suas “máscaras” no sentido psicológico. Os graus de identificação que se observam são muito variados e as partes são vividas instintivamente (no sentido geral do termo), por impulso ou como resposta a um estímulo ou a um condicionamento externo. A maioria das pessoas se deixa dominar por suas “partes”, como se não tivessem uma vida autoconsciente além dessa. São, por exemplo, as mulheres que se identificam com seu papel de mãe e as pessoas que se identificam com seus cargos ou com aquilo que possuem. Mas identificar-se com apenas uma parte de si mesmo significa não desenvolver as demais. Quando, por várias razões, esse “papel” não pode mais ser exercido, surgem crises que podem levar ao adoecimento psíquico. É importante distribuir os interesses vitais, a atenção interna e as energias apropriadamente pelos vários aspectos que a vida tem a desenvolver e que podem ser escolhidos pela pessoa, encontrando compensações, utilizando as próprias habilidades e desenvolvendo atividades anteriormente deixadas de lado.

Viver genuinamente, de um modo superior, é o mesmo que dizer que o comportamento baseia-se em valores humanos éticos e espirituais, que as ações têm essa intenção, que tais valores encontram-se no objetivo, na sabedoria e na habilidade técnica com que se age. Para viver dessa maneira é necessário tomar consciência de quem se é verdadeiramente e dos elementos que compõem a personalidade, ou seja, conhecer a anatomia e a fisiologia psicológicas, conceito resumido no sempre atual “conhece-te a ti mesmo”. Isso é possível desidentificando-se dos vários conteúdos e funções da psique e das várias subpersonalidades e reconhecendo-se como pura identidade autoconsciente e permanente, pessoal e espiritual. A este estágio pode-se chamar de posição interna ou atitude do observador interno. Só depois dele é que as várias subpersonalidades se desenvolvem, são

treinadas, transformam-se e são dirigidas, o que diz respeito ao diretor. É a fase à qual correspondem as duas outras palavras de ordem da Psicossíntese: “possui a ti mesmo” e “transforma a ti mesmo”, objetivo que todas as técnicas psicossintéticas buscam.

O grau de identificação parcial durante a ação que pode ser considerado como bom varia com o tipo de ação e com o tipo psicológico de cada um e vai sendo adquirido com o tempo e com o “treino”, como fazem os atores em seus ensaios. A repetição de exercícios como o “agir como se” e o “treinamento imaginativo” auxilia muito, mas seu uso pressupõe uma clara e estável autoconsciência, a ação e uma vontade sólida e decidida, com a contínua “presença de si mesmo” como sujeito e, ao mesmo tempo, como observador e agente.

Tudo o que foi descrito até aqui pode ser feito já no nível do Eu pessoal, mas a maneira mais eficaz e segura é através do contato com o Eu espiritual. Da sua Realidade superior é possível atingir continuamente a luz e a força necessárias para resistir às forças internas e externas que tiram a atenção voltada para o melhor desenvolvimento possível das partes, para a grande representação humana.

XII Aula: Panorama do Viver Psicológico

Assagioli apresenta o programa de “um modo de viver psicológico” que aplica em situações cotidianas princípios, métodos e exercícios da Psicossíntese. A primeira e mais importante ação psicológica diária, da qual depende sua produtividade, é o despertar frequentemente gradual. Com um ato de vontade é possível acelerá-lo e torná-lo mais completo. É um duplo despertar: da consciência normal de vigília e da clara autoconsciência do eu, livre e independente de conteúdos psíquicos como sensações e emoções. Esse ato interno de desidentificação e autoidentificação pode ser facilitado pelo treinamento proposto na aula anterior. Ao despertar, em especial àqueles que têm um despertar difícil, é necessário fazer a limpeza do lixo inconsciente com um “banho psicoespiritual”. Associar atos físicos a ações psicológicas e espirituais torna-os manifestações externas delas que passam a ser lembretes. Assim, o banho matutino pode simbolizar aspectos de purificação e de renovação:

1. Purificação de detritos psíquicos, emotivos e mentais que emergem do inconsciente inferior à consciência e produzem depressão, estado de ofuscamento e dispersão, já que o inconsciente não tem controle nem restrições durante o sono, embora também se desenvolvam atividades psíquicas dos níveis médio e superior. Essas atividades podem manifestar-se na forma de diferentes tipos de sonhos, desde os que são dramatizações de estados fisiológicos,

recordações do dia anterior até os que são verdadeiras mensagens do supraconsciente, merecedores de interpretação e compreensão das mensagens que trazem; podem ser resultado da elaboração de atividades psicológicas anteriores, soluções de problemas, intuições iluminadas sobre questões pessoais às quais se deve prestar atenção.

2. Renovação, ou seja, retomar as atividades diárias percebendo que cada dia é novo, que é possível se livrar dos condicionamentos passados, começar como se nascesse àquela hora. Em termos psicológicos, é o despertar das energias latentes do inconsciente plástico, ainda não impressionado. Em seguida, fazer exercícios físicos leves produz reativação biopsíquica e podem se constituir em exercícios de vontade.

A música, além de eficaz e agradável, facilita o despertar, a renovação e o colocar-se em movimento. Palavras estimulantes são muito úteis se utilizadas um pouco antes de deitar ou ao levantar-se, assim como a meditação, que pode ser iniciada e facilitada com uma breve leitura de caráter psicoespiritual. Os Exercícios da Rosa, de desidentificação e identificação, também são excelentes métodos para conquistar uma clara autoconsciência, preparando o dia do alto, assumindo a postura do Observador interno e do Diretor de todas as atividades – exercício específico da vontade. A meditação e os exercícios citados baseiam-se no princípio geral de que toda ação eficaz e criativa se desenvolve de cima para baixo e do interno para o externo, ou seja, do ponto mais elevado que se possa alcançar internamente. Como toda atividade é preparada internamente, mesmo que inconscientemente, o pensamento e a imaginação podem ser usados de maneira consciente e deliberada.

Essa é uma preparação genérica, mas pode-se criar um programa específico, escolhendo as atividades que se quer desenvolver, usando o tempo disponível, por meio de um exercício de previsão imaginativa do dia, muito útil quando há atividades difíceis, que despertam preocupações ou temores. Assim, toda ocasião é oportuna para exercícios de psicossíntese e, com as adaptações necessárias, todo tipo de exercício pode ser aproveitado. Os relacionamentos interpessoais também são excelentes oportunidades de realizar exercícios psicológicos para evitar e atenuar conflitos ou para manter bons relacionamentos humanos. Os tipos noturnos podem fazer um balanço psicoespiritual do dia transcorrido, propondo correções e melhoramentos para o seguinte; limpar o consciente e o inconsciente, substituindo o acúmulo negativo por elementos positivos e preparar-se para uma boa noite usando os exercícios apresentados. Outra possibilidade é dar ordens ao inconsciente para que trabalhe a respeito de determinados problemas, resolvendo-os durante a noite.

Em suma, o que se propôs, ao mesmo tempo em que pede certa dose de psicossíntese pessoal, contribui para realizá-la e ampliá-la. Porém, para alguns, esse programa pode parecer insuficiente e insatisfatório, pois desejam algo que os ajude a compreender melhor o verdadeiro significado da vida e os estimule a realizar possibilidades latentes, como o desejo de participar de uma vida maior, dedicar-se a tarefas sociais e humanitárias que transcendam interesses pessoais. Em termos psicológicos isso pode ser expresso como a exploração e a conquista de um espaço interno ou de uma esfera de vida transcendente à consciência normal, uma esfera supraconsciente. É o mundo da Realidade e dos valores chamados genericamente de espirituais; esse vasto e luminoso mundo deve ser incluído em um programa de vida que satisfaça todas as exigências e possibilite todos os aspectos do ser humano. Nesse sentido, “devem ser considerados espirituais todos os valores superiores e todos os modos de aproximação, contato e união com a realidade transcendente e não apenas aqueles ‘religiosos’ em sentido estrito” (ASSAGIOLI, 1967f, p. 07). Há exercícios de Psicossíntese que favorecem a exploração de níveis mais amplos de consciência, de percepções supranormais, permitindo explorar mundos internos mais vastos, que variam de acordo com os aspectos e as qualidades do mundo superior que se tenta explorar e as vias que conduzem a eles.

As principais vias do Espírito ou de acesso ao Espírito são a Religiosa-devocional-mística – aspiração à unidade com o Ser Supremo (designado, geralmente, como Deus ou Realidade Universal); a Ético-regenerativa; a Estética – realização transpessoal por meio da beleza; a da Ação Social Humanitária; e a Heroica – independente e às vezes contrária à vontade, aos instintos de autopreservação e à necessidade de afirmação que são de caráter pessoal. Há também a Via Científica e Filosófica; a Intuitiva, Iluminativa; e a Ritualística. Tais vias são distintas e podem ser percorridas separadamente, mas não são separadas e podem ser unidas de acordo com a busca e a experiência de cada um. Embora possam parecer até opostas, verticalmente tendem a fundir-se em uma síntese, em uma experiência integral, convergindo para o Alto. Quem sente o chamado do Alto e o estímulo de sair da planície da vida comum, com seus antros obscuros, pode muito bem abrir caminho em seu dia à ascensão psicoespiritual, o que constitui o mais alto apogeu do viver psicológico.

AULAS DO ANO DE 1968

III Aula: Estágios da Vontade – Planejamento e Programação

Esta aula refere-se ao quinto estágio da vontade: o planejamento e a programação. Nas outras foram apresentados os estágios anteriores: propósito, deliberação, decisão e afirmação.

Em concepções deterministas da vida o homem é dominado por fatores hereditários, constitucionais, influências e pressões externas que criam dois tipos de comportamentos opostos: a condescendência passiva e o conformismo, sentidos como algo insatisfatório, e a rebelião destrutiva, sem a necessária oposição construtiva da reedificação, levando a sentimentos de isolamento, comportamentos antissociais e angústia, que pode chegar ao desespero e originar fugas no ativismo, na sexualidade, nas excitações de todo tipo. Tal estado de coisas exclui a vontade, a capacidade de programar conscientemente a própria vida. O estágio da programação pressupõe, necessariamente, os estágios anteriores. O pressuposto da ação volitiva é que a vida individual e geral tem um significado positivo. O homem está entrelaçado na vida interindividual e social e no fluir e no vir a ser total da vida universal: por isso cada objetivo individual deve estar em harmonia com o objetivo universal da vida.

O estágio do planejamento e programação da própria vida pode e deve ser realizado individual e socialmente. Em certo sentido isso é condição para os demais planejamentos, em especial o psicológico, a realização da psicossíntese individual, interpessoal e social, e precisa ser feito segundo leis gerais e técnicas adaptadas a cada tipo de planejamento. A norma mais importante é formular de modo claro e definido o fim a alcançar e mantê-lo sempre presente e operante durante todos os estágios da realização, frequentemente longos e complexos. Por existir a tendência tornar os meios fins em si mesmos, perdendo de vista o objetivo, é necessária uma vontade vigilante e enérgica, que os controle e use apenas os que servem ao fim proposto e na medida em que sirvam à meta. Essa norma é essencial para uma justa programação. Outra norma é fazer planos que requeiram capacidades, possibilidades e meios possíveis. Bons programas são atraentes, agradáveis, mas nem todo grande propósito é realizável. A terceira lei é estabelecer cooperações sempre que possível. Muitos planos e programas falham pelo desejo de realizá-los sozinho, ser o centro de toda organização, muitas vezes procurando fazer o que já está sendo feito com possibilidades de sucesso e meios bem maiores. A quarta norma é reconhecer, distinguir e articular, em sequência adequada, os vários estágios do planejamento: 1) planejamento; 2) programação; 3) elaboração de um projeto; 4) estruturação; 5) modelo; 6) projeto piloto.

O planejamento indica a formação do plano em suas linhas gerais. A programação representa a definição e o desenvolvimento do plano, principalmente nas suas primeiras fases de execução. Na programação ocorre a estruturação do plano que, no geral, tem o mérito de reconhecer e utilizar o aspecto sintético da realidade e das situações de todo tipo e considerar cada aspecto particular e parcial em função do conjunto ao qual pertence. Após um programa bem definido e estruturado, pode-se passar ao projeto concreto, com todos os seus dados práticos, iniciando por um projeto piloto, uma realização pequena que pode ser muito instrutiva, pois a experiência prática muitas vezes dá resultados diferentes dos previstos. Esses estágios indicam que há uma progressão e devem estar bem presentes, pois é necessária uma "visão trifocal": ver e ter presente o objetivo distante, os estágios intermediários (do ponto de partida ao de chegada) e a percepção imediata do próximo passo. Essa visão de conjunto pode ser aplicada a todo tipo de projeto, externo ou interno, com as devidas diferenças. Igualmente, se não mais importante, é considerar a duração de cada estágio, executá-lo no momento favorável e possível para cada fase e pelo tempo necessário. Outro ponto a considerar é a plasticidade do plano, ou seja, estar apto a modificá-lo e adaptá-lo na medida em que novos elementos forem envolvidos. Isso tudo requer reflexão e um senso de justas medidas e proporções, além de atenção contínua, vigilância, paciência e persistência (características da vontade), tornando evidente que o planejamento é parte integrante do ato volitivo eficaz.

Todas essas normas podem e devem ser aplicadas à psicossíntese individual, que consiste essencialmente na realização do modelo ideal de aperfeiçoamento interno, que tem dois estágios: o desenvolvimento equilibrado de todas as funções psíquicas e sua cooperação harmônica e a integração mútua em uma síntese coerente, dinâmica, criativa. Para fazê-lo é necessário verificar de forma realista e objetiva a própria realidade psíquica atual: constatar deficiências e conflitos, reconhecer qualidades, capacidades e potencialidades latentes a ativar. A tarefa seguinte é o plano de ação, discriminando e escolhendo as tarefas necessárias e mais urgentes, que são diferentes para cada aspecto, podendo até mesmo ser opostas: isso constitui a psicossíntese pessoal. Mas há a psicossíntese espiritual mais específica, assim chamada por Assagioli porque a psicossíntese pessoal é espiritual na medida em que o propósito e as intenções sejam bons. A psicossíntese espiritual realiza-se, sobretudo, 1) desenvolvendo o uso correto da intuição; 2) ampliando e elevando a consciência pelo uso da região supraconsciente e de suas energias; 3) tomando consciência do Eu espiritual; 4) realizando sempre mais o aspecto universal do Eu, da identidade essencial entre o Eu espiritual individual e o Eu espiritual universal.

Este programa geral deve ser adaptado à constituição e às condições específicas do indivíduo. Há vários caminhos para chegar à mesma meta, mas no geral pode-se dizer que a ascensão e a recepção são os dois métodos principais. Ao realizar o programa deve-se, além de aplicar as normas gerais do planejamento, estar particularmente atento às fases de elaboração e gestação, às quais se deve conceder o tempo necessário, sem interferir. As relações entre o modelo ideal interno e o externo, ou mais precisamente entre o plano de vida interno e o externo, leva à psicossíntese interpessoal devido às conexões que todos têm com outras pessoas e grupos, o que requer harmonização com planos que incluam outras pessoas. Trata-se de formular planos e programas específicos para desenvolver as diversas partes do si mesmo na vida conjunta familiar, conjugal e profissional e realizar as funções que elas requisitarem, de boa vontade e com afeto. Para realizar a psicossíntese interpessoal e social pode-se aplicar utilmente várias técnicas da psicossíntese individual e, inversamente, pode-se utilizar as relações interpessoais e de grupo, as atividades externas, como ocasiões e instrumentos de disciplina e de desenvolvimento interno, psicoespiritual. Finalmente, há um tipo mais elevado e mais amplo de planejamento: inserir o planejamento individual no Plano Universal, Cósmico. Se não é possível conhecê-lo em seu grandioso mistério, pode-se ao menos vislumbrar suas grandes linhas e, sobretudo, a direção evolutiva, que é o que importa. Aqui, o mais importante não é ver o ponto de chegada, mas colocar-se no caminho, o que requer sabedoria para inserir harmonicamente o plano individual no universal e manter-se firme, “(...) continuar sem desvio até a grande Meta” (ASSAGIOLI, 1968a, p. 11).

IV Aula: Para conseguir, saber querer: a direção da execução

O exame do último estágio da ação volitiva deixa claro um erro fundamental, cometido geralmente no uso da vontade, devido a uma concepção equivocada de sua natureza e de seu modo de agir. Não se trata de impor a vontade aos órgãos de ação: ao contrário, a tarefa da vontade é dirigir a execução, isto é, colocar em ação os meios necessários e oportunos para a obtenção dos fins propostos. A direção da execução pressupõe providenciar o necessário para que a mesma possa ocorrer. Em termos do desenvolvimento da psicossíntese pessoal, corresponde ao seu trabalho preparatório: desenvolver e tornar eficientes as sete funções psíquicas, inclusive a vontade, pois o Eu consciente pode e deve suscitar e desenvolver a própria vontade, usando para isso a quota de vontade que já possui; depois poderá usá-la para desenvolver as demais funções psíquicas. Parte-se então para a meta desejada, evitando obstáculos e tomando decisões coerentes e na direção correta. Isso

corresponde a colocar em ação as várias funções psíquicas e dirigir o seu funcionamento, que também passa, gradualmente, da plena atenção consciente à autorização sempre maior do inconsciente, sem a intervenção dirigida do Eu consciente. Há várias formas de a vontade poder dirigir a atividade de cada uma das funções. Fundamentalmente, trata-se de estabelecer justas relações e proporções entre fins e meios. Os meios, internos e psicológicos ou externos e práticos, são acolhidos, apreciados e usados os mais adequados e produtivos, sempre cuidando para que não se tornem fins. As maneiras como a vontade pode servir-se das funções psíquicas a fim de atingir os fins escolhidos são diferentes para cada função em relação às características específicas de cada uma delas.

Para que as percepções sensoriais tornem-se conscientes, devem estar ligadas entre si e ficar no campo da consciência o tempo necessário para serem assimiladas pelo Eu consciente. A vontade deve manter a consciência concentrada ao receber e assimilar as mensagens trazidas pelos sentidos, de um lado; e colocar à parte, decididamente e com o tempo necessário, todas as outras impressões sensoriais, emoções e atividades mentais que possam interferir, de outro. Por isso é necessário treinar a capacidade de observar por meio de exercícios. Embora mais complexos, emoções e sentimentos podem ser usados pela vontade como meios para atingir os seus objetivos. A diferença na forma de utilizar as energias emotivas refere-se a sua natureza e intensidade. Fundamentalmente trata-se de dirigi-las até a meta pré-estabelecida, o que muitas vezes requer a sua transmutação ou sublimação, ou seja, a vontade pode dirigi-las e empregá-las no futuro, na direção de metas úteis e superiores que tenham poder atrativo.

Pela transmutação e pela sublimação é possível utilizar os estreitos laços de ação e reação recíproca entre emoções e sentimentos, de um lado, e desejos e impulsos, do outro. Cada emoção ou sentimento penoso suscita o desejo e o impulso para eliminar suas causas; já os prazerosos impelem a favorecer tudo o que os produziu. Esta ação pode ser desenvolvida pela vontade para orientar, dirigir e transmutar os desejos e os impulsos. Isso tudo é válido se emoções, impulsos e desejos não forem excessivamente intensos e responderem, mais ou menos rápida e facilmente, à ação da vontade. Caso sua intensidade suscite uma resistência passiva ou uma rebelião violenta contra a direção que a vontade procura dar a eles, ela deve usar outros métodos; opor-se diretamente a impulsos, desejos e emoções frequentemente impede sua ação ou, se consegue fazê-lo com uma atitude de imposição, suscita conflitos que podem ter consequências danosas.

Para ter sucesso a vontade deve descarregar a tensão excessiva das energias emotivas e propulsoras, o que pode ser feito com várias técnicas de vazão (catarse), satisfação simbólica e, dentro de certos limites, saciedade real. Desse modo, pode eliminar a oposição ou reduzi-la a uma intensidade menor e as energias podem ser usadas no modo anteriormente indicado. Não existe um instrumento capaz de medir a intensidade das cargas emotivas e impulsivas, mas a introspecção e a observação das manifestações espontâneas pode dar conta, com alguma aproximação, daquela intensidade. Também é necessário conhecer a carga energética da vontade: uma vontade fraca tem dificuldade em orientar emoções de fraca ou media intensidades, enquanto uma vontade forte pode fazê-lo com sucesso. Essa a importância de considerar a relação energética, o que se aprende mediante a experiência consciente e atenta de exercícios e experimentos que usem métodos de direção, transmutação e sublimação. A imaginação também tem relações de ação e reação recíprocas com emoções e desejos, que suscitam imagens a eles correspondentes. A imaginação suscita emoções, desejos e impulsos. O poder das imagens é grande e se pode dizer que são uma ligação necessária entre a vontade e as demais funções psíquicas. A vontade pode, gradualmente e até certo ponto, tomar conta da imaginação; para isso são necessários treinamentos sistemáticos de visualização e a evocação de outras sensações pode ser muito útil a esse objetivo.

A vontade também pode utilizar a mente no dirigir da execução. Nos estágios anteriores, usou-a como órgão de pensamento, reflexão, previsão e programação; no estágio da direção da execução, a vontade pode e deve usar a mente quando há um problema a resolver, dirigindo a atenção da mente sobre o problema para que o examine, reflita a respeito e formule hipóteses sobre possíveis soluções, que depois serão testadas. Outra função da mente a ser dirigida pela vontade é a interpretação exata das intuições, o que leva às relações entre vontade e intuição. Parece evidente que a vontade não tenha nenhum poder direto sobre a função intuitiva, que escapa a toda ação volitiva. Porém, a vontade pode criar e manter desimpedido o canal de comunicação pelo qual descem as impressões intuitivas, freando ou inibindo, temporariamente, a atividade perturbadora das outras funções psíquicas, assim como favorecendo a intuição por meio de perguntas à esfera supraconsciente, sede da intuição. Tais perguntas devem ser feitas de um modo claro e preciso e as respostas podem até estar prontas, mas, mais frequentemente, vêm depois de um tempo e quando menos se espera.

Até aqui se apresentou como a vontade pode dirigir a execução das ações servindo-se de meios internos, as várias funções psíquicas. Mas há outro modo, importante e frequentemente necessário, de ela atuar: a colaboração com outras pessoas. Isso pode ser

desprazeroso, pois ocorrem diferentes problemas de acordo com o tipo caracterológico de quem dirige, dos tipos de colaboradores e, em menor medida, de acordo com a natureza das tarefas e dos programas a desenvolver. O “Eu que quer” deve ter muito presente o fim último e as várias partes do programa para ter clareza de que o emprego de outras pessoas é indispensável e previdente. Por isso a atitude correta de dirigentes para com seus colaboradores pede uma ampla preparação cultural e espiritual, que deve ser realizada com equilíbrio, serenidade, adaptação, uso do irracional e da intuição, meditação e, num sentido geral, espiritualidade – todos eles absolutamente típicos de um processo psicossintético. Esse tipo de processo pode corrigir excessos e frustrar os perigos do atual modo de viver, por meio do domínio e da direção dos enormes poderes adquiridos pelo homem no uso das energias da natureza, mediante um correspondente e adequado desenvolvimento dos seus poderes psíquicos e espirituais, e principalmente, da **vontade boa** - o que é necessário e urgente.

AULAS DO ANO DE 1969

III Aula: O Conflito entre as Gerações e a Psicossíntese da Idade

Sempre existiram oposições entre gerações, que podem ser de dois tipos: as tensões que se renovam entre adultos e jovens, pais e filhos, caracterizam-se pelo amplo e perene conflito entre autoridade e domínio de um lado e liberdade e independência de outro; e os conflitos que surgem quando há uma crise geral ou o declínio ou fim de uma determinada cultura ou civilização e o início de outra. Devido aos meios de comunicação, essas últimas adquiriram uma amplitude planetária e envolvem toda a humanidade. Há uma ânsia de renovação, refutando o passado, e os dois tipos de crise somam-se, o que explica sua intensidade e a violência com que se manifestam.

A solução construtiva da crise atual, que favorecerá a passagem para a nova Era, reside em atenuar o contraste entre jovens e adultos, buscando entendimento e colaboração, o que é difícil, mas não impossível. O primeiro passo é estabelecer um diálogo entre as duas gerações; facilita muito que os adultos iniciem desculpando-se com os jovens pelas deficiências criadas no mundo em que vivem. Essa postura inesperada facilita o próximo passo: sugerir a colaboração entre as duas gerações, buscando criar um mundo melhor, uma nova civilização e uma cultura adequada às novas exigências e ao benefício de todos. Para tanto é necessário ter boa vontade e compreensão recíproca, com os adultos reconhecendo, primeiramente e com convicção sincera, e não apenas como estratégia para convencer os

jovens, que a velha mentalidade não é mais válida, deve mudar e talvez até ser destruída. Mais que isso, adultos e jovens devem buscar cooperativamente e experimentar novas ideias, formas de vida e cultura para substituir as velhas. Os adultos devem ouvir o que os jovens propõem; muitas vezes esses não sabem o que fazer, mas aqueles devem resistir à forte e natural tentação de propor um método a seguir. As soluções devem ser buscadas conjuntamente.

O método pode ser resumido em estabelecer clara e precisamente os vários problemas e descobrir as diversas alternativas e as consequências de cada uma delas, examinar as possíveis soluções e fazer um projeto piloto. Isso pode ser aplicado a todos os problemas, em especial aos da escola e da educação em geral. É conveniente que isso seja feito em pequenos grupos mistos, tanto em idade quanto em competência técnica, e o resultado dos trabalhos deve ser partilhado entre os grupos. Nesse aspecto, os adultos têm a difícil tarefa de tornarem-se joviais entre os jovens, percebendo que se trata de iniciar um novo ciclo de vida, que deve ter um caráter jovial. Isso leva à Psicossíntese da Idade, que “consiste em manter em nós mesmos, vivos, conscientes e ativos, os melhores aspectos de cada idade ou estágio da existência, já transcorridos” (ASSAGIOLI, 1969a, p. 03). Diferentes idades não são inferiores ou superiores entre si: cada uma possui aspectos e manifestações que podem ser chamadas de harmônicas ou desarmônicas, criativas ou construtivas, passivas, estéreis ou destrutivas.

Para fazer uma psicossíntese da idade é necessário ter pelo menos uma noção dos ciclos da vida, apresentados resumidamente a seguir sem levar em conta diferenças constitucionais, caracterológicas e de ambiente familiar, social e cultural. Assim, a infância, além dos aspectos psicológicos positivos, tem os que são, frequentemente, negados e não apreciados. Uma observação objetiva dirá que suas qualidades positivas são simplicidade, confiança ingênua, afetividade espontânea e alegria; as negativas são impulsividade descontrolada, ausência de uma mente organizada, manha, inconstância, ciúme, tendências agressivas e certas formas de crueldade que, em grande parte, são inconscientes.

Na fase pré-púbere surgem as primeiras rebeldias contra a autoridade de pais e educadores; são, frequentemente, combativos e agressivos entre si devido à necessidade de afirmação e de descarregar sua exuberante energia natural. Em condições favoráveis e habilmente guiados, manifestam suas qualidades positivas: a coragem, o espírito de aventura, o sentido de camaradagem e cooperação. Na adolescência, especialmente, há um misto de elementos positivos e negativos: tomada de consciência de si, idealismo, aspirações religiosas, ímpetos humanitários, autoafirmação com comportamentos polêmicos, frequentemente

exagerados, incompreensão, acentuada presunção ou sentimento de inferioridade, incerteza, evasão da realidade, ambivalência. Nos jovens a personalidade está se formando e se consolidando e as ambivalências se atenuam. Os aspectos superiores da idade são coragem, entusiasmo, espírito empreendedor, dedicação a uma causa, o amor em suas várias formas, espírito de grupo, camaradagem. Os inferiores são exagero, mau uso de aspectos superiores como passionalidade, impulsividade, violência, rebeliões excessivas e sem motivo, extremismo, intolerância, intransigência, fanatismo.

As características positivas do adulto são experiência de vida, senso de equilíbrio, juízo menos apaixonado, organização da própria vida e senso de responsabilidade ao enfrentar e resolver as próprias tarefas e nas relações com os demais. Os negativos são o exagero dos positivos ou sua má aplicação: mentalidade burguesa, supervalorização do dinheiro, da posição social, abandono dos ideais juvenis que pedem renúncias e sacrifícios, conformismo, tendência à vida sossegada e à estabilidade às custas do desenvolvimento individual e social.

No período da idade adulta à velhice há, sobretudo, a crise da aposentadoria; muitos desejam aposentar-se, mas decepcionam-se quando acontece. Tornam-se desorientados sem o prestígio ou a satisfação que o cargo ou função social propiciava. O ócio pode gerar depressão e outros distúrbios neuropsíquicos, cujo remédio são novos interesses e atividades. Fica mais fácil se a crise foi prevista e os “remédios” previamente iniciados. Algumas mulheres podem ter uma crise paralela na falta da função de mãe e mulher. Mas há na idade madura uma crise mais profunda que investe toda personalidade e pode ser chamada de existencial, produzida pela recusa em envelhecer, em aceitar as limitações e renúncias requeridas pela idade.

Na velhice as características negativas são evidentes e há supervalorização das limitações e dos distúrbios físicos, restrição dos interesses, apego ao passado. Os aspectos elevados da idade são a renúncia a atividades e tendências anteriores, sentida como liberação, o atenuar ou o desaparecer de conflitos, tempo e oportunidade para outros e superiores modos de vida, o aquietar da paixão e das emoções, permitindo uma visão mais ampla e iluminada, experiência transformada em sabedoria; atividades em menor quantidade podem adquirir qualidades superiores.

A solução possível e satisfatória baseia-se na relativa independência entre as idades biológica, psicológica e espiritual. Pode-se permanecer psicologicamente criança ou adolescente a vida toda. É possível desprender-se da idade biológica e de sua curva descendente assumindo uma tangente horizontal e, melhor ainda, ascendente, o que significa

conhecer e utilizar as qualidades da idade seguinte. Cria-se assim harmonia, fonte de tranquila, profunda e estável alegria. Os que têm consciência do Eu espiritual podem desidentificar-se da idade biológica e psicológica, vivendo-as como tarefas a assumir e desenvolver, mas permanecendo internamente livres, o que lhes permite desenvolvê-las melhor. Mas antes é necessário superar a crise da morte, que pode surgir em qualquer idade. Diante da ideia da morte muitos sentem medo, angústia, revolta, o que depende do apego à vida física, da identificação completa da personalidade a seus laços, atividades e funções, mas, sobretudo, do medo do desconhecido, de um pressuposto aniquilamento.

Há os que reagem diferente por terem uma fé religiosa saudável, não formal, mas vivida. Aqueles sem fé religiosa, mas com fé na vida, e que não temem o desconhecido, aceitam tranquilamente. Essa superação consegue-se com a liberação do fluxo do tempo, quando se “teve a experiência interna do Eu espiritual, daquilo que constitui a íntima essência, a suprema Realidade. O Eu espiritual está ‘fora’, além do tempo; existe e vive na dimensão do Eterno” (*idem*, p. 07). A psicossíntese da idade favorece esse estado de espírito mediante várias técnicas e é possível abrir-se a isso também, por meio do contato com os mais jovens, despertando a própria criança ou adolescente interno, com suas características latentes internamente. Quem desejar e souber realizar a psicossíntese da idade em alguma medida não apenas realizará a verdadeira integração, mas irá cooperar com as demais psicossínteses individuais e sociais, tornando-se a aspiração de reunião entre indivíduos e grupos de diferentes idades, podendo ser instrutor, conselheiro amoroso e desinteressado.

A psicossíntese da idade também beneficia jovens que possuam ou desejem possuir características de idades seguintes; para tanto, podem usar o modelo ideal, o convívio com quem já possui as qualidades que desejam desenvolver, ler biografias etc. Combinam, assim, sua juventude com a sabedoria de alguém mais velho. Conhecer as qualidades e as melhores atitudes das várias idades, reconhecer a possibilidade e a eficácia da própria psicossíntese por todas as faixas etárias e pessoas facilita os relacionamentos e o diálogo entre as gerações e grupos, e a compreensão e a admiração recíprocas. Assim, a humanidade poderá dirigir-se à meta luminosa de uma nova Era, livre dos condicionamentos do passado, podendo exercer suas mais altas potencialidades.

VII Aula: A Educação Sexual⁷

Há uma diferença entre educação sexual e instrução sobre fatos biológicos do instinto sexual. Conhecer os órgãos sexuais e seu funcionamento é fundamental e deveria ser ensinado pelos pais, mas como nem sempre eles estão preparados ou dispostos a fazê-lo, a escola fica com esta responsabilidade. A informação sobre as funções sexuais deve ser dada de maneira objetiva e científica, como algo natural que é, eliminando o sentido de “coisa proibida”. A diferença entre instrução e educação mostra-se evidente também de um ponto de vista realista: o instinto sexual é uma função animal, pois o corpo humano é um corpo animal; assim, a sexualidade física, por si mesma, é pré-moral, nem moral nem amoral. Mas, mesmo o homem tendo um corpo animal, ele é mais que isso: é pelo menos um ser psicológico, com emoções, pensamentos, um senso moral mais ou menos desenvolvido, gerando uma intensa e contínua ação recíproca entre corpo e psique. O amor humano não é apenas sexualidade: há formas de amor sem nenhum componente sexual. Isso leva a inumeráveis conflitos e até a doenças, como demonstra a Medicina Psicossomática. Logo, é um erro fundamental reduzir todo amor à sexualidade, havendo inúmeras confirmações clínicas da frequente e decisiva importância dos fatores psicológicos sobre o funcionamento do instinto sexual, gerando problemas que se beneficiam muito da psicoterapia.

As causas da supervalorização, quase obsessiva, da sexualidade são: 1) a reação a velhas concepções que relacionam sexualidade a algo pecaminoso gera repressão, sentimento de culpa, supressão do instinto sexual ou satisfação dissimulada; 2) o materialismo leva à supervalorização dos bens materiais e dos prazeres físicos; 3) o hábil, intenso e cínico desfrutar comercial da sexualidade, cujos produtos justificam-se sob a afirmação hipócrita de liberdade artística (filmes, revistas etc.), produz verdadeiros venenos psíquicos. A exagerada importância da sexualidade não depende apenas do impulso natural do instinto e das causas acima indicadas, mas é intensificada por elementos e impulsos de natureza diferente, como considerar a atividade sexual demonstração de poder, virilidade, autodomínio, vaidade. Outros motivos associam-se ao instinto e intensificam o impulso à união sexual: necessidade de sair da solidão e da angústia por ela produzida; esperança de a união física facilitar a união psicológica, o que não é possível em todos os casos e pode levar a reações negativas; necessidade ou desejo de afeto, geralmente fruto de carência afetiva nos primeiros anos de vida, especialmente por parte da mãe, que pode chegar a ser insaciável; impulso a dar afeto, forte nos dotados de muito sentimento, com senso altruísta e animados por um amor oblativo.

⁷ Comunicado desenvolvido no **Encontro de Psicossíntese** (Roma, 1968).

Esses motivadores associados ao instinto sexual físico mostram as várias e complexas ações e reações entre sexualidade e vida psicológica. Portanto, uma verdadeira educação sexual deve levar em máxima consideração este complicado jogo de energias biopsíquicas, esclarecendo justamente os problemas que dele derivam e indicando os métodos que podem auxiliar a resolvê-los. Isso requer um estudo científico da natureza e das várias formas de expressão do amor. Seu significado mais autêntico é a relação entre o que há de mais real entre dois seres que se amam. O objeto do amor de alguém deve ser considerado um sujeito igual a ele e reconhecido como tal. A complexa natureza humana e a diversidade de “sujeitos” com quem se pode relacionar levam o amor a assumir características e expressões variadas, mescladas com outros impulsos, desejos e sentimentos com os quais pode ser confundido.

A questão é constatar quanto e de que maneira a sexualidade conecta-se com as várias formas e expressões do amor. A Psicanálise tende a derivar todo gênero de amor da sexualidade, implicando uma concepção tão ampla da mesma que a faz perder seu significado preciso e real. Ao mesmo tempo, no campo das manifestações físicas, deve-se reconhecer a diferença entre a sexualidade genital e as várias formas de sensualidade e reconhecer que em muitos tipos de amor misturam-se elementos sexuais e que estes podem ter repercussões físicas de caráter sexual. Tudo isto requer um estudo científico da natureza do amor, das várias formas que assume e de suas diversas expressões.

Há vários tipos de amor. O **amor voltado a si mesmo**, que o conceito de subpersonalidades mostra não ser necessariamente sinal de egoísmo e de narcisismo, depende de quem se ama em si mesmo e de como se ama. É egoísmo quando se ama a personalidade egocêntrica e separativa, mas quando se ama o que há de superior e melhor em si, o que se é “em espírito e verdade”, com suas admiráveis possibilidades de desenvolvimento e de amor aos outros, então é um impulso ao viver dignamente e amar-se não é obstáculo, mas condição de amar da mesma maneira aos demais. O **amor materno**, que observado objetivamente e sem os preconceitos psicanalíticos, revela uma contradição, também compreensível pela multiplicidade psíquica. O verdadeiro amor materno é, antes de tudo, oblativo. As mães que não compreendem o crescimento dos filhos sentem um amor possessivo, como se a independência deles fosse ingratidão. O **amor paterno**, juntamente com a genuína dedicação ao crescimento e ao desenvolvimento dos filhos, pode apresentar um desejo de autoridade e obediência, e às vezes, de que o filho seja sua imagem e semelhança. O **amor por uma pessoa de outro sexo** é o desejo de fundir-se em todos os níveis com alguém do sexo oposto: há um misto de atração física, mental e espiritual em diferentes proporções, explicando a

dificuldade em compreenderem-se e unirem-se num todo harmônico. É importante que a escolha do parceiro leve em conta o entrosamento intelectual e a comunhão espiritual. As diferentes maneiras de ver o mundo e compreender as coisas pode levar ambos a uma visão mais ampla e sintética. O **amor espiritual** pressupõe a comunhão de Seres superiores e é o maior e mais feliz aspecto do amor entre dois seres humanos. O **amor fraterno**, altruísta, humanitário surge da riqueza que irradia sempre mais amplamente, incluindo e transcendendo os outros tipos de amor. É suscitado e intensificado pela compaixão pela dor humana e pela substancial identidade com os “irmãos em humanidade”. O **amor por um ideal** pode induzir a dedicação e sacrifícios muito nobres, mas também a fanatismos e ideias fixas. O **amor a Deus**, ou sentimento religioso, de devoção, adoração ao Ser Supremo, inato no coração humano, é encontrado em todos os tempos, de diversas formas, originando diversas doutrinas de acordo com os tipos psicológicos e suas condições históricas e sociais. Nos místicos tem seu maior florescimento e chega à vivência da união do amor com Deus. Muitas vezes é considerado fruto da substituição ou da sublimação da sexualidade, ou como algo anormal. O **amor espiritual** é autêntico em um nível diferente daquele do instinto sexual: ele pode ser intensificado, mas não criado, por elementos afetivos ou sexuais sublimados e seu fogo pode ressoar e estimular os níveis afetivo e físico. São ações e reações recíprocas de elementos originária e substancialmente diferentes.

Há formas patológicas de amor e de sexualidade que são colocados em evidência e devem ser estudados e conhecidos objetiva e cientificamente, como há também a deformação do amor: a admiração cega por ídolos. Portanto, amar bem não é apenas sentimento e afetividade: requer disciplina, autodomínio, paciência e persistência, qualidades que necessitam do uso da vontade e que são a sua manifestação. Porém, o aprendizado da arte de amar bem nem sempre é valorizado. Para aprender e aplicar essa arte são necessários conhecimentos específicos, biológicos, psicológicos e espirituais. Os principais são: 1) conhecer as leis que regulam a ação recíproca das várias energias biológicas e psicológicas e os métodos para sua transformação; 2) conhecer a psicologia diferencial dos sexos e a tipologia individual; 3) conhecer os problemas específicos das relações com alguém do outro sexo e os métodos para favorecer não só a harmonia, mas também o desenvolvimento psicoespiritual de ambos e a psicossíntese do casal (sua integração), o que pressupõe a psicossíntese pessoal. Esta que pode ser chamada de educação à maturidade deve ser iniciada no final dos primeiros anos, e dessa educação integral, psicossintética, a educação sexual é parte importante, compreendida amplamente como a educação ao amor em todos os seus

aspectos. Por isso é fundamental que também os educadores possam ser preparados para a tarefa de educar crianças e jovens na arte de amar.

VIII Aula: Supraconsciente e Criação Artística

Há várias manifestações inconscientes de valor qualitativo superior ao da consciência normal que mesmo querendo ela não consegue produzir, pois vêm de um nível psíquico superior ao comum, do supraconsciente. Casos de crianças prodígio, a autonomia, a imprevisibilidade e a forma imperativa da criatividade nos adultos constituem a passagem de elementos psíquicos do supraconsciente ao consciente e caracterizam a inspiração, que pode surgir também durante o sono ou ao despertar, referindo-se às artes e à solução de trabalhos científicos.

Criação e inspiração são diferentes. Na criação há a fecundação psicológica por um estímulo externo (fecundante), que atinge vivamente a imaginação, suscita emoções, sentimentos intensos e coloca em movimento a atividade criativa do supraconsciente. Podem ser estímulos externos múltiplos, menos intensos, que agem diretamente sobre o supraconsciente para não serem percebidos pela consciência. O estímulo também pode ser interno, construído por tendências, impulsos, sentimentos, questões que se agitam na mente e que, não podendo encontrar satisfação na vida, exprimem-se numa criação da fantasia, introduzindo nela a sua força propulsiva. Tratam-se da transformação e da sublimação artística de sentimentos pessoais. Há ainda os estímulos de natureza superior: uma intuição vívida da Realidade superior, um lampejo de iluminação espiritual, frequentes em épocas espirituais, em que a arte tinha um caráter religioso.

Quando o estímulo iniciador da produção supraconsciente é interno pode-se falar em autofecundação, pois há uma relação criativa entre os diversos elementos da mesma psique. Mas existem estímulos provenientes dos influxos psíquicos que agem telepaticamente sobre mentes sensíveis e receptivas. Tal hipótese pode ser validada pelos casos de invenções contemporâneas, manifestações simultâneas sem comunicação externa, que podem ser chamadas de manifestações do inconsciente coletivo. Em seguida há o período de elaboração interna. Ela pode se desenvolver facilmente, mas frequentemente é cansativa, incômoda e de duração variável. Pode ser percebida como desconforto, inquietude, florescimento, aridez e incapacidade de produzir. Esta última pode ser interpretada erroneamente como dificuldade

produtiva, mas é possível cooperar consciente e voluntariamente com o processo, sendo que o tipo de colaboração dependerá do tipo psicológico e da estrutura de personalidade.

O irromper na consciência é o momento da inspiração propriamente dita e da produção externa. Também pode ser fácil e espontâneo ou difícil e doloroso, requerendo ajuda. O produto artístico e a invenção podem ter vida independente e nascer prontos, com mínima ou nenhuma participação consciente, ou necessitar de cuidados posteriores para desenvolver-se. As proporções e o relacionamento mútuo entre criação espontânea e atividade consciente podem ser um desdobramento consciente e quase alucinatório, como se a “criatura falasse com seu criador”, como num sonho. É a manifestação das subpersonalidades existentes em todas as pessoas e são elas que explicam as diferentes reações que os autores e inventores desenvolvem, às vezes de maneira excêntrica, com suas obras: desinteresse, vivo interesse após um bom tempo da criação manifesta e incompreensão da própria obra, entre outros. A habilidade técnica de algumas pessoas sem conhecimento anterior de desenho em específico pode ser explicada pela hipótese de a imagem interna ser tão vívida no artista, em cada detalhe, que ele acaba por criar a coordenação neuromuscular necessária para fazer o desenho.

AULAS DO ANO DE 1970

V Aula: Uma Técnica da Psicossíntese – O Bom Humor

O bom humor, estado de ânimo que pode ser exercitado e desenvolvido, relaciona-se à vontade e com as outras condições e atividades psíquicas, em especial as emoções e os sentimentos. Pode-se dizer que com uma ação eficaz sobre todas as funções psíquicas, com as técnicas psicológicas adequadas, colocadas em ação por uma vontade iluminada e hábil, é possível mudar o estado de ânimo. Vale lembrar que é possível ter humor sem bom humor e vice-versa, já que o humor pode ser mordaz. Já o bom humor é um irmão menor da alegria. Cultivá-lo pode ser conquistado com técnicas que eliminem os obstáculos à sua expressão ou que promovam a sua evocação direta. O maior obstáculo é a irritação e a forma mais direta de descarregá-la são atividades inócuas, como rasgar jornais e escrever cartas de recriminação a quem a provocou sem enviá-las. São satisfações simbólicas que eliminam temporariamente a irritação, mas não eliminam suas raízes.

Após a descarga podem ser utilizados métodos superiores dirigidos. Primeiramente, um exame crítico sobre os efeitos nocivos da ira sobre si mesmo, o importar-se com a opinião alheia e a autocomiseração, que leva à inveja, ao ressentimento, ao impulso à vingança. Esta

pode ser combatida pensando-se em quantos seres humanos existem em situação de sofrimento maior que a própria. A impaciência também é um obstáculo ao bom humor e pode ser superada com técnicas psicológicas para desenvolver a paciência, assim como a preocupação, cuja superação necessita que se coloquem as coisas em perspectiva e se descubra o que merece seriedade para ser enfrentado.

O método geral para desenvolver o bom humor é cultivar estados de ânimo e sentimentos opostos àqueles que impedem a sua expressão direta. Da mesma maneira que com as demais qualidades, é preciso abrir-se aos influxos que irradiam as qualidades desejadas, os raios psíquicos e espirituais benéficos: músicas, livros, a técnica das palavras evocativas etc. Mas o método mais profundo para neutralizar a revolta e a autocomiseração é a aceitação, diferente da resignação: trata-se de começar a aceitar uma situação depois de ter feito o possível para modificá-la. Outra técnica muito útil é a do “agir como se” sentisse o estado de ânimo desejado: isso ajuda a desidentificar-se do estado indesejado e a atenuá-lo, pois quebra o círculo vicioso psicológico disparado pelo ânimo negativo e facilita identificar-se com subpersonalidades com estados de ânimo diferentes. Outra forma de cultivar um bom humor sereno é reconhecer a relatividade dos acontecimentos.

Na psicoterapia o bom humor possui ampla aplicação, pois grande parte dos distúrbios psíquicos e psicossomáticos tem como causas irritação, ressentimento, exigências, depressão e impetuosidade, ficando óbvio que eliminando esses estados de ânimo com bom humor os distúrbios se curam. Nas relações interpessoais o bom humor “é um lubrificante da engrenagem da vida interindividual, sobretudo nos relacionamentos íntimos da família” (ASSAGIOLI, 1970a, p. 07). Na Educação, ensinar com bom humor favorece a cooperação do inconsciente para registrar, conservar e deixar à disposição as noções aprendidas.

Outro método importante é o de cultivar o senso das proporções, que permite relativizar a importância de si e de tudo, embora seja justo reconhecer o valor de cada ser humano e de suas atividades, por mais humildes que sejam, pois isso estimula o fazer de boa vontade e com bom humor qualquer coisa, seja cansativa ou insignificante, compreendendo-as como tão necessárias quanto as maiores ações. A ideia da importância de todas as ações expressa o reconhecimento consciente de que todos são partículas da grande Vida, “participamos do desenvolvimento do Plano Cósmico, somos colaboradores de Deus.” (*idem*, p. 09). Isso permite aceitar cada situação e desenvolver cada tarefa voluntariamente, com alegria e constante bom humor.

X Aula: Alpinismo Psicológico

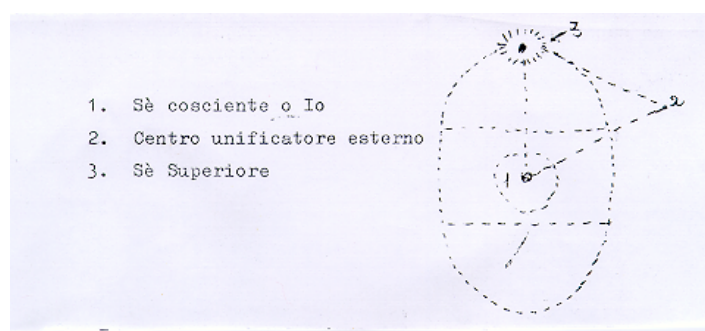
O termo “alpinismo psicológico” refere-se à exploração e à conquista do supraconsciente, tema cuja importância já foi mencionada em aula anterior. Os modos de exploração descendente e ascendente do supraconsciente também já foram mencionados, assim como o termo “telepatia vertical”, mais esclarecido: uma vez que entre o Eu consciente e o Eu espiritual há uma notável distância psicológica, quando há irrupções de conteúdos supraconscientes na consciência pode-se considerar tal fato uma telepatia.

A exploração ascendente do supraconsciente se dá quando o Eu consciente juntamente com toda a área da consciência eleva-se para níveis mais altos, até regiões normalmente ignoradas por estarem acima do nível comum da consciência. Assim, a área da consciência passa a incluir o conteúdo do supraconsciente e aproxima-se mais do Eu espiritual. A isto se dá o nome de alpinismo psicológico, que indica uma analogia substancial e uma estreita relação simbólica. A analogia refere-se aos motivos físicos e internos que podem incitar à ascensão: o impulso em deixar os níveis habituais da vida psíquica pode consistir em uma busca e em uma afirmação de superioridade, no desejo de desenvolver faculdades para dominar os outros; é uma razão egoísta que às vezes se esconde sob expressões pseudoespirituais. O motivo também pode ser fugir da vida comum, de uma realidade sentida como insatisfatória de várias maneiras, o que tem sido reação frequente às constrições e prosaísmo da vida moderna. Há ainda, o fascínio pelo desconhecido, pelo misterioso, que impele à exploração e à conquista do novo, assim como a atração pela aventura e pelo risco por si mesmo, sem preocupação com os resultados. O fascínio por aquilo que é verdadeiramente superior, que tem um valor genuinamente espiritual maior, é outro motivador à ascensão ao supraconsciente.

Todos os motivadores até aqui expostos também se aplicam aos alpinistas, o que permite a analogia com a subida de uma montanha, ao fascínio por alcançar seu topo. Por isso, em ambos os casos, é necessária a devida preparação para a subida, com a psicossíntese pessoal adequada, o domínio e o uso das energias e das funções psíquicas normais, antes de desenvolver as superiores e explorar o supraconsciente, pois se isso não é feito podem se produzir desequilíbrios psíquicos graves. É fundamental conhecer relatos e experiências de pessoas que já atingiram os níveis superiores de consciência, como os Instrutores espirituais. A partir dessa dupla preparação, pode-se iniciar a subida em várias etapas e com paradas. A

Divina Comédia de Dante Alighieri, do ponto de vista psicossintético e anagógico, pode dar indicações úteis e sempre atuais a respeito de obstáculos e dificuldades a serem superados. A **Saída ao Monte Carmelo**, de São João da Cruz, obra de caráter místico e ascético, também traz preciosos conhecimentos psicológicos e instruções que podem ser muito instrutivos.

O método de ascensão interna, mediante o imaginar a subida de uma montanha, também já foi usado por outros autores. A importância do símbolo como espelho e via de comunicação da realidade espiritual é observado no esquema seguinte:



O número 2 do esquema representa um centro externo que pode funcionar como espelho do Eu espiritual (número 3). Às vezes, é mais fácil perceber um reflexo Dele em um centro externo do que durante a ascensão. O terapeuta pode ser ele mesmo este espelho, como modelo ideal e como um símbolo. Vários símbolos de ascensão, anagógicos inclusive, podem ser utilizados. **A Divina Comédia** pode ser considerada o poema da Psicossíntese, pois descreve três grandes estágios: a descida ao Inferno, comparável à descida ao abismo do inconsciente inferior (fase psicanalítica); a saída do Purgatório, representando a ascensão interna; e, finalmente, o Paraíso, estágio da mais alta realização espiritual. Outro grupo de símbolos, descrito na versão inglesa do livro **Psicossíntese**, refere-se à lenda do Graal. Todos eles têm eficácia terapêutica e conquistam as alturas luminosas do supraconsciente.

De acordo com os vários temperamentos e tipos psicológicos, há várias vias internas para alcançar o pico do supraconsciente e entrar em contato com o Eu espiritual, como a mística, a amorosa, a estética e a meditativa. A fase da preparação consiste em recolher-se, concentrar-se da periferia ao centro, desidentificar-se dos conteúdos comuns do campo da consciência, oriundos dos vários níveis do inconsciente e do mundo externo, voltar-se para si. Fazer silêncio, mais interno que externo, silenciar as subpersonalidades no inconsciente, é necessário. Em seguida, medita-se verdadeiramente sobre um tema específico (uma palavra,

frase, imagem ou símbolo), iniciando pela reflexão intelectual, e perceber conscientemente a qualidade, o significado, a função e o valor daquilo sobre o que se medita, como se vivesse e agisse em si, momento profundo e vital. A contemplação, estágio mais alto da meditação, é difícil de descrever em palavras. Pode-se dizer que é um estado de identificação tão íntima com o que se contempla que se perde a consciência de dualidade; há a fusão entre sujeito e objeto em uma unidade vivente. Quando não há nenhum tema a contemplação é um estado de perfeita calma, silêncio interno, um fundar-se na pura consciência de ser. Chega-se então, plenamente consciente, à esfera supraconsciente. Nesse estágio pode ocorrer a experiência das várias qualidades e atividades psicoespirituais que se desenvolvem no supraconsciente, de maneira vívida, intensa e dinâmica, mais real que as experiências internas e externas comuns. As principais características dessas experiências são a iluminação, geral ou sobre problemas e situações que passam a ser compreendidos, e as sensações de paz completa e independente de qualquer fator externo ou interno, beleza e harmonia, alegria, grandeza, vastidão, universalidade e eterno; todas essas qualidades interpenetram-se.

Uma experiência assim tão superior não pode ser permanente, mas ao terminar gera efeitos e mudanças profundas na personalidade comum: favorece uma gradual estabilização do centro de consciência pessoal e da área da consciência normal a níveis um pouco mais elevados, podendo chegar a encontrar-se quase sobre a linha de distinção entre inconsciente médio e supraconsciente, fazendo com que a consciência de vigília permaneça sempre iluminada em alguma medida. Isso facilita e torna mais frequente a descida de intuições e inspirações. Chegar ao cume é unir o centro de consciência pessoal com o Eu espiritual. Tais experiências podem, ainda, levar à ação inspirada, um potente impulso a exprimir, irradiar, participar aos demais as descobertas e as conquistas maravilhosas, a colaborar com todas as pessoas de boa vontade e com os que tiveram experiências similares, a dissipar as trevas da ignorância que envolve a humanidade e a eliminar os conflitos que a dilaceram, preparando o advento de uma nova civilização de homens felizes e concordantes que atuem as maravilhosas potencialidades latentes de que são dotados.

AULA DO ANO DE 1971

I Aula: A Psicologia e a Existência Humana

Nesta aula são abordadas várias questões, iniciando-se pelo sentido com que a palavra “existencial” é usada em Psicossíntese, ou seja, como o enfrentamento das mais diversas

situações a que se é levado por ser no mundo, de maneira independente e em relação com os demais. Isso leva a tomadas de posição, que são atos de vontade. A situação existencial refere-se a situações reais, vividas e experimentadas, mas a angústia existencial depende de situações internas e tem relação com uma crise interna, sendo totalmente independente de qualquer situação externa. No geral, precede a tomada de consciência e o contato com uma esfera de Realidade superior, o que gera novo significado e valor à vida. O despertar da alma, se compreendido pela Psicologia, pode ajudar quem passa por este tipo de crise a enfrentar e resolver seus problemas existenciais. Mas a Psicologia dinâmica não oferece esse tipo de ajuda, estudando o comportamento externo do homem como se as suas sensações, memórias e sentimentos fossem atividades por si mesmas, e não referentes a um sujeito vivente.

Para Assagioli, ao estudar o ser humano, a Psicologia Humanista busca compreendê-lo em todos os seus aspectos, necessidades, comportamentos e reações diante da vida, aspirações e metas: assim, pode ser entendida como uma Psicologia existencialista em um sentido amplo. Estudos científicos sem preconceitos sobre fenômenos e problemas parapsicológicos que buscassem compreender a existência de poderes latentes e possibilidades humanas não utilizadas, como faz a Psicologia Humanista, seriam valiosos. Assagioli cita vários autores por seus estudos na área, como W. James, E. Fromm, Rollo May e V. Frankl. Relembra a proposta de Maslow sobre a necessidade de se almejar mais que a normalidade, sendo a angústia existencial, muitas vezes, fruto da busca por níveis superiores daquela. A partir disso, faz colocações sobre o movimento transpessoal em Psicologia e seu surgimento e objetivos de estudo, além de referências sobre o desenvolvimento da Psicossíntese e sua relação com o Humanismo e com a Psicologia Transpessoal no que se refere a conceitos, concepção de homem, de vida, de realidade transcendente e de psique, bem como às resistências da Ciência tradicional em relação a alguns deles.

AULAS DO ANO DE 1972

I AULA: Expansão da Consciência - Conquista e Exploração dos Mundos Internos

A preocupação com a insatisfação humana, que não encontra solução na vida ordinária, levando as pessoas a buscarem algo que lhes dê a sensação de satisfação, volta a ser tema nesta aula. Essa busca pode manifestar-se por um crescente conhecimento do mundo externo, procurando dominar as forças da natureza, ou por meio da expansão da consciência,

levando a um crescente conhecimento dos mundos internos e a pesquisas sobre as energias psicológicas e suas leis, usos e abusos. A ampliação da consciência pode se dar em três direções, como o exposto em aulas anteriores: para baixo, horizontalmente e para o alto. As duas primeiras direções de expansão da consciência estão bem descritas na aula presente.

Para baixo tende-se a explorar o inconsciente inferior ou a deixá-lo aflorar no campo da consciência, tarefa da Psicologia do profundo, particularmente da Psicanálise, o que pode ser uma prática terapêutica e educacional útil. Há um fascínio pelo horror, exercitado pelos aspectos primitivos e instintivos da natureza humana, revelado no interesse e na difusão de obras que apresentam argumentos de violência e estados mórbidos. O interesse voltado para baixo alimenta e cultiva esses gostos com apresentações sempre piores. Horizontalmente ocorrem a participação e identificação com outros seres, com a natureza e as coisas; essa direção revela a tendência em esquivar-se à própria autoconsciência pessoal e a mergulhar na consciência coletiva, lembrando que esta precede a autoconsciência individual, sendo encontrada em primitivos, em bebês e, em menor grau, nos vários grupos humanos com os quais o indivíduo se identifica. Os melhores aspectos dessa ampliação incluem a identificação com a natureza em seus vários aspectos e com a vida cósmica em geral e o sentido de participar da vida e do vir a ser universal. A terceira direção, para o alto ou para os níveis do supraconsciente (níveis transpessoais), foi citada em aulas anteriores, valendo lembrar que, com certos exercícios, principalmente o de desidentificação, consegue-se eliminar os conteúdos do nível médio da personalidade e o Eu consciente tende a subir de volta a sua origem, o Eu espiritual.

As diferenças entre as três direções da expansão da consciência frequentemente não são reconhecidas, havendo muita confusão a respeito. Esta aula aborda, mais especificamente, a direção para o alto, a relação com os níveis transpessoais, com o supraconsciente e, principalmente, o modo receptivo – a descida que às vezes é uma verdadeira irrupção dos conteúdos supraconscientes ao nível onde, normalmente, se encontra o Eu consciente. Essa descida pode ser espontânea ou provocada. O tipo mais conhecido de maneira espontânea é a inspiração, tema já abordado (VIII Aula de 1969). Os conteúdos supraconscientes podem entrar na consciência em graus diferentes: quase sem forma, em estado bruto, parcialmente elaborados e estruturados de forma definitiva ou quase. A intuição é o modo mais simples de descida do supraconsciente e pode ser comparada a um flash de luz que ilumina, momentaneamente ou por tempo mais longo, a consciência de vigília. As intuições podem

referir-se a todos os campos, inclusive o filosófico e o científico. Os grandes artistas trabalham sobre material aflorado em suas consciências, elaborando-o conscientemente.

Existem vários métodos para favorecer a descida dos elementos transpessoais à consciência de vigília. Um dos mais simples e eficazes é o desenho livre, pois o inconsciente se expressa principalmente por símbolos e o desenho é um método direto para representá-los. O desenho livre muitas vezes traz verdadeiras mensagens do supraconsciente. O fato de quem desenha comumente necessitar de um especialista em processos psicológicos para interpretar e revelar o significado do desenho, sem o que não o percebe, é a contraprova de sua origem.

Outro método é o de escrever, processo psicológico variável e complexo. Muitas vezes inicia-se a escrita de algo que já havia se pensado e, em seguida, surgem novas ideias, a corrente do pensamento toma direções inesperadas e sai algo que maravilha o autor: é como se o inconsciente pegasse a sua mão e começasse a escrever. É necessário cuidado, pois da colaboração entre o inconsciente e o consciente em diferentes medidas pode-se passar a um estado de escrita “automática”, na qual o Eu consciente participa minimamente, entrando em um estado de transe ou hipnose enquanto a mão escreve. Isto apresenta inconvenientes e verdadeiros perigos, pois se abre uma porta sem se saber o que pode entrar por ela. Há grande quantidade de escritos obtidos pela escrita automática e seu valor é muito variado: há os de valor literário, há instruções elevadas de caráter espiritual e advertências úteis, mas na maioria a qualidade dos escritos automáticos é ruim, sendo, claramente, oriundos do inconsciente inferior. Isso remete à origem dessas manifestações, pois elas podem ser extrapessoais, de diferentes centros da personalidade daquele que escreve. Não se pode excluir a existência de fontes diferentes do inconsciente pessoal, em contínua interação (psicoosmose), em todos os níveis, com o inconsciente coletivo. Logo, é difícil dizer quando se trata de algo estritamente individual ou se influxos do inconsciente coletivo. Ocorre do nível mais baixo para o mais alto, o que pede cautela. Em todo caso, a origem das mensagens não tem relação com seu valor intrínseco.

Outro modo de transcendência superior é a exploração de níveis supraconscientes, quando há a elevação voluntária do Eu consciente a níveis mais altos. A prece, a meditação e vários exercícios especiais favorecem tal elevação. Em todas as suas formas e fases a vontade elimina obstáculos, mantém o estado de recepção, impulsiona a uma elevação cada vez mais alta, estabiliza a consciência nos níveis superiores e, enfim, dirige e usa as energias liberadas. Entre os exercícios específicos existem os da Raja Yoga, o uso dos símbolos anagógicos (o do alpinismo interno foi apresentado na X Aula de 1970), o da imagem dirigida ou revê éveillé

de Desoille e seus vários desenvolvimentos e modificações, que facilitam o fluir de rico material simbólico que, bem interpretado, pode levar a grandes expansões de consciência.

Os obstáculos que dificultam a ascensão da consciência são como pesos, apegos a conteúdos comuns da personalidade de natureza física, emocional, imaginativa, mental, volitiva e ambiental. Os de natureza volitiva são particularmente importantes, pois frequentemente o Eu consciente não quer se lançar ao alto por medo do desconhecido e das alturas vislumbradas: é a recusa ao sublime. Não raro há o pressentimento de que certas realizações espirituais exigem compromisso, o que o eu egoísta e egocêntrico abomina, levando a uma verdadeira luta entre o Eu pessoal e o Eu espiritual. Frequentemente, existem fortes obstáculos do ambiente familiar, social, com sua atmosfera psíquica pesada, agitada, opressiva, mas isso não deve justificar a tendência a culpar as estruturas sociais, o materialismo atual, pela impossibilidade da realização espiritual; a vontade supera obstáculos, resiste aos influxos externos sem combatê-los diretamente ou protege e faz evadir deles.

Os modos de expandir a consciência em direção ao alto diferem segundo os tipos psicológicos e as constituições individuais. Há sete vias principais, já indicadas na XII Aula de 1967. Os efeitos da expansão sobre a personalidade podem ser danosos, mesmo em direção ao alto. Irrupções repentinas e violentas de conteúdos inconscientes em uma consciência despreparada podem criar desequilíbrios e exaltações, pois a personalidade se sente plena de novas forças e consciente das potencialidades superiores inerentes ao supraconsciente e ao Eu espiritual. Perceber o Eu como essencialmente da natureza da Realidade Suprema, algo divino, pode exaltar a personalidade que se ilude em estar em um nível superior e de já ser, antes do necessário processo de transmutação e regeneração, aquilo de que se tornou consciente no momento da iluminação. Após o Eu ter tido um vívido conhecimento do que poderá se tornar e do que existe latente nele, deve, ao retornar ao nível da consciência comum, como é inevitável, se dar conta da longa, complexa e penosa tarefa de passar pelo potencial atual e colocar em ação aquelas potencialidades. Os outros efeitos negativos da irrupção de energia são uma excessiva tensão nervosa e psíquica e os conflitos entre os conteúdos médios e inferiores, conscientes e inconscientes, e as novas energias.

Os efeitos positivos produzidos pela expansão da consciência nas direções superiores, muito mais importantes, podem ser temporários ou duradouros. Os temporários podem ser chamados de estados extáticos: vívidas iluminações, comunhão com a mais vasta Realidade, contemplação do que existe nos mundos superiores, expansões horizontais no sentido cósmico. São acompanhados de alegria, fortalecimento, amor, inclusão e compreensão

aumentada; suscitam saltos de dedicação, de consagração à Realidade ou ao Ser Superior com o qual se entra em contato. Do ponto de vista da vontade, tem-se a unificação da vontade pessoal com a vontade transpessoal. Esses estados são temporários e não raro, após eles, segue-se a descida ao nível comum e a estados de consciência negativos, o que é penoso e suscita intensa nostalgia dos estados belos e alegres. Isto impulsiona à busca por repetir as experiências de pico (peak experiences), que não podem ser permanentes porque é necessário retornar ao nível da consciência comum. Mas a repetição delas, o contato com conteúdos superiores e a gradual expansão da consciência de vigília fazem com que, aos poucos, o nível geral da personalidade se eleve. Assim, a personalidade consegue permanecer por períodos cada vez mais longos nos “altiplanos”. Alguns efeitos são ativos ou de extroversão, podendo ser resumidos pela criatividade, que pode ser artística, poética, literária, científica e filosófica.

Após as ampliações e as expansões da consciência há tarefas psicossintéticas que podem e devem ser feitas pela personalidade, o Eu consciente:

- Compreender e interpretar corretamente o que aconteceu, evitando exaltações e inflações do Eu. Para isso é muito útil conhecer as experiências dos outros, estudar as vidas e os testemunhos dos que viveram a expansão da consciência.

- Assimilar na personalidade consciente os novos conteúdos que a enriquecem, mas que também a complicam. A assimilação deve levar ao equilíbrio entre os elementos de toda natureza e nível, à psicossíntese individual. Para esta síntese e para a utilizar as energias que afluíram são necessárias a desintegração dos complexos e das formações preexistentes e a transmutação das energias inferiores, ou seja, uma regeneração da personalidade inteira.

- No seu conjunto, pode-se chamar esse processo de morte e ressurreição, tarefa específica da via Ético-Regenerativa.

Depois de tudo isso, e também durante o processo de assimilação e regeneração, utiliza-se as novas energias e as novas capacidades adquiridas mediante a ampliação e a elevação da consciência, o que pode ocorrer mediante a ação interna e a ação externa. A ação interna consiste, principalmente, na irradiação, pela personalidade, de energias luminosas no ambiente. Isso acontece espontaneamente, de modo inevitável, explicando a ação que a presença de alguém que tenha tido realizações transpessoais tem sobre pessoas com as quais está em contato. Muito constatada e descrita, ela pode ser chamada de catálise psicoespiritual. A irradiação voluntária é a emanção deliberada de energias benéficas. Pode ser chamada de telepatia psicoespiritual, consiste em enviar conteúdos específicos, mas é, principalmente,

uma ação geral de vontade de bem, de benção. Isso ainda é usado no campo religioso, mas pode ser feito independente das convicções filosóficas e religiosas de cada um. Estudos sobre telepatia e telecinese dão base científica a esta ação. Outro tipo de ação externa refere-se àqueles que têm elevações de consciência no sentido superior e sentem-se naturalmente induzidos a partilhar suas riquezas internas com os outros. É uma atividade que pode ser chamada de serviço e ser desenvolvida de diferentes maneiras, de acordo com atitudes e interesses individuais. A mais direta é ajudar os outros a terem ampliações e elevações da consciência, individualmente ou em grupos. Há a ação de caráter social, voltada a mudar condições e estruturas inadequadas e constritivas, sobretudo em novas formas de educação, arte, cultura; é ser pioneiro de uma civilização nova e melhor em dimensões planetárias.

A respeito da Via Científica, à primeira vista, pode parecer surpreendente que a ampliação da consciência em sentido superior possa produzir ou favorecer a Ciência. Até pouco tempo, para muitos ainda, a Ciência era considerada o estudo da matéria, do mundo objetivo, sem referências à consciência, uma concepção materialista da realidade. Mas há algumas décadas, principalmente na Física, ocorre o que se pode chamar de verdadeira revolução. Suas novas descobertas demonstram que a matéria como é percebida pelos sentidos simplesmente não existe. Ela parece sólida, estática, inerte, mas isso é só uma ilusão devida aos limites dos sentidos. Físicos demonstram que os átomos são formados por minúsculas e potentes cargas elétricas, condensadas em vários centros ou pontos em movimento no espaço, segundo leis baseadas em fórmulas matemáticas. E elas implicam necessariamente um Princípio inteligente, uma Mente cósmica que as formulou e as faz agir.

AULAS DO ANO DE 1973

A I Aula de 1973, As Novas Dimensões da Psicologia (A Terceira, a Quarta e Quinta Forças na Psicologia), foi apresentada no Capítulo 03 desta dissertação: As Forças em Psicologia e a Psicossíntese.

XI Aula: A Inspiração Transpessoal

A Psicologia Transpessoal e a Psicossíntese vêm constituindo novos ramos da Psicologia que estudam relações entre as atividades supraconscientes transpessoais e as várias modalidades e estágios da passagem de conteúdos e energias supraconscientes ao campo

normal da consciência de vigília. Tais modalidades são 1) a intuição; 2) a imaginação; 3) a iluminação; 4) a revelação; 5) a inspiração; 6) a criação; e 7) a compreensão e a interpretação. Esse estudo tem vários aspectos: a Fenomenologia, reunião das experiências espontâneas de fatos observados e descritos por pessoas de todos os tempos e lugares; as modalidades dos processos de trânsito entre o supraconsciente e a consciência; as técnicas que foram e são utilizadas para produzir ou favorecer esse trânsito, incluindo as práticas internas e externas das várias religiões e os vários exercícios que podem ser chamados, genericamente, de yoga; os resultados imediatos e os efeitos sucessivos que deles derivam; os métodos para prevenir os perigos e reparar os danos que podem ocorrer com a irrupção das energias transpessoais; e as melhores e mais úteis maneiras de uso daquelas realizações e energias.

É importante examinar as modalidades de trânsito dos vários elementos e atividades supraconscientes ao campo da consciência:

1. Enquanto função psíquica, a intuição é a percepção imediata de algo presente na realidade individual, mas deve ser diferenciada dos resultados de sua atividade, que são as diferentes intuições. Como função cognitiva específica e autônoma já era reconhecida tanto no Oriente quanto no Ocidente no passado. A Psicologia científica não a reconheceu como meio válido de conhecimento e a identificou com a percepção sensorial direta de estímulos externos. Jung reafirmou sua validade como função psíquica específica e autônoma, podendo-se chamá-la de transracional. Há diferentes tipos de intuição: as que são fruto de percepções conscientes de impressões sensoriais e se desenvolvem em níveis psíquicos; as de ideias, que migram da região superior à mente comum e podem ser consideradas transpessoais, da mesma forma que as intuições estéticas, religiosas, místicas e científicas, embora nem todos possuam estas, denotando a diferença entre o psicológico e o transpessoal. As intuições apresentam-se à consciência como uma abertura do olho interno, que percebe a realidade não percebida pelo mental, ou como um lampejo de luz no campo da consciência percebido pelo Eu, centro da consciência em seu nível normal. A autenticidade é característica comum e específica da intuição. Tudo isso gera a percepção da totalidade do objeto, diferente do conhecimento mental, que é analítico. Além disso, a intuição se dirige ao futuro, ao vir a ser, o que juntamente com suas demais características lhe permite colher a essência do que é percebido, aquilo que é, sendo, portanto, um dos campos de pesquisa da Psicologia do Ser.

2. A imaginação tem estreita conexão com a intuição, que geralmente, se apresenta à consciência sob a forma de imagens, sendo fundamental distingui-la da forma simbólica que assume. O símbolo às vezes tem natureza e função contrastantes; se é confundido com a

realidade que expressa é fonte de ilusão; se é percebido como meio de expressão, vínculo útil e necessário para colher e indicar aspectos diferentes, revela. A imaginação reprodutiva relembra sensações ou impressões (imagens mnemônicas), que ficam latentes no inconsciente e podem aflorar no consciente de forma espontânea ou evocada pela vontade. A capacidade de evocar imagens é praticamente ilimitada. Enfim, a imaginação criativa frequentemente manifesta sua atividade nos sonhos, produtos das imaginações reprodutiva e criativa.

3. A iluminação, das manifestações mais frequentes do supraconsciente à consciência, tem grande afinidade com a intuição, embora sejam diferentes. A iluminação, mais ampla e durável, mostra a natureza essencial e a unidade sintética da realidade; percepção da luz emanada da própria Realidade, pode ser considerada a revelação da imanência divina, da unidade da Vida Universal, manifesta em uma infinidade de formas, de acordo com as diferenças individuais que se interpenetram e se fundem em diferentes graus, fazendo prevalecer um aspecto ou outro da beleza, do cognitivo, da beatitude, no geral todos presentes.

4. A revelação é um tipo de experiência iluminativa diferente das demais, caracteriza-se pela tomada de consciência, frequentemente imprevista, daquilo que se é, do que se tem de si mesmo. Quando revela aspectos positivos a visão das potencialidades latentes ou ativas nos níveis supraconscientes, pode dar um lampejo de revelação do Eu espiritual e gerar verdadeira compreensão do si mesmo e dos demais; a consciência experimenta um sentido de expansão, permeada por sentimentos de alegria, bondade, amor, gratidão. Quando a revelação é negativa, imprevista ou muito intensa pode gerar reações indesejáveis e dar a sensação de excitação e exaltação, pois perde-se a consciência da diferença entre o Eu espiritual e o Eu pessoal, que se atribui qualidades e poderes do Outro, chegando à megalomania. A percepção de aspectos inferiores e obscuros da personalidade até então ignorados, negados ou reprimidos, também pode ser perturbadora e gerar estados depressivos, medo e desespero. Para prevenir e atenuar tais efeitos e possíveis reações físicas é necessário preparo psicológico e conhecer a Psicologia do profundo, que elimina o choque da surpresa, levando à aceitação da parte obscura como condição humana, ajudando a atenuar, suportar e resolver tais reações.

5. Iluminação, inspiração e criação psicoespiritual são diferentes. A iluminação gera inspiração e frequentemente produz um estado contemplativo, ímpetus amorosos, aspiração de unir-se a Deus, de se fundir com a realidade Suprema, sem inspirar expressões externas, não levando à ação. Há a inspiração sem iluminação, elevação ou expansão da consciência, como dos artistas. A inspiração é o processo de passagem dos níveis transpessoais ao campo

da consciência, de conteúdos mais ou menos elaborados. A criação é uma série de processos de elaboração da descida ou aparição consciente daqueles conteúdos. A criação é análoga à concepção e à gestação, e a inspiração ao nascimento.

6. A compreensão e a interpretação são, em certo sentido, o mais importante, pois intuições, iluminações e revelações devem ser bem compreendidas para evitar interpretações erradas, aplicações inoportunas, levar a ímpetos ou comandos internos de ação inadequados ou, no campo da consciência, favorecer incompreensões e interpretações incorretas a respeito da verdade. Psicologicamente, há interpretações de símbolos confusas e errôneas nos sonhos, nos mitos e no simbolismo da arte. Os erros dependem de preconceitos e teorias do intérprete, mas também do fato de os símbolos poderem ter diferentes significados, em diferentes níveis de realidade, sem por isso estarem em contraste ou excluírem-se mutuamente.

Na psique humana há faculdades e energias latentes geralmente ignoradas e muitas possibilidades criativas maravilhosas, prontas a manifestar-se quando lhes são dadas as oportunidades necessárias. Este constitui um dos temas estudados pelas Terceira e pela Quarta Forças em Psicologia. Entre outras manifestações estão as dos seres superiores – gênios, artistas, cientistas, educadores, benfeitores, crianças e jovens superdotados – com qualidades especiais e energias exuberantes em todos os níveis do ser. Esses jovens, se incompreendidos, podem ter comportamentos destrutivos e antissociais. A solução se encontra no conhecimento dessas energias superiores, por meio de métodos existentes, desde técnicas psicoterapêuticas e educacionais até as mais altas qualidades humanas – a compreensão, a compaixão e o amor. Tudo isso, vivenciado, levará a uma Nova Era, na qual se implementará a Psicossíntese Planetária, “na qual, sem guerra nem violentas lutas sociais, as mais altas potencialidades humanas possam ter as mais vastas e livres aplicações” (ASSAGIOLI, 1973b, p. 13).

AULA DO ANO DE 1974

I Aula: A Solidão e sua Superação mediante a Comunicação e a Compreensão

O tema das corretas relações humanas e a contribuição que a Psicossíntese pode dar para colocá-las em ação já foi tratado muitas vezes. A última aula ministrada por Assagioli antes de seu desencarne teve a colaboração de Piero Ferrucci.

Estabelecer relações individuais e coletivas requer eliminar a falta de comunicação psicológica e espiritual entre os seres humanos. Muitos têm sido os casos de suicídio, inclusive entre jovens, provocados pela sensação de solidão e incompreensão por parte dos

demais. Adultos ignoram que muitos jovens pensam na morte como solução de problemas; os pais devem compreender que na adolescência o desespero e a desilusão pesam como nunca, que nem sempre podem dar a ajuda que os filhos necessitam, e às vezes nem os amigos de quem esperam muito e podem decepcionar. Para muito jovens um problema que é minúsculo aos olhos dos adultos pode ser enorme, e vice-versa; nem mesmo a escola os ajuda nas crises que tem: geralmente, não são ouvidos, chegam a ser rejeitados e são cada vez mais exigidos.

O problema da solidão é complexo e pode ter diversas origens, algumas até opostas. A mais grave é a solidão do introvertido, que não consegue se comunicar, possui uma sensibilidade excessiva e quando se decepciona ou se sente ferido fecha-se em si mesmo e cria uma armadura de proteção. No extrovertido existe a solidão paradoxal: na aparência ele é sociável e tem muitos relacionamentos, mas superficiais. A civilização tecnológica, com as comunicações de massa, o ativismo e os desejos de posse e sucesso externo, sufoca a vida interna e caracteriza as causas sociais da solidão. Há ainda as causas de tipo psicológico, como a dificuldade de se comunicar nesse nível e encontrar compreensão. A solidão existencial consiste na falta de qualquer visão ou sentimento de caráter espiritual, que podem dar significado e valor à vida. A partir disso é possível indicar maneiras de superar a solidão: elas são, sobretudo, a comunicação e a compreensão psicológica e espiritual.

A comunicação pode se dar de diferentes formas e com diferentes propósitos. É comum comunicar-se com os outros em busca de alívio, e não raro poder manifestar as próprias tendências agressivas. Isso acontece nos níveis instintivo, emocional e mental. Neste último, a comunicação assume a forma de discussão, pois a pessoa afirma e tende a impor a própria opinião e os próprios métodos. Nesse caso a comunicação se transforma em conflito quando a justa motivação deveria ser comunicar para compreender. Para obter compreensão é essencial considerar o interlocutor como igual, como sujeito, e não como objeto, instrumento para usar ou desfrutar. A conversação é o modo mais simples de comunicar. Pode acontecer como diálogo ou em grupo, mas os efeitos de tais encontros dependem do ânimo e da intenção de quem conversa e, principalmente, de quem toma a iniciativa. Há vários tipos de relação entre interlocutores, mas a que tem particular importância no que se refere à solidão é a comunicação entre adultos e jovens, tema abordado na aula sobre a psicossíntese da idade. Alguns podem achar mais fácil se comunicar por escrito. Há métodos superiores nos quais, após falar, os envolvidos passam a meditar em conjunto, o que pode ser feito em todo tipo de grupo e é particularmente útil entre pessoas da mesma família, pois dá excelentes resultados: pode sanar conflitos, fazer emergir modos de entendimento e estabelecer cooperação.

Mas nem mesmo a boa vontade é suficiente para a comunicação: há obstáculos que é necessário conhecer e eliminar. Um dos mais frequentes é a tendência, muitas vezes inconsciente, de projetar conflitos e impulsos no outro; além disso, como já apontado, descarregar sobre os outros impulsos agressivos, ressentimentos e mal humor não raramente cria reações em cadeia, o que pode ser chamado de comunicação agressiva, muito frequente entre cônjuges e pais e filhos. A imaturidade psicológica leva a esse modo de comportamento, mas existe também entre pessoas cultas e inteligentes. Acreditar que para compreender basta “querer bem” é outro obstáculo à boa comunicação. A Psicologia demonstra que o amor não basta, pois o que geralmente é chamado assim muitas vezes é um pseudo-amor, misto de tendências de outro tipo. O amor genuíno basta, pois não exclui; se causa mal-entendidos é por conta dos diferentes significados que, muitas vezes inconscientemente, se atribui à palavra “amor” e a outras expressões de afeto. Isso depende da imperfeição da linguagem humana, como o mencionado na I Aula de 1965. A subjetividade de quem recebe a comunicação também pode levar a mal-entendidos: diferentes interpretações, frequentemente errôneas, acontecem devido a complexos emocionais gerados por experiências do passado, que levam a associações inconscientes positivas ou negativas, relativas ao que aquilo significa e, em seguida, geram modos muito diferentes de entendimento.

A eliminação desses obstáculos requer o preparo psicológico adequado. Na Educação as relações corretas são urgentes, pois têm sido usados dois métodos opostos: o autoritário construtivo e o passivamente permissivo. O primeiro, mais usado no passado, ainda é empregado amplamente, embora importantes educadores modernos tenham se rebelado contra ele. Como reação passou-se ao extremo oposto, com psicólogos e educadores amedrontando os pais ao expor as consequências danosas dos traumas produzidos por toda forma de disciplina. Somado a causas de natureza social, isso levou a uma permissividade passiva e total, a uma abdicação da função dos pais, em particular do pai. Surgiram efeitos negativos, às vezes desastrosos, dessa postura, pois toda posição unilateral e extremista está errada; tal ideia parece teoricamente evidente, mas não vem sendo aplicada em todos os campos. Limitar a indulgência e a permissividade sistemáticas em termos psicológicos é saber discriminar caso a caso, momento a momento, o método mais oportuno a aplicar. Na educação familiar a comunicação entre pais e filhos é facilitada se praticada desde os primeiros anos de vida. As crianças, desde pequenas, estão em comunicação com os pais de modo natural e espontâneo. Conflitos, isolamentos e a conseqüente solidão dos filhos ocorrem quando os adultos rompem

o delicado entendimento de modo inábil, às vezes brutal, por inconsciência psicológica e por razões já apontadas. O melhor é prevenir as consequências.

Uma norma fundamental a ser observada em todos os relacionamentos é evitar críticas negativas e discussões, pois quem discute quer ter razão. Certo e errado nunca estão separados claramente; numa disparidade de opiniões, sugerir examinar de forma objetiva e encontrar conjuntamente a verdade e a solução do problema evita gerar suscetibilidades e reações hostis. Ainda melhor é cada um se colocar, anteriormente, em contato com seu Eu espiritual e então, dirigir-se ao Eu espiritual do outro. Todas essas questões referem-se ao imenso campo da colaboração, “que é, ao mesmo tempo, a meta, o resultado e o coroamento da comunicação e da compreensão” (ASSAGIOLI, 1974a, p. 09). Para realizar essas três grandes tarefas nas relações humanas é útil, e aliás necessário, o preparo de consultores para o auxílio na busca por soluções construtivas às dificuldades das relações interpessoais e sociais, particularmente entre casais, pais e filhos, professores e alunos; os campos são praticamente ilimitados.

Concluo, portanto, com a viva exortação para que todos se dediquem a esta ação ou a favoreçam e com o desejo que ela possa instaurar um novo tipo de civilização, que mereça verdadeiramente, ser chamada “humana”, no sentido mais amplo e pleno da palavra. (idem, p. 09)

CAPÍTULO 5: OS LIVROS

A partir deste capítulo serão discutidos conceitos de espiritualidade presentes nos livros de Assagioli que não tenham sido abordados nas Aulas dadas por ele no Instituto di Firenze de 1963 a 1974. A ordem de apresentação será de acordo com o ano da primeira publicação de cada livro.

5.1. Princípios e Métodos da Psicossíntese Terapêutica⁸

Nessa obra Assagioli (1973) apresenta um panorama amplo de sua teoria e de seus princípios e métodos para auxiliar àqueles que praticam a Psicossíntese terapeuticamente. De início apresenta brevemente semelhanças e diferenças entre a Psicossíntese e outros métodos de psicoterapia não existenciais. Cita importantes contribuições de movimentos teóricos, na Medicina e na Psicologia, sobre o conhecimento da natureza humana. Afirma que tudo leva a crer que o Eu espiritual existe em uma esfera de realidade diferente daquelas onde fluem os fenômenos psíquicos e orgânicos, não sendo influenciado por eles, mas podendo modificar de maneira profunda as condições psicofísicas da pessoa. Reconhecer o Eu espiritual é um pressuposto que impacta diretamente sobre teorias e práticas espirituais e educativas.

Assagioli (1973) define a psicossíntese como a construção de uma nova personalidade, “unificada, coerente, orgânica” (ASSAGIOLI, 1973, p. 33), em torno de um Centro unificador externo, que pode ter sido encontrado, escolhido ou criado, e que servirá como um meio, uma ligação com o Eu espiritual. O Centro unificador externo, que pode ser o terapeuta, reflete ou simboliza o Eu espiritual. Pessoas de natureza mais plástica e espontânea realizam sua psicossíntese voltando-se ao próprio Eu espiritual, “ao Espírito vivente neles” (*idem*), deixando-Lhe a escolha do que devem tornar-se. Esse processo de psicossíntese é constituído por três fases: 1. usar e transformar as energias psicológicas, tendências e possibilidades latentes de vários níveis; 2. desenvolver os elementos deficientes ou inadequados ao objetivo proposto; 3. coordenar e subordinar os vários elementos, energias e funções da psique,

⁸ ASSAGIOLI, R.. **Principi e Metodi della Psicossintesi Terapeutica**. Roma, Astrolabio; Ubaldini Editore, 1973. Versão portuguesa: **Psicossíntese: Manual de Princípios e Técnicas**. 2. ed. São Paulo: Cultrix, 1982.

criando uma hierarquia interna, uma saudável organização da personalidade. Assim, define o processo de psicossíntese não como uma doutrina psicológica particular, nem como um procedimento técnico específico, mas

acima de tudo como uma concepção dinâmica, e se poderia dizer, dramática, da vida psíquica, qual a luta entre uma multiplicidade de forças rebeldes e contrastantes e um Centro unificador que tende a dominá-las, conciliá-las em harmonia, empregá-las de maneiras mais úteis e criativas (ASSAGIOLI, 1973, p. 36).

Assim, a psicossíntese é um conjunto de métodos de ação psicológica voltados a favorecer a integração e a harmonia da personalidade humana. De maneira mais ampla, a vida universal se revela como um trabalho e uma aspiração à união. Parece que o Espírito, seja ele um Ser divino, uma Mente ou uma Energia cósmica, vai compondo Sua criação em ordem, beleza e harmonia, reunindo com vínculos amorosos todos os seres, alguns conscientes e voluntariamente, outros cegos e rebeldes, realizando assim a Síntese Suprema.

Em seguida, o autor reafirma a importância e o valor do elemento ético e da tendência religiosa como implícitos à natureza humana e explícita que há um tipo de autorrealização diferente da proposta por Maslow. É a realização do Eu espiritual, que se refere à experiência e à tomada de consciência do Centro espiritual e é muito superior à da autoconsciência do Eu pessoal, que é a projeção do Eu espiritual no campo da personalidade. Embora o termo “transpessoal” seja considerado mais neutro e indique tudo o que se refere ao que é chamado de espiritual, Assagioli continuou usando o termo “espiritual” pois, na Itália, o termo “transpessoal” era pouco conhecido. Para ele a palavra “espiritual”, em sua ampla conotação, inclui as experiências especificamente religiosas, todos os estados de consciência e todas as funções e atividades que dizem respeito aos valores superiores à média – valores éticos, estéticos, heroicos, humanitários e altruístas. Sob o termo “desenvolvimento espiritual” inclui todas as experiências vinculadas com o conscientizar-se dos conteúdos do supraconsciente, que podem incluir ou não a experiência do Eu espiritual.

Grande parte do livro é dedicada à apresentação das técnicas para realizar a psicossíntese. O mais importante é ressaltar que seu uso tem como propósito maior conscientizar a pessoa sobre a existência do Eu espiritual, tornar suas energias atuantes, ajudar a eliminar obstáculos e conflitos relativos a esse objetivo, integrar e harmonizar a personalidade em todos os seus níveis e, sempre que possível, favorecer a união entre o Eu pessoal e o Eu espiritual. As técnicas devem ser escolhidas e usadas pelo terapeuta,

alternadamente e de acordo com as condições e as necessidades do paciente, bem como segundo os diferentes estados do seu processo de psicossíntese. Porém, e acima de tudo, é fundamental lembrar que o uso das técnicas por si só não basta: é essencial levar em conta a “importância central do fator humano, da relação viva e da interação pessoal entre o terapeuta e o doente” (*op. cit.*, p. 68).

Ao tratar da exploração do inconsciente, Assagioli comenta a estranheza possível, por parte de alguns pacientes, diante da ideia de dois “eus”, um pessoal e um espiritual. Sugere que o Eu espiritual seja apresentado, inicialmente, como uma hipótese que poderá ser aceita ou refutada pelo paciente; sugere dizer a ele para não se ocupar do Eu espiritual, principalmente quando tratar-se de uma psicossíntese pessoal, na qual permanece mais ou menos latente. Na psicossíntese pessoal o objetivo é levar o paciente a um grau de auto identificação em que possa distinguir-se como sujeito consciente dos vários conteúdos com os quais, habitualmente, identifica-se. Com fins curativos, é importante chegar a uma boa psicossíntese pessoal (integrar funções e elementos psíquicos em torno de um centro de consciência do Eu). Com os pacientes com problemas de caráter espiritual ou religioso essa questão pode ser tratada desde o início. Isso deve ser feito de acordo com a mentalidade e a crença de cada pessoa. Aos religiosos pode-se apresentar o Eu espiritual como um vocábulo neutro usado na Psicologia para indicar a alma. Aos agnósticos pode-se apresentar a hipótese de que cada pessoa tem um Centro superior e relatar que inúmeras pessoas no mundo já tiveram a experiência interna dos níveis supraconscientes e do Eu espiritual e que a experiência dos estados de consciência superiores e do Eu espiritual pode ser alcançada e favorecida por meio de algumas técnicas psicossintéticas.

Do ponto de vista científico a designação de graus ou estágios evolutivos superiores e inferiores não implica por si mesma qualquer juízo moral. Os valores característicos do supraconsciente diferem daqueles dos inconscientes inferior e médio por sua manifestação espontânea, presente em uma minoria de pessoas. Os diferentes níveis de inconsciente podem ser vistos como diferentes campos de energia, o que permite considerar os conteúdos do supraconsciente como energias com frequência vibratória maior ou superior à dos demais.

O Eu espiritual é um dos conceitos centrais da Psicossíntese e um dos elementos que a diferencia de outras abordagens terapêuticas, assim como a função da vontade, estritamente ligada ao Eu. Quando oriunda do Eu espiritual, a vontade tende a atrair o Eu pessoal para o alto, manifestar-se a ele e dirigir a personalidade inteira de modo construtivo, liberando a vontade pessoal do domínio dos desejos e impulsos. No Eu espiritual unem-se as energias da

vontade, do amor e da mente; assim, “o ato volitivo completo poderia se chamar uma vontade amorosa em ação” (*idem*, p. 123). Um dos objetivos da psicossíntese espiritual é assegurar que a vontade supraconsciente do Eu espiritual se torne uma experiência consciente. Ela é inconsciente no nível do Eu pessoal e, ao tornar-se consciente, caracteriza-se por uma fusão funcional que mantém as diferenças qualitativas. Logo, fica mais clara a diferença entre experimentar estados superiores de consciência, nos quais o Eu pessoal entra em contato com conteúdos superiores, e a fusão do Eu pessoal com o Eu espiritual. Nesta o Eu pessoal toma consciência, mesmo que temporária, do Eu espiritual, e momentaneamente sensações, sentimentos, pensamentos e outros conteúdos da personalidade e do supraconsciente são eliminados ou esquecidos, permanecendo apenas a pura e intensa experiência do Eu espiritual.

Outro conceito abordado é o de consciência moral, para Assagioli (1973) uma característica direta do Eu espiritual e sua expressão. Princípios e aspirações morais são inatos e latentes na verdadeira natureza espiritual humana; quando violados, consciente ou inconscientemente, insurgem-se e criam fortes conflitos. Há diferentes níveis de consciência moral e é fundamental diferenciá-los. Como fruto do Eu espiritual ela é benevolente, compreensiva e não rígida; não se atém a códigos de conduta específicos, mas se inspira em valores éticos essenciais e universais. Sua manifestação fundamental é o senso de justiça.

A psicossíntese espiritual produz na personalidade consciente a inclusão e a integração de elementos psicoespirituais superiores que até então, por estarem na esfera superior do inconsciente (o supraconsciente), não eram conscientes. Esse processo de transmutação e harmonização pode ser considerado uma síntese. Assagioli (1973) reforça a ideia de que manifestações psicológicas ou espirituais superiores como o amor espiritual não podem ser explicadas em origens biológicas ou instintivas: isso equivaleria a dizer que o misticismo é um produto de sublimações sexuais. As energias transmutadas contribuem com vitalidade, mas não criam nem explicam a vida superior, reforçando a ideia de que “o inconsciente é independente do nível consciente e do desenvolvimento da personalidade”. (*idem*, p. 210).

5.2. Psicossíntese - Para a harmonia da vida.⁹

A obra apresenta a concepção de psicossíntese e como sua aplicação para o desenvolvimento psico-espiritual. Ao tratar da multiplicidade de elementos internos existente

⁹ ASSAGIOLI, R. **Psicosintesi - Per l'armonia della vita**. Roma: Casa Editrice Astrolabio; Ubaldini Editore, 1993.

em cada ser humano, o autor afirma que a vida tende a conservar e ampliar a si mesma, o que leva a uma constante “luta pela vida” dentro do ser humano (ASSAGIOLI, 1993, p. 13). Reforça a necessidade de os psicólogos adotarem uma postura isenta diante da vida psíquica e de seu dinamismo para, só então, tirarem conclusões teóricas e práticas a respeito. Refere-se à existência de atividades inconscientes de caráter parapsicológico, como a telepatia e as premonições, que não podem mais ser negadas, e dá como exemplos de atividades inconscientes superiores a consciência mística e o êxtase. Para Assagioli (1993), deve-se explorar o inconsciente de forma metódica e voluntária, em especial o supraconsciente. Aquietar e silenciar a mente, necessário a tal empreendimento, permite que se alcance a ampliação e a intensificação da consciência, pois nas regiões mais elevadas do ser a vida

é mais intensa, mais real; se tem a sensação de ter entrado na verdadeira vida, diante da qual, aquela comum parece insuficiente, quase um estado de semiconsciência, de sonho. De fato, aqueles que conheceram esta consciência espiritual usaram a expressão: o ‘despertar da alma’. (...) É um estado de ‘lucidez’ e de clareza. A sensação de ‘luz’ é testemunhada por todos aqueles que, em pequena ou grande medida, alcançaram aquele nível superior. Uma outra observação constante é aquela da *paz*, da *satisfação*, da *harmonia*, da *alegria*, da *beatitude*, nas quais todos os nossos contrastes se conciliam e se dissolvem. (ASSAGIOLI, 1993, p. 24).

O que impede a busca desse ápice é a ignorância, a preguiça moral, a inércia, que podem ser associadas ao ativismo externo e do ponto de vista espiritual são passividade, e não atividade. A inércia interior, externamente manifesta como torpor, inação ou ativismo, é um grande obstáculo para alcançar a consciência espiritual. Em contrapartida, a Psicologia do alto se propõe a explorar o inconsciente de acordo com o método experimental, sem preconceitos teóricos, e reconhece imparcialmente os resultados. É científica e espiritual em seu conjunto.

Assagioli (1993) ressalta que há na psique humana uma tendência fundamental à síntese, muito mais profunda e vital do que a simples associação mecânica das sensações e ideias. Expressa um princípio universal cujas manifestações podem ser encontradas em um nível elementar, anterior à formação da psique humana individual e em um grau mais elevado e amplo que ela, formando a grande síntese inter-humana e supra-humana. A síntese corresponde, portanto, à composição. Na vida psíquica não se trata de anular um elemento em favor de outro: é necessário manter ambos em uma tensão criativa, obrigá-los a integrarem-se em uma vida mais ampla, em uma realidade superior que os abranja e os transcenda juntos. “Esta é a verdadeira síntese” (*idem*, p. 33).

Para que essa verdadeira síntese ocorra são necessárias a presença contínua e a ação poderosa de um princípio superior regulador que, em seu aspecto mais elevado, é o elemento espiritual, superior aos elementos psicológicos e, costumeiramente, mais ou menos latente na mente. Ao se desprender traz ordem, harmonia, beleza e alegria, transformando, pouco a pouco, o homem frágil, agitado, cindido em si mesmo, em um ser claramente purificado, completo e consistente; torna-se um centro de luz, irradiador de energias espirituais elevadas e benéficas. A presença e a atividade de um Centro superior, de uma visão mais ampla e de uma vontade desperta e potente coloca o ser humano no comando de qualquer paixão e evita que se escravize por elas. Além disso as torna elemento e instrumento, “força, vida e fogo” (*idem*, p. 38) de uma síntese mais ampla, individual e supraindividual.

A função que alguém tem na vida, que pode confundir-se com sua atividade profissional ou com seu papel na vida, também é outro princípio unificador capaz de produzir sínteses parciais. Vivenciar essa função de maneira a concentrar toda atenção, interesse e energias, dirigindo-as e concentrando-as nisso, cria uma psicossíntese correspondente. Essa síntese leva a pessoa a desenvolver a própria atividade de maneira nobre, profunda, humilde, como um serviço social, desenvolvendo-a com devoção e consciência espiritual. Viver espiritualmente a própria atividade pode se constituir em um caminho para a mais elevada realização espiritual, para a união com o Supremo.

É possível ter uma vida a serviço de Deus em qualquer condição social, desde que se cumpram os deveres relativos a esse objetivo. Portanto, é possível viver uma psicossíntese coerente entre a vida religiosa, a social e as atividades individuais por meio de uma atitude harmoniosa entre elas. Isso permite compreender e reafirmar o valor e o significado espiritual de várias atividades e funções humanas. As pessoas que conseguem viver plena e profundamente essa síntese são os Grandes Sábios da humanidade. Sua importância se deve tanto por sua ação direta de seres superiores, vivificando, enriquecendo e irradiando seu calor de forma contagiante e extraindo dos demais suas virtudes secretas, quanto como um ponto de apoio, uma imagem sobre a qual se pode projetar a própria personalidade. Quem se projetou busca desenvolver conscientemente as mesmas qualidades superiores admiradas neles.

Até aqui, considerou-se o centro unificador como sendo constituído por uma tendência da personalidade ou por uma função ou atividade social ou profissional, ou ainda um modelo ideal admirado, mas nenhum deles produz uma psicossíntese completa, independente e autônoma. É necessário um centro unificador que seja de natureza diferente dos elementos individuais e particulares da psique da pessoa. Deve ser superior a eles para poder dominá-los,

dirigi-los, combiná-los em uma unidade orgânica e deve não ser algo externo à personalidade, mas coincidir com o Eu espiritual, “essência mais profunda do nosso ser” (*idem*, p. 71).

A prática da psicossíntese requer a compreensão do significado do distanciar-se. É um estado de plena vigilância, consciência e superioridade que permite dominar tanto o mundo interno quanto o externo. Os mestres espirituais ensinam esse distanciamento, que se realiza mediante a discriminação entre o eu e o não-eu. O verdadeiro distanciamento implica o espírito permanecer imóvel diante do que acontece na vida. É uma posição íntima na qual o espírito não se identifica com os vários motivadores e movimentos da psique. Vive plenamente seu fluxo, mas realmente de fora. Ao estar em uma postura de distanciamento a capacidade do espírito é tão grande que aquilo que ele intui é verdadeiro e aquilo que deseja consegue, pois seu comando é obedecido. Portanto, nada deve arrebatá-lo o Eu espiritual, que deve permanecer acima de tudo.

Este é o princípio da liberdade interna, do querer livre, que é a essência da vida espiritual. Esse distanciamento é certamente difícil; mas nenhuma conquista é fácil. É uma conquista gradual, que vai de um mínimo que pode ser realizado por alguém a um máximo que é a liberação (ASSAGIOLI, 1993, p. 95).

Ao se estar desidentificado os desejos transformam-se e a força vital não é destruída, e sim dominada, possuída e canalizada. Ocorre um desdobramento interno, superior, que mantém a vigilância firme e uma vida com calma e alegria sob o domínio do espírito. Pode-se dizer, inversamente, que o mal consiste em desordem, anarquia e falta de disciplina, harmonia e síntese. Por isso é fundamental reconhecer o verdadeiro lugar e a justa função de cada uma das partes internas, o que só é possível com sabedoria. Essa sabedoria pode ser conquistada com a visão espiritual da vida que é dada pelo Centro superior e pela observação atenta, desinteressada de toda a vida existente em cada ser, no Cosmo e nas experiências da vida.

Para Assagioli (1993), uma das tarefas humanas fundamentais é combinar em justa proporção, ou fazer uma síntese fecunda, entre Eros (Amor) e Logos (Razão). Além disso, deve-se desenvolver e exprimir aspectos cada vez mais elevados de um e de outro para que sua síntese tenha valor humano e uma dignidade espiritual sempre mais nobre, mais vasta e elevada. Isso remete a outro assunto presente na obra: a sublimação das energias psíquicas. A postura de Assagioli é contrária à repressão e ao aniquilamento de energias psíquicas como a combatividade e a autoafirmação, pois elas são forças vivas, reais e, como qualquer outra energia, indestrutíveis. Desenvolvimento espiritual não se dá sem luta e conquista,

espiritualidade não é inanição: o que é necessário não é a eliminação de tais forças, mas a eliminação da avidez separativa do Eu pessoal.

Pode-se usar as energias combativas para alçar níveis superiores de consciência, lutar contra os inimigos internos, purificar-se e elevar-se, objetivo de almas sedentas por perfeição. Os meios mais saudáveis de transmutar energias combativas são o sentido de unidade, o princípio da solidariedade de todos os seres humanos e o vivo sentimento de compreensão espiritual. O ato de dedicação da personalidade a servir o Eu espiritual, o Espírito, é o ápice mais elevado da sublimação e a ajuda mais eficaz. Também a vontade pessoal deve renunciar, pelo menos momentaneamente, à sua afirmação e ao impulsionar à ação; deve vir a ser uma livre obediência, uma dedicação voluntária à mais elevada Vontade do Eu espiritual. Deixar que o Eu espiritual aja sem resistência por parte das várias partes opostas, conscientes e inconscientes, da personalidade, permitirá alcançar mais rápida e facilmente a relação entre a personalidade e o Espírito, obra de unificação que, uma vez iniciada, não pode parar, já que as energias espirituais são mais potentes do que as puramente psicológicas. Essa postura conduzirá à psicossíntese espiritual, ou seja, à formação de uma personalidade mais rica, elevada, harmoniosa e forte, capaz de expressar fecundamente todas as suas potencialidades.

O último capítulo do livro refere-se à psicossíntese espiritual. Assagioli pontua os inconvenientes ou perigos de se silenciar a mente para despertar as energias supraconscientes e entrar em contato com o Eu espiritual. O maior seria o de colocar-se numa postura de passividade, na qual sensibilidades paranormais podem irromper, bem como elementos inconscientes que podem subjugar a personalidade consciente. Entre as questões específicas, ele cita a mediunidade como algo complexo, normalmente associado a grandes médiuns que realizam fenômenos extraordinários, ou à questão da comunicação com aqueles que já faleceram. Mas sua preocupação é com um aspecto da mediunidade menos visível e que diz respeito a todas as pessoas: a admissão de que

as faculdades paranormais dos médiuns são manifestações excepcionais de faculdades e de sensibilidades existentes em maior ou menor grau em todos nós; que entre os seres humanos ocorrem, habitualmente, as trocas psíquicas fora dos relacionamentos que se estabelecem pela via comum dos sentidos. Essas trocas desenvolvem-se entre o nosso inconsciente e o dos outros e entre esse e as inumeráveis forças, influxos, vibrações psíquicas coletivas às quais estamos expostos. (ASSAGIOLI, 1993, p. 147).

A passividade e a receptividade tendem a favorecer o desenvolvimento de tais sensibilidades psíquicas, cujo perigo é abrir-se sem discriminação crítica e vigilância aos influxos psíquicos que buscam penetrar o psiquismo. Isso equivale a deixar a porta de casa aberta a qualquer um que deseje entrar ou a deixar-se penetrar por emoções em desequilíbrio, que por serem muitas constituem correntes psíquicas fortes e impetuosas. Além disso, permitir que esses elementos penetrem no psiquismo é correr o risco de somarem-se aos múltiplos, díspares e contrastantes elementos já existentes, tornando mais complicada e difícil a tarefa de harmonizá-los. Elementos externos podem não ser maus em si mesmos, mas podem aumentar a complexidade e a desordem internas. A proposta de Assagioli é deixar que tais fenômenos sejam investigados por aqueles que o fazem cientificamente, já que há riscos importantes envolvidos na tarefa. À curiosidade natural dos demais pelo tema, sugere que seja satisfeita pelo estudo dos relatos daqueles que pesquisam tais fenômenos sem adentrarem diretamente nessas regiões desconhecidas e não confiáveis. Portanto, nos exercícios de silêncio e do despertar das faculdades espirituais, deve-se manter sempre uma vigilância atenta. Além disso, existem outros métodos que favorecem a psicossíntese nos quais se faz uso ativo das funções psíquicas normais, sem os riscos do método do silêncio. Eles não serão descritos aqui por não estarem diretamente relacionados ao tema dessa dissertação.

A psicossíntese, além disso, não se realiza apenas por meio de exercícios psico-espirituais. As atividades externas podem ser usadas de maneira sábia e decidida como meios eficazes de integrar a personalidade, ou seja, de realizar a psicossíntese. Para isso as atividades externas devem ter ordem e disciplina, um revezamento rítmico e harmônico sempre, favorecendo o uso alternado de diferentes faculdades e energias. Trata-se de canalizar os impulsos impetuosos e lembrar, quase automaticamente e no momento adequado, das energias adormecidas ou relutantes. É um modo construtivo de vivenciar os compromissos e deveres da vida que ajuda a disciplinar a mente e as emoções. Propicia o desenvolvimento do interesse das vidas interna e externa uma pela outra, fazendo com que uma clara visão e um ideal de harmonia e de síntese deem forma ao plano de vida externo e prático e com que as atividades no mundo tornem-se ocasiões de vivenciar a disciplina interna.

Finalmente, Assagioli (1993) recorda que a psicossíntese em seu sentido mais amplo e inclusivo é o resultado da ação de duas forças, dois agentes, dois Centros internos: um pessoal e consciente e outro espiritual e supraconsciente. O centro pessoal manifesta-se, sobretudo, como vontade consciente, decidida e tenaz. Tal vontade luta incessantemente por conquistar as zonas do inconsciente; submeter elementos rebeldes e contrastantes a uma disciplina

saudável; dissolver complexos e compor dissídios; liberar, transformar, elevar e utilizar da melhor maneira energias e forças instintivas, emotivas. Uma vontade que dirige decididamente desejos e aspirações ao alto, desperta as energias espirituais e elimina os obstáculos para que o Espírito aja.

O Eu espiritual é o centro mais elevado do ser e realiza, completa e aperfeiçoa o que a vontade começou, agindo de modo sutil, frequentemente despercebido, a partir de dentro e do alto. Não raramente, age mais eficientemente quando a pessoa se sente árida, impotente, envolta em trevas. Isso ocorre porque o Espírito deve primeiramente dissolver as durezas e as resistências, queimar as impurezas, transmutar laboriosamente as energias inferiores, o que requer o convocar e o empregar de forças. Esta ação inevitável do Espírito se reveza com outra ação positiva de regeneração e de síntese. Por sua natureza, o Espírito está acima de todo dualismo, de todo conflito: Ele é Unidade. Sua presença e ação renovam, coordenam, harmonizam e unificam. Por isso, Assagioli sugere que se tenha fé na ação do Espírito; que as portas da mente sejam abertas a Ele; que se aspire a unir-se, fundir-se o mais possível com Ele, tornando-se consciente e efetivamente o que se é em essência, ou seja, um só Ser, uma só Vida. “Assim passaremos da multiplicidade, da dispersão, do desgastante sofrimento das forças contrastantes à paz, à harmonia, à cooperação fecunda de todas as nossas energias, à jubilosa Psicossíntese.” (ASSAGIOLI, 1993, p. 152).

5.3. O Ato da Vontade¹⁰

Este livro aborda a função da vontade, sua aplicação e suas leis, implicações e possibilidades de desenvolvimento. Ao tratar de vontade transpessoal, Assagioli (2005) faz referências à proposta de Maslow a respeito das necessidades transpessoais, ou meta-necessidades. A satisfação de necessidades psicológicas básicas, como amor, estima e auto-atualização, não garante que sentimentos de tédio, aborrecimento, vazio e insignificância invadam o âmago das pessoas satisfeitas e bem-sucedidas. Ao contrário, as leva a buscarem algo mais, pois apesar de bem-sucedidas tornam-se inquietas, rebeldes, deprimidas. Essa sensação de vazio existencial não deve ser considerada patológico e se apresenta muitas vezes concomitantemente a um estado geral de saúde física e mental perfeito. Há em alguns a necessidade de compreender o sentido da vida, fator fundamental para resistir a situações extremas, de risco de sobrevivência. Para Assagioli (2005), aqueles que sofrem com o sentido

¹⁰ ASSAGIOLI, R. (1973). **O Ato da Vontade**. 4. ed. São Paulo: Cultrix, 2005.

da própria insignificância estão iludidos, pois toda existência, segundo ele, tem seu lugar no todo. Daí ser fundamental encontrar o propósito da própria função no mundo e na vida.

As necessidades básicas referem-se aos níveis inferior e médio da vida psicológica, consciente e inconsciente, mas há o nível supraconsciente, cuja culminância é o Eu espiritual. Este nível está latente na maioria das pessoas, mas em algum momento exige ser satisfeito, exige ser considerado e vivenciado. Toda necessidade suscita impulsos à satisfação: os relativos às necessidades básicas são mais ou menos cegos, instintivos e inconscientes; as mais pessoais levam a impulsos que, gradualmente, encaminham à sua satisfação por meio de atos conscientes e volitivos. “Portanto, toda necessidade suscita, mais cedo ou mais tarde, uma *vontade* correspondente”. (ASSAGIOLI, 2005, p. 91). A necessidade de significado, quando tem seu impulso ouvido, leva a pessoa a ir além das limitações comuns da consciência e, conseqüentemente, a atingir estados de consciência mais expandidos e intensos.

Há duas maneiras de lidar com a angústia existencial que são, de certo modo, opostas: tentar escapar, retornando a um estado primitivo de consciência e perdendo-se na vida coletiva, o que caracteriza um caminho de regressão, ou elevar-se acima da consciência comum, caracterizando o caminho da transcendência. O primeiro não proporciona uma satisfação permanente, nem oferece uma solução real e duradoura: apenas adia a crise, que poderá ressurgir exacerbada. A solução é enfrentar com coragem e boa vontade as condições para transcender as limitações da consciência pessoal, não perdendo o centro de percepção individual, uma vez que individualidade e universalidade não são mutuamente excludentes e podem ser unidas numa realização bem-aventurada e sintética.

A vontade é a função mais intimamente relacionada ao Eu ou a sua mais direta expressão, seja o Eu pessoal ou o Eu espiritual. Conseqüentemente, existe uma vontade pessoal e uma vontade transpessoal, expressão do Eu espiritual, que opera nos níveis supraconscientes da psique e é sentida pelo Eu pessoal como uma atração ou “chamado”. Não é incomum ser interpretado como um chamado de Deus ou de um ser mais elevado, dando início a um “diálogo” entre o homem e essa fonte mais Alta, durante o qual, alternadamente, um invoca e evoca o outro. Pode acontecer de o chamado do Alto apresentar-se sob a forma de uma exigência imperativa e até ser sentido, temporariamente, como perseguição.

Quando a vontade transpessoal se torna ativa podem acontecer diferentes efeitos da interação entre ela e a vontade do Eu pessoal. As aspirações e a vontade do Eu pessoal, assim como a atração do Eu espiritual no sentido de transcender as limitações da consciência normal

e da vida, têm sua manifestação na busca e na vontade de encontrar significado e iluminação por meio de vários tipos de transcendência: do amor e da ação transpessoais, da beleza e da realização do Eu espiritual. “Esses modos de transcendência podem ser expressos também em termos de vontade, da vontade fundamental de transcender as limitações da personalidade através da união com alguém ou com algo maior e mais elevado” (*idem*, p. 95). Em todos os casos, encontra-se a união do amor e da vontade. A transcendência pode se dar por meio do amor pessoal, pois todo amor humano em plenitude tem um aspecto transpessoal, definido como um relacionamento entre os níveis supraconscientes de duas pessoas, uma realização conjunta da Realidade Transpessoal. Pode haver uma combinação do amor sexual, emocional e transpessoal. O amor perfeito seria a união de todos os níveis. “A vontade correspondente pode chamar-se *vontade através do amor*” (*idem*, p. 95).

O caminho rumo à transcendência é o resultado da compulsão e da vontade deliberada de realizar todas as possibilidades humanas, em especial as transcendentais, atribuindo um valor especial às potencialidades que pertencem à esfera supraconsciente, cuja origem é o Eu espiritual. Usando a terminologia da Psicossíntese, a auto-atualização de Maslow corresponde à psicossíntese pessoal, o que inclui o desenvolvimento e a harmonização de todas as funções e potencialidades humanas, em todos os níveis – desde as áreas inferior e média da psique.

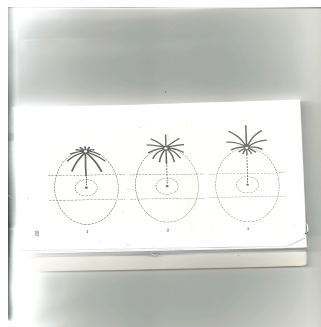
A realização do Eu espiritual refere-se à área do supraconsciente e pertence à psicossíntese espiritual, o que se dá em três estágios: 1) ativação e expressão das potencialidades do supraconsciente, incluindo vários tipos de transcendência; 2) percepção direta do Eu espiritual culminando com a unificação da consciência do Eu pessoal com o Eu espiritual, o que em termos de vontade é a unificação da vontade pessoal com a vontade espiritual; 3) comunhão do Eu espiritual com o Universal, ou seja, comunhão da vontade individual com a Vontade Universal.

A questão da existência de uma Vontade Universal e sua relação com as vontades individuais está muito ligada a um problema mais amplo, ou seja, da relação do homem com a suprema Realidade Universal. Em função dessa relação ainda ser concebida e expressa, principalmente, em termos religiosos, existe certa dificuldade em tratar a questão cientificamente. Deus não é bem acolhido pela Ciência; muitos o afirmam morto ou mera abstração, conceito, símbolo, questão de fé no sentido de crença cega ou, quando muito, questão de esperança, mas nunca uma Realidade viva. Praticamente, não afetaria de maneira importante nada nem ninguém: “vive-se como se Deus não existisse” (*idem*, p. 100). No geral, pode-se dizer que tal atitude é uma reação contra as imagens antropomórficas de Deus e às

teologias que tentaram dar uma concepção teórica à Realidade que transcende quaisquer formulações desse tipo. Porém, há abordagens da Realidade última mais satisfatórias, como a intuitiva. A intuição, há muito reconhecida no Oriente e no Ocidente como um meio de conhecimento verdadeiro e mais elevado, foi considerada por Jung e outros como uma função psíquica tão real e legítima como qualquer outra. A diferença está nas tentativas de “provar” a existência de Deus por meios intelectuais e racionais e a experiência intuitiva e direta de comunhão com a Realidade última.

Razão é uma palavra que os filósofos têm usado de duas maneiras: para designar o conceito mental e analítico de razão (modo que pode ser chamado de aristotélico), adotado pela Ciência moderna e por filósofos racionalistas mais ou menos conscientemente, e “O outro conceito da razão corresponde ao *Logos* de Platão e à Razão Transcendental de Kant e de outros” (*idem*, p. 101). A outra abordagem da Realidade última se faz pela percepção das analogias, baseada na unidade de todos os aspectos da Realidade, do menor ao maior, havendo íntima correspondência entre o microcosmo e o macrocosmo, no geral e especificamente, entre o homem e o universo. Isso não significa que o homem, em seu estado de consciência normal, possa compreender mentalmente o imenso raio de ação da Realidade última e seu significado. Pode compreender intuitivamente sua identidade essencial com a Realidade suprema, expressa no Ocidente como a identidade entre o homem e Deus, ou como sublinharam alguns, a Vida é Una e existe só Uma Vida.

Apenas por meio de uma série de expansões de consciência, alcançando estados cada vez mais elevados de percepção, é possível ao homem experimentar gradualmente alguns desses grandes mistérios. Homens e mulheres esclarecidos de todos os tempos têm testemunhado essas possibilidades transpessoais de maneira semelhante e acima de diferenças devidas a condicionamentos individuais e culturais. Inversamente à posição antropomórfica, todas as qualidades e funções humanas são como imagens parciais, refletidas num espelho, de qualidades e aspectos da Realidade transcendente. A experiência existencial básica do homem desidentificado de todos os elementos psicológicos é o Ser consciente, “*é ser um ego vivo*”, que é um aspecto do Ser Universal (*idem*, p. 102). Experimentar esse relacionamento se faz em graus sucessivos, como se pode ver nos esquemas abaixo (*idem*, p. 103):



O primeiro diagrama, mais à esquerda, mostra o Eu espiritual irradiando quase totalmente para a área do psiquismo individual, indicando que sua atenção é dirigida principalmente para o Eu pessoal e que sua atividade é aplicada em influenciar o homem total, pela irradiação do nível supraconsciente e através dele.

O diagrama do meio mostra a atenção e a atividade do Eu espiritual uniformemente distribuídas entre a personalidade (direção descendente) e a Realidade transcendente (direção ascendente). Após muitos estágios de expansão da percepção, a pessoa adquire certa compreensão de sua participação num estado de Ser universal, preservando ao mesmo tempo um aguçado sentimento de identidade individual, de ser plenamente “ele mesmo”.

O terceiro diagrama, à direita, indica o mais alto estado de transcendência. Nele o senso de identidade individual, por estar atenuado, pode parecer temporariamente perdido, mas não o é totalmente. A esse estado são dados diferentes nomes: samadhi, prajna, satori, êxtase, consciência cósmica. Nesse estado fenomenologicamente especial a pessoa percebe de alguma maneira a totalidade do cosmo, sua unidade e a integração de tudo o que ela contém, incluindo o próprio Eu, sentindo pertencer a ele por direito absoluto. “Torna-se um membro da família, e não um órfão. Entra no cosmos, não permanece do lado de fora, a olhar para dentro” (MASLOW, citado por ASSAGIOLI, 2005, p. 105). O indivíduo sente-se, diante da vastidão do universo, pequeno, mas ao mesmo tempo importante; é parte do universo, e não um estranho ou intruso.

O Eu espiritual de cada ser humano está em íntima união com o Eu espiritual de todos os demais, mesmo que não tenham consciência disso. Os Eus espirituais de todos “podem ser considerados como ‘pontos’ no interior do Self Universal” (*idem*, p. 210). Muitas pessoas, de variadas maneiras, afirmam a existência de uma mente universal ou, em outras palavras, de uma racionalidade inerente ao Universo. Embora tema para longa discussão, o que se pode apresentar é uma analogia semelhante entre todas as funções humanas.

“Todo amor humano, mesmo em seu mais elevado aspecto transpessoal, pode ser considerado como a expressão parcial do princípio universal do AMOR” (*idem*, p. 105). Há inúmeros testemunhos, de todos os tempos, relativos à realidade desse amor. Analogamente, a manifestação física do amor pode ser considerada reflexo da polaridade universal, da integração do que tem sido chamado de espírito-matéria, Yang-Yin e Shiva-Shakti. O mesmo se dá entre a vontade individual e a Universal, baseado na íntima relação entre o Eu e a vontade em todos os níveis. Quem experimentou esse relacionamento afirma ser uma realidade existencial.

Para Assagioli (2005, p. 105), “se não houvesse Vontade Universal, o homem possuiria algo não existente no universo e, portanto, o microcosmo seria superior ao macrocosmo”: seria um conceito sem lógica. Harmonizar, comungar, unificar e fundir as duas vontades tem sido a profunda aspiração humana e, embora esta seja a mais elevada necessidade humana, ela nem sempre é realizada. De acordo como são entendidos os diferentes conceitos de Realidade, as pessoas sentem-na e expressam-na. Isso significa, para as pessoas de natureza devota, que têm uma concepção religiosa de fé, o relacionamento e a eventual unificação da vontade do homem com a vontade de Deus. Segundo Assagioli (2005), Cristo declarou de maneira direta e elevada a vontade da unificação quando disse “Seja feita Tua vontade e não a minha”, e ao afirmar “Eu e o Pai somos um” declarou a sua realização.

Para Assagioli (2005) a vontade nem sempre se associa à alegria por ser vinculada a severidade, proibição, negação, mas o ato de vontade é muitas vezes intrinsecamente alegre. A partir da teoria de Maslow sobre as necessidades humanas, afirma que da satisfação de qualquer necessidade advém o prazer. O prazer resulta da satisfação de uma necessidade básica e o estado subjetivo fruto da satisfação, mesmo que temporária, de desejos e necessidades das pessoas ditas normais pode ser chamado de felicidade. A alegria provém da satisfação de necessidades mais elevadas; a boa vontade é alegre porque cria uma atmosfera de harmonia e felicidade, uma vez que os atos de boa vontade geram resultados ricos e, muitas vezes, surpreendentes. Uma profunda satisfação e o sentimento de ter cumprido o propósito para o qual se veio ao mundo são comuns na realização de atividades altruístas e humanitárias. Tem sido chamada de bem-aventurança, plena Autorrealização Transpessoal e comunhão e identificação com a Realidade transcendente. O prazer proporcionado por necessidades elevadas não deve excluir o de outros níveis. Conflitos e crises de ajustamento e crescimento podem ocorrer, mas são estágios temporários no processo de crescimento, psicossíntese pessoal e Autorrealização. Devido às múltiplas subpersonalidades, não raro

conflitantes, é possível experimentar alegria em um nível e sofrimento em outro. Antever uma satisfação futura pode causar alegria, mesmo que no momento se sinta dor.

Compreende-se que o ato de vontade seja essencialmente alegre, já que o efeito de querer com êxito é a satisfação das necessidades pessoais. Sendo a vontade, o querer, função intrínseca do Eu, ser um Eu leva ao sentido de liberdade, poder, domínio, o que é profundamente alegre. A realização da Vontade transpessoal, expressão do Eu espiritual, é tão intensamente jubilosa que pode ser chamada de bem-aventurança. É a alegria da união harmoniosa entre a vontade pessoal e a Vontade transpessoal, a alegria e harmonia entre a Vontade transpessoal e a de outras pessoas, mas a mais elevada e importante é a bem-aventurança resultante da identificação da vontade individual com a Universal.

5.4. Ser transpessoal – Psicossíntese para o nascimento de nosso Ser real. Fases, processos e crises da emergência espiritual.¹¹

O tema deste livro é o processo transpessoal. Sua premissa é a de que toda pessoa tem latente em seu Ser algo que vai além da experiência fenomênica, ou seja, a transpessoalidade. A busca interior e a realização do Eu espiritual representam uma prática verdadeira que, quando a maturidade psíquica permite, ativa a dimensão transpessoal, campo de qualidades superiores, está disponível e pode ser desenvolvida conscientemente, com o uso das próprias energias, por meio de técnicas e treinamentos adequados. A Psicossíntese tem como certeza primeira e última do “fenômeno humano” o Ser e sua dimensão fundamental. Tal concepção é fruto da compreensão do que é permanente e do que é relativo na estrutura humana, daquilo que estruturalmente é idêntico à energia que perpassa todo o Universo, sendo o homem um microcosmo em contínuo vir a ser, responsabilidade da consciência que o anima.

Assagioli (1993) estabeleceu relações entre a estrutura biológica e o substrato emocional e mental, enunciando leis fundamentais da psicodinâmica por meio de um sistema aberto, em evolução, aplicável a todos os campos da vida. Ao ampliar os horizontes da Psicologia até o terreno ilimitado da espiritualidade, auxiliou a busca interior da divindade propondo um novo caminho de autorrealização baseado na ação responsável, que permite a cada um construir o próprio futuro a partir das ações no presente. Isso é Psicossíntese.

¹¹ ASSAGIOLI, R. **Ser transpersonal: Psicossíntesis para el nacimiento de nuestro Ser real. Fases, procesos y crisis de la emergencia espiritual.** Madrid: Gaia Ediciones, 1993.

O conceito de supraconsciente, referente à dimensão onde residem os valores superiores humanos, permite que conteúdos espirituais deixem de ser apenas do âmbito das religiões, filosofias e ideologias ocultistas. A proposta é a de uma Ciência baseada em um método experimental, dentro do contexto da investigação científica, com objetivos não apenas quantitativos, mas complementada com o valor qualitativo da experiência em nome de uma verdadeira Ciência humanista que possa investigar o espiritual. As técnicas e os instrumentos de investigação da Psicossíntese trazem o foco do campo de observação para o mundo interno, sem perder os requisitos necessários à objetividade e à realidade fenomênica. Ser imparcial ao observar a si mesmo pode ser difícil, o que não impede cada um de testemunhar diretamente o próprio processo evolutivo, lei universal que impulsiona tudo à transformação, bastando estar aberto à renovação. A Psicossíntese é uma teoria em construção, mas não há dúvidas a respeito de sua concepção de ser humano biopsicoespiritual e da importância dada à investigação das experiências supraconscientes, interesse central da Psicologia Transpessoal.

Pode-se dizer que a obra de Assagioli é espiritual, em especial quando aborda o desenvolvimento espiritual humano, interesse específico deste livro, que na realidade é uma compilação de alguns de seus escritos. O termo espiritual foi mantido, respeitando o uso feito por ele com ampla conotação, incluindo as experiências religiosas, todos os estados de consciência e as funções e atividades que contenham valores superiores à média, tais como os valores éticos, estéticos, heroicos, humanitários e altruístas. O desenvolvimento espiritual abarca todas as experiências relacionadas ao conhecimento dos conteúdos do supraconsciente, incluindo, ou não, a experiência do Eu espiritual.

O despertar e o desenvolvimento da consciência espiritual.

A experiência espiritual é entendida como um estado de consciência que se diferencia amplamente em qualidade, intensidade ou efeito de outros fatos normalmente conhecidos. É descrita como o resultado de entrar, voluntariamente ou não, em contato com uma esfera de Realidade que está acima ou além da considerada normal e é denominada, muitas vezes, de transcendente. Mas o termo “transcendente” sugere algo abstrato e impreciso, diferente da descrição de quem vivencia tais experiências e as percebe como substancialmente reais. Negá-las ou entendê-las como ilusões ou sublimação de instintos sexuais demonstra uma postura arbitrária e sem o espírito científico verdadeiro: daí a necessidade de sua exploração adequada.

Uma dificuldade referente a seu estudo é que provocam diferentes reações emocionais em quem as vivencia, gerando diversas interpretações. Os indivíduos mesclam-nas com suas questões e estruturas mentais e emocionais, causando confusões, falsos conceitos e dúvidas. Diferenças de percepção sobre o mesmo fato psíquico são naturais, uma vez que toda esfera de realidade é múltipla, variada e cheia de vida. Além disso, diferenças na constituição psicofísica, no desenvolvimento mental e no preparo histórico e cultural de cada observador levam a diferentes formas de experimentar, interpretar e relatar um mesmo aspecto da Realidade. Consequentemente, “a consciência espiritual não deve ficar limitada, de maneira nenhuma, por crenças religiosas ou místicas, nem a um certo de tipo de experiências ou, ser identificada com estas” (ASSAGIOLI, 1993, p. 22). Mas deve ser observada com uma postura crítica e objetiva, e não preconceituosa.

É possível investigar cientificamente a experiência supraconsciente como um fato igual a qualquer outro. O materialismo, o receio em conhecer os próprios conteúdos internos e a falta de estudos sobre experiências supraconscientes geram em quem as experimenta o medo de ser diferente, anormal, quando há irrupções repentinas oriundas do supraconsciente ou diferentes do normal, pois, embora supranormais, elas podem parecer patológicas. A maioria dos relatos a respeito corresponde ao campo religioso, particularmente às experiências místicas. A proposta científica para investigar o supraconsciente é a recopilação de biografias, autobiografias, epistolários de todas as épocas e entrevistas pessoais atuais, que devem ter seus dados examinados, classificados, interpretados e avaliados. A fase experimental consiste em utilizar métodos psicológicos adequados que facilitem a descida dos elementos supraconscientes ao campo da consciência ou promovam a ascensão do centro da consciência às regiões superiores.

A inspiração transpessoal

O tema foi abordado na aula VIII de 1972 e nas aulas I e XI de 1973. Vários fatores reforçam o preconceito e dificultam a real compreensão das experiências transpessoais: a mente pode resistir à ideia da existência de uma realidade e de valores não racionais, confundindo suprarracional, irracional e antirracional; suas descrições estão comumente vinculadas a doutrinas religiosas; são inefáveis e há dificuldade em expressá-las em uma linguagem capaz de comunicar a sua verdadeira natureza; receia-se enfrentar algo diferente e desconhecido do habitual, pois no geral, esse tipo de experiência é apresentado de forma negativa, como uma renúncia a tudo a que se está habitualmente vinculado sem que se ressaltem os aspectos positivos e a profunda alegria que podem gerar.

Nem sempre é fácil diferenciar o que vem do supraconsciente de um indivíduo (telepatia vertical) daquilo que vem de esferas muito mais elevadas ou do supraconsciente de outros indivíduos (telepatia horizontal). Conforme a pessoa se eleva, mais amplia a sua consciência, tendendo a perder os limites da individualidade até unir-se com o Todo. Por isso, qualquer descrição ou terminologia é relativa, apenas indicando o que acontece, pois a linguagem é sempre simbólica, figurada, ainda mais no campo espiritual. Na telepatia espontânea a pessoa recebe impressões sem as ter desejado ou provocado, o mesmo ocorrendo com os fenômenos inspirativos na telepatia vertical: o Eu consciente percebe conteúdos do supraconsciente que irrompem no campo da consciência espontaneamente. São exemplos a inspiração artística de modo geral, intuições, premonições de caráter superior, impulsos a feitos heroicos e iluminação mística. Este processo também pode ser favorecido ou provocado por meio de exercícios psicoespirituais, objetivando atrair ou facilitar a descida de conteúdos supraconscientes (mensagens, influxos) para a consciência. A telepatia vertical tem grande importância, pois confirma a existência do supraconsciente que, sendo a dimensão humana melhor e mais sábia, pode ser utilizado de forma benéfica ao permanecer consciente.

Todos possuem internamente um Mestre, um Sábio amoroso, dotado de poderes espirituais elevados: o Eu espiritual, que necessita da subida até o supraconsciente para ser acessado, o que pede o preparo psicoespiritual adequado para resistir à abundância das forças que emana. Além disso, é necessário ser capaz de não confundir suas mensagens com as vozes interiores, compreender e interpretar corretamente seu simbolismo e disponibilizar-se a realizar com vontade firme e constante aquilo que ele indique. O Eu espiritual tem um sentido de valores e de proporção das coisas muito diferente do da consciência comum, relacionada a crenças, vozes internas e interesses pessoais. Suas indicações correspondem a um bem maior, mais verdadeiro, podendo contradizer as preferências pessoais. Ouvi-lo e identificar-se com ele significa buscar a eliminação gradual de costumes e atividades que podem ser nocivas, menos importantes ao Eu pessoal, dar espaço e dedicar-se ao que realmente vale a pena.

Em sua sabedoria, o Eu espiritual não espera que essas mudanças sejam feitas de maneira imediata ou perfeita e sabe que seguramente, mais ou menos lentamente, alcança-se a elevada meta a que o ser humano está destinado, e que ele tem presente desde o começo da peregrinação evolutiva, pois o seu sentido é o do eterno. Ele vive no eterno presente, e “não em uma eternidade somente transcendente, cindida do vir a ser evolutivo” (ASSAGIOLI, 1993, p. 93). A expressão “eterno presente”, embora paradoxal, tenta expressar a relação entre o transcendente e o imanente, a síntese entre o ser e o vir a ser, sendo que ambos devem estar

conscientes e operantes o tempo todo. Isso só é possível quando se está em sintonia consciente com o Eu espiritual. Para desenvolver essa sintonia e torna-la cada vez mais refinada e sutil é necessário abrir-se a ela, superando reticências, egoísmo, preguiça moral (as evasões, as passividades disfarçadas).

O Eu espiritual é um guia onisciente que vê o futuro. Sua inspiração e ajuda podem proporcionar paz, segurança, alegria profunda e amor, transformando o ser humano em instrumento eficaz de ajuda ao demais. Ele pode ser simbolizado de várias maneiras, cada uma representando um de seus aspectos: entre as mais comuns estão a estrela (como é representado no diagrama do psiquismo humano), uma esfera de fogo irradiante, a figura de um ser chamado pelos orientais de Anjo Solar, Mestre Interior, Ancião Sábio, Herói, Guerreiro Interior. Mas, mesmo sendo onisciente e sábia, essa instância só intervém se invocada: deve-se dar o primeiro passo para criar o canal de comunicação. O despertar para essa dimensão humana depende do ritmo possível e desejado de cada indivíduo. O Eu espiritual, apesar de sua onisciência, e talvez por ela, não interfere no livre arbítrio.

Continuamente nos deparamos com o paradoxo da dualidade e da unidade da Divindade, o que em termos psíquicos poderia ser traduzido assim: o Eu pessoal, que descende do Eu espiritual, é seu reflexo. Mas só admitir intelectualmente tal dualidade e unidade não basta: é necessário vivenciá-la. Para que a reunificação entre o Eu pessoal e o Eu espiritual ocorra é fundamental passar pelo processo do colóquio interno, da invocação, da demanda, da resposta e, em seguida,

pouco a pouco, chega a aproximação, a faísca cada vez mais frequente e mais viva entre os dois polos que se aproximam e que em um ou outro instante se “tocam”, para depois separarem-se novamente (...) até que chegue o momento da grande paz, quando os dois tornam-se Um. (ASSAGIOLI, 1993, p. 95).

Símbolos das experiências

A palavra “normal” tem sido usada como sinônimo do indivíduo que respeita as regras sociais do meio em que vive: é o mesmo que dizer que o homem normal é conformista. Pouco satisfatório, medíocre e estático, tal conceito exclui todo aquele que se afasta da norma e é considerado anormal por isso, embora possa apenas tentar superar a mediocridade. Isso começou a mudar com grandes pensadores e cientistas, como Jung. Gênios, sábios, santos, heróis e iniciados tentaram, sem depreciar os homens comuns, suscitar-lhes o impulso, o sonho de transcender a normalidade e desenvolver suas potencialidades latentes.

A inadequação da linguagem que utiliza metáforas ou símbolos baseados em coisas concretas para designar condições ou realidades psicológicas ou espirituais dificulta a compreensão do supraconsciente. A natureza de toda expressão, verbal ou não, é simbólica, e símbolos têm enorme valor quando reconhecidos e compreendidos corretamente, podendo evocar e facilitar a compreensão direta do que é intuído. Além disso, se as palavras que indicam realidades superiores têm sua raiz na experiência dos sentidos, isso permite que realcem as correspondências essenciais e análogas entre o mundo externo e o interno, entre o macro e o microcosmo. Apesar de sua riqueza, se tomados de forma literal os símbolos levam a uma compreensão distanciada do real. Limitados, expressam uma variante ou um conceito parcial da realidade, tanto que diferentes símbolos podem indicar uma mesma verdade. Assim, quando são tomados em conjunto, observadas a sua convergência e a síntese de todos os pontos de vista, pode-se chegar a uma compreensão mais ampla e integral da realidade que simbolizam.

Os símbolos podem ser utilizados como temas de meditação ou autênticos exercícios psicoespirituais, que resultam em surpreendentes transformações. Há vários grupos:

Símbolos de **interiorização**: ajudam a equilibrar o externo e o interna, a explorar e conquistar os mundos interiores, o que melhora a saúde física e psíquica e produz efeitos supranormais por permitir a descoberta do verdadeiro ser; são revelação e potenciação concomitantemente.

Símbolos de **aprofundamento ou descida ao “fundo” do ser**: na Psicologia das profundezas toma-se consciência de aspectos inferiores que depois são incluídos na personalidade consciente, sem deixar-se envolver por eles, permitindo a verdadeira conquista espiritual. É possível atualizar as realizações superiores fortalecendo-se e, então, proceder à exploração do inconsciente, eliminando a dissociação entre consciência e inconsciente inferior, fruto da repressão do que não se admite existir na personalidade. Reprimir exacerba conteúdos reprimidos; o ideal é transformar a parte inferior e não se deixar dominar por ela.

Símbolos de **elevação**, conquista de mundos internos, cada um com características específicas e níveis superiores e inferiores: integram os sentimentos mais elevados, a razão superior e filosófica (nous), a imaginação de tipo superior e os mundos da intuição, da vontade, inefáveis ou transcendentais.

Símbolos de **expansão ou ampliação da consciência**: para não perder-se na vastidão da consciência, é necessário tomar posição sólida no centro do próprio ser, pois a expansão da

consciência relaciona-se diretamente com a potenciação do centro, sendo essas duas realizações complementares entre si, e não opostas. Só é possível conscientizar-se de parte limitada da realidade e o mesmo ocorre com as zonas psíquicas. A consciência é capaz de se expandir, percebendo zonas cada vez maiores de conteúdos psíquicos, em todas as direções, sendo importante reconhecer-se no todo e não se dispersar nele. A expansão da consciência pode ir ainda em direção ao tempo, incluindo ciclos cada vez maiores, num *continuum* temporal de múltiplas dimensões, compreendendo que o significado e o valor da vida humana consistem em um processo que se desenvolve pelo menos entre o nascimento e a morte. Essa inclusão prepara a passagem do temporal para o eterno, dimensão transcendente na qual o Centro espiritual existe e permanece acima do fluir da corrente temporal.

Símbolos de **despertar**: o estado de consciência do homem normal é onírico; o mundo externo real é o conjunto das ilusões produzidas por imaginação, emoções e concepções mentais. O mundo material é um vertiginoso torvelinho de elementos infinitesimais dotados de potente dinamismo, aproximando-se do conceito indiano fundamental de *maya* (pura ilusão), antiga visão espiritual do que é percebido. Ilusões emocionais e mentais condicionam a vida, levam a erros de avaliação, conduta e sofrimentos de todo tipo. Acredita-se pensar objetivamente, mas preconceitos e sugestões levam a um estado de sonho do qual se pode despertar; é possível reconhecer as diversas subpersonalidades coexistentes, aceitar o que se agita internamente e então descobrir o que realmente se é: o Eu espiritual.

Símbolos de **iluminação**: despertar é passar da ilusão à Realidade. O primeiro passo, nada fácil, consiste em ver a si próprio claramente. Depois se resolve problemas que parecem insolúveis pela intuição, substituindo os conhecimentos sensível, intelectual, lógico e racional pelo intuitivo, que os completa e transcende. A intuição possibilita desidentificar-se do que se contempla e favorece o reconhecer a unidade intrínseca entre o objeto observado e aquele que observa. Mas a iluminação espiritual vai além: “é uma ‘fulguração’, a percepção da Luz imanente da alma humana e de toda a criação” (ASSAGIOLI, 1993, p. 106).

Símbolos de **fogo**: um dos mais difundidos e essenciais, o culto ao fogo está presente em todas as tradições esotéricas. A função do fogo, em essência, é a de purificar, objetivo com que é usado na alquimia espiritual.

Símbolos de **evolução e desenvolvimento**: em certo sentido são sinônimos, entendendo “desenvolver” como “atualizar o que estava em estado potencial”. Os principais símbolos são a semente que contém a árvore em potencial e a flor cujo botão, ao abrir, deixa o

fruto se formar. Estar acostumado ao milagre do desenvolvimento das coisas leva a não reconhecer a existência da realidade preexistente, “uma Inteligência imanente que dirige as diferentes fases do desenvolvimento desde a semente até a árvore e desde a célula ou células germinais até o organismo completo” (ASSAGIOLI, 1993, p. 107). A flor também simboliza o Eu espiritual e visualizá-la aberta ou a desabrochar é eficiente e suscita energias e processos psicoespirituais. O despertar da consciência espiritual corresponde à abertura da flor que se dá pela ação vivificante do sol, símbolo do Espírito. Assagioli desenvolveu o Exercício da Rosa, eficiente em favorecer essa abertura. O símbolo do desenvolvimento corresponde a uma lei fundamental da vida, presente em processos da natureza e da alma humana; pode ser aplicado à fase que vai da criança ao adulto normal e deste ao homem desperto espiritualmente.

Símbolos modernos de **potenciação e intensificação**: a conquista espiritual é um tipo de intensificação da consciência da vida, uma tensão psicoespiritual diferente e superior a do homem médio normal. Os dois estágios desse processo são a potenciação das energias e funções latentes mal desenvolvidas e a passagem ao reino sobre-humano. Neste encontram-se manifestações de poderes supranormais que, juntamente a dotes ético-espirituais superiores, são atribuídas a iluminados, profetas e iniciados. Alguns utilizam-nas deliberada e conscientemente e outros espontaneamente e até contra a própria vontade, caso de certos místicos e santos. Esses poderes são consequência natural da realização espiritual.

Símbolos do **amor**: o amor humano é, ao mesmo tempo, desejo e propósito relativamente consciente de transcender os limites da própria existência e entrar em comunhão, fundir-se com outro ser. Místicos e devotos usam esse simbolismo para falar de suas experiências de comunhão com Deus e Seres superiores.

Símbolos de **caminho, peregrinação**: usados de maneira universal por esotéricos e religiosos, refere-se a peregrinações e à via mística religiosa.

Símbolos de **transmutação**: o corpo pode ser transmutado por um processo de transformação regeneradora psicoespiritual, permitindo desenvolver poderes psicofísicos e parapsicológicos. A psique harmoniza-se com o espírito, integra o corpo e alcança uma unidade orgânica harmônica de todos os aspectos humanos, constituindo a verdadeira alquimia espiritual, uma biopsicossíntese que se refere simbolicamente à transmutação do homem, processo reconhecido por Jung, que escreveu sobre o simbolismo alquímico presente nos sonhos de seus pacientes e nos desenhos de pessoas doentes e saudáveis.

Símbolos de **regeneração e novo nascimento**: relacionam-se aos anteriores, pois a transmutação completa prepara a regeneração, cujo significado mais profundo constitui o nascimento do homem espiritual dentro da personalidade.

Símbolos de **libertação**: relacionam-se a desenvolvimento, liberação de complexos, de ilusões e da identificação com diversos “aspectos” da vida, como diferentes “máscaras”; libertam e ativam as potencialidades latentes. Nesse processo há uma fase de dualidade: desidentifica-se do corpo, das emoções, do pequeno “Eu” pessoal para se poder transmutar tudo depois. Religiões sempre usaram símbolos de libertação, mas se há medo não há liberdade, o que o homem deseja mas teme, fato que se explica por implicar empenho e autodomínio, qualidades da vida espiritual.

Símbolos de **ressurreição e retorno**: referem-se à volta ao Ser Primordial, originário, o que pressupõe a doutrina emanatista, teoria filosófica na qual os múltiplos seres que constituem o Universo emanam de um ser único. Há ainda o retorno mais elevado de todos ao mundo dos seres que, por amor e compaixão, escolhem auxiliar os que permanecem cegos, adormecidos ou prisioneiros. É o retorno dos Seres espirituais que já não mais necessitam aprender, perguntar nem desejar nada do mundo e voltam a ele para redimir os demais, convertendo-se em colaboradores de Deus, em “liberados liberadores”. “No Budismo, isso se chama a renúncia ao Nirvana e no Cristianismo, a obra de redenção” (*idem*, p. 114).

O DESPERTAR ESPIRITUAL

Fases e Crises do Desenvolvimento Espiritual

As pessoas se encontram em diferentes graus de desenvolvimento psicológico e espiritual, desde o mais primitivo até o da transcendência da normalidade, um estado supra-humano e espiritual. Tais diferenças são úteis e necessárias, pois a diversidade gera diferentes tipos de relacionamentos, ações e reações, levando a experiências fecundas. Se todos estivessem no mesmo nível a vida seria mais simples e monótona e fracassaria, em grande parte, em seu propósito. Fazendo uma analogia do desenvolvimento espiritual com os estágios do desenvolvimento humano, as crianças, como os seres primitivos, só vivem o presente e seus sentimentos, embora intensos, são pouco profundos e breves; carecem de moralidade, já que o sentido de responsabilidade é rudimentar; tendem a personificar objetos e forças naturais; não se percebem claramente diferenciadas do mundo que as rodeia. Em um estado um pouco mais evoluído encontram-se os jovens mais maduros e as almas de uma idade

interior, correspondente ao que era típico no início das grandes civilizações: comunhão com a natureza, crenças em deuses infantis, inicialmente personificando a natureza e as paixões humanas para, gradualmente, elevarem-se até simbolizar altos princípios espirituais.

Para cada idade do corpo e da alma, assim como para cada tipo psicológico e manifestação humana, existem aspectos inferiores e superiores, do mesmo princípio e qualidade. Nas almas primitivas encontram-se violência, inteligência de tipo primitivo, e sensibilidade escassa diante do sofrimento alheio. Mas, também existem aspectos superiores, como pureza, inocência, docilidade, devoção e obediência aos deuses ou confiança infantil em Deus. Na civilização atual essas características são encontradas em empregados fiéis, devotos religiosos, pessoas do campo. Sua evolução e experiência se dão, principalmente, por meio de atividades externas que geram qualidades morais, sabedoria, constância. Seu ideal é a devoção, a fidelidade, os preceitos morais e religiosos e as leis estabelecidas.

Com o evoluir do processo, como no ingressar na adolescência, conflitos e contrastes levam à reflexão crítica no âmbito moral e surgem dúvidas e problemas; princípios inculcados e teorias dominantes não são aceitos incondicionalmente e a mente busca suas origens, bases e concordância com os fatos. Concomitantemente há intensificação e complicação dos sentimentos, pois surgem novas paixões, desejo de independência, rebelião contra “deuses” e qualquer tipo de autoridade. Acentuam-se a autoconsciência e a autoafirmação, que com frequência tendem à introspecção subjetiva. É uma fase caótica, sem harmonia, muito difícil para quem vive e para os que estão em volta. Os aspectos inferiores dessa idade da alma são excessos de autoafirmação, impulsos destrutivos, anarquia, fanatismo, orgulho, intransigência, tendências extremistas, intolerância, falta de respeito e compreensão com os demais; os superiores são idealismo, espírito de sacrifício por uma causa, generosidade, valor, audácia, apreciação da beleza, sentido de honra e todas as qualidades inerentes a uma conduta nobre. Do ponto de vista espiritual, ocorre o desenvolvimento da mente e dos poderes morais autônomos, com afirmação da autoconsciência, da independência espiritual; surge uma postura de interesse pela vida, seu estudo e aquisição de maior experiência, da consagração ativa a um ideal ou causa aceita internamente e à qual o indivíduo adere livremente.

Os adultos, comparados aos jovens, perdem certa exuberância vital e efervescência emotiva, mas desenvolvem as faculdades mentais e racionais e certa ordem interna; a personalidade se formou e se consolidou. Os aspectos inferiores consistem, principalmente, no excesso de limitações, endurecimento e aridez, pois o contato com desilusões e lutas pode destruir sonhos e levar à falta de entusiasmo e ao questionamento da fé. Surgem o ceticismo e

o descontentamento, que gera o cinismo, capaz de levar à supervalorização de aspectos negativos, como crítica excessiva e cristalização intelectual, que atrapalham e destroem a consciência do Real. Finalmente, deixar-se absorver por interesses práticos e deveres pessoais pode levar ao separatismo, à afirmação indevida do Eu pessoal e ao egoísmo. Os aspectos superiores dessa fase psicológica podem ser resumidos em harmonia, equilíbrio e eficiência. Equilibram-se espírito e forma e a personalidade, já aperfeiçoada, torna-se instrumento de expressão do Eu, construído, resistente e ao mesmo tempo suficientemente fluído, permitindo à pessoa agir a vontade do Espírito no mundo. A concomitância de resistência e fluidez dessa fase mostra a presença de opostos integrados positivamente, e não de maneira necessariamente conflitiva. Embora seja livre de crises tumultuadas, ela é crítica no nível espiritual, pois é o momento da escolha que decidirá o futuro da alma.

Quando o processo de endurecimento e cristalização ocorre sem questionamento e prevalece sobre o lado dinâmico e espiritual, a velhice desenvolve seus aspectos negativos de endurecimento, enfraquecimento, egocentrismo e gradual segregação da vida a sua volta. Se nenhuma força equilibradora interromper tal processo, pode degenerar em irresponsabilidade e isolamento egoísta, culminando na morte espiritual, assim como a senilidade culmina na morte física. Não raramente, interferem fatores que fazem a personalidade retornar à via ascendente, deixando ilusões e apegos da vida “normal” e colocando-a em contato com o próprio Espírito. Surge nova sensação de poder, fervor e eficiência, como um rejuvenescimento interno em que as melhores qualidades se somam, sem substituir as da idade madura. O correspondente físico desse processo não se sustenta caso não haja um rejuvenescimento psicológico e espiritual correspondente. Às vezes há um rejuvenescimento emocional, com verdadeiros sentimentos de caráter idealista e juvenil que precisam da mesma maneira ser alimentados constantemente. O rejuvenescimento espiritual é algo mais profundo e fundamental, produto do “casamento” entre a personalidade e o espírito mais íntimo, do qual brota poderoso fluxo de energia espiritual, luz amor, que a vivifica e transforma.

Além das fases do crescimento interior, existem duas crises decisivas: a que precede o rejuvenescimento interior e a que ocorre em um estágio posterior, correspondendo ao que os místicos chamam de “noite escura da alma”, que será abordada mais a frente. Essas crises são fruto da consciência espiritual, de se ter o sentido do eterno e do transcendente, que se manifestam primeiramente de forma negativa, para depois revelarem seu aspecto positivo de iluminação e expansão. Isso leva a rever a relação com o mundo, a compreender que supervalorizar algo é uma maneira apegada e vã, a se dar conta do efêmero, que formas

separatistas e antagônicas do Eu pessoal se relacionar, contradizem a Realidade Espiritual. É difícil para a personalidade abrir mão de apoios e apegos que teme perder, gerando uma reação aos chamados do Espírito, até que, no limite das resistências, a personalidade se deixa levar e o inesperado acontece: ao invés da temida aniquilação o ser encontra uma nova vida, mais rica e intensa, com a sensação de ser inundado por luz e alegria; o mundo é percebido como transfigurado: dentro e mais além da mutabilidade das aparências, em todas as coisas e seres, é sentido o palpitar do poderoso ritmo da unidade suprema.

Esse despertar da alma costuma ser acompanhado por um período de jubilosa expansão, interior e exterior, podendo assumir diferentes formas e aspectos: algumas vezes prevalecem os aspectos místico e iluminativo, em outras essas novas energias expressam-se por meio de uma ação impessoal e heroica, de um apostolado do bem ou, ainda, por alguma criatividade artística. Tal estado pode durar muito tempo ou a vida toda; em certos casos não é tão simples e favorável. Se a personalidade não está preparada e não resiste ao influxo da força espiritual pode reagir desarmônica ou patologicamente, produzindo estados de exaltação, desequilíbrio ou fanatismo observados em alguns místicos e “iluminados” espúrios, diferente dos verdadeiros, dos quais são caricatura e mera imitação.

Há aqueles que após o período de luz começam as lutas da personalidade comum, que estava apenas temporariamente dominada pela nova consciência espiritual, sem uma transformação estável. O apego, as tendências e as paixões retornam e a pessoa se dá conta do duro e complexo trabalho que tem pela frente, de purificação e transformação dos elementos humanos. Às vezes, esse trabalho de transformação é imposto de forma inexorável pelo Espírito e a alma se vê obrigada a penetrar na “noite escura”, estado de sofrimento e privação interior, análogo ao que precede o despertar da alma, só que muito mais profundo, completo e radical. Uma maneira de tornar tal provação menos dura e longa é compreender sua natureza e objetivo; ao invés de sofrer com sua força, cooperar voluntária e inteligentemente com sua ação, acolhendo-a sem rejeitar a terrível e magnífica oferta que faz, aceitando-a compreensiva e generosamente, amando os sofrimentos e aniquilamentos trazidos pela crise. É um ato heroico, muito mais árduo quanto mais silencioso for, mas as conquistas às quais conduz são, consideravelmente, mais preciosas. A isso se denomina “santa liberdade dos filhos de Deus” e “vida unitiva”; segundo São João da Cruz (citado por ASSAGIOLI, 1993, p. 127), quem a alcança “parece mesmíssimo Deus e possui as mesmas propriedades que ele”; corresponde ao Nirvana dos orientais, estado de vitória e liberação no qual todo desejo pessoal, apego e temor

é dissipado. O Espírito assim vinculado alcança poder sutil e formidável, é capaz da ação sem ação, impossível de ser recusada.

Essa é uma perspectiva dos estágios e das crises do desenvolvimento espiritual que parece levar a um mundo muito diferente do cotidiano. Assagioli (1993) questiona se por trás dos que se agitam sob músicas frenéticas e se consomem em drogas, festas e jogos não existem almas atormentadas que tentam escapar, dessa forma, dos chamados da alma. Se o mesmo acontece com pacientes psiquiátricos que se sentem e são incompreendidos, não estarão passando pelas terríveis provas da dissolução interior, da noite escura espiritual? Muitos sofrimentos e complicações podem ser evitados se as pessoas compreenderem o que lhes ocorre e forem compreendidas pelos demais. Mais que nunca é urgente e necessário falar sobre crises espirituais, mostrar o que significam, fazer ver aos materialistas que todas as conquistas possíveis sobre a natureza e a matéria têm um significado simbólico; somente o despertar da alma profunda, a realização da soberania do Espírito, pode dar ao homem “o verdadeiro poder, a paz segura, a divina liberdade que é sua suprema, ainda que inconsciente, aspiração” (*idem*, p. 128).

O desenvolvimento espiritual e os transtornos neuropsíquicos

O desenvolvimento espiritual implica o despertar de faculdades previamente inativas, ao mesmo tempo em que são necessárias a purificação e a transmutação de aspectos da personalidade, às vezes radicais, bem como a elevação da consciência a níveis antes inalcançáveis e a expansão a novas dimensões internas. Um trabalho dessa magnitude ocorre não de forma instantânea, e sim em etapas que podem ser acompanhadas por distúrbios neuropsíquicos e psicossomáticos. Na clínica psicológica é fundamental saber diferenciá-los dos distúrbios psicopatológicos, embora sejam, muitas vezes, semelhantes. Os sintomas do desenvolvimento espiritual têm significado e valores diferentes dos psicopatológicos e, portanto, devem ser tratados de maneira diferente. O número de pessoas com esse tipo de transtorno, conscientes ou não do que lhes acontece, vem aumentando porque a mente crítica do homem moderno acaba por tornar mais difícil a compreensão desse processo interno, o desenvolvimento espiritual. São cinco os estágios críticos da realização espiritual: I. As crises que precedem ao despertar espiritual; II. As crises produzidas pelo despertar espiritual; III. As reações que se seguem ao despertar espiritual; IV. As fases do processo de transmutação; e V. A “noite escura da alma”.

I. As crises que precedem ao despertar espiritual. Este estágio foi abordado na V Aula de 1964, bem como parte do II estágio. Serão apresentados portanto, apenas os novos conceitos e ideias referentes ao assunto.

II. As crises produzidas pelo despertar espiritual. Alguns casos psiquiátricos são classificados como delírio de grandeza, mesmo que os demais aspectos da personalidade encontrem-se preservados e demonstrem a falta de conhecimento da psiquiatria tradicional sobre a etiologia do distúrbio. É fundamental buscar uma explicação psicológica mais profunda sobre as ideias deste tipo de enfermo. O fato de alguém perceber internamente a realidade do Espírito e sua íntima ligação com a alma humana leva a um sentido de grandeza e ampliação interna, juntamente com a sensação de fazer parte da natureza divina. O fundamental é lembrar que há diferenças entre o espírito individual em sua natureza essencial – o Eu espiritual ou Eu real – e a pequena personalidade comum, o pequeno Eu em sua forma habitual. Não fazer essa distinção acarreta consequências sérias e dá a chave para compreender o desequilíbrio desse tipo de caso e de outras formas menos importantes de auto-exaltação e auto-inflação. Esses pacientes acreditam que seu próprio Eu pessoal não regenerado possui as qualidades e os poderes do Espírito: filosoficamente, pode-se dizer que é a confusão entre a realidade relativa e a absoluta, entre o plano pessoal e o metafísico. Essa interpretação das ideias de grandeza leva a úteis normas curativas. Mostrar ao paciente que ele está equivocado e suas ideias são delirantes não será eficaz e pode inclusive deixá-lo mais exasperado; deve-se reconhecer com ele os elementos de verdade que existem em suas afirmações e, em seguida, com paciência, buscar leva-lo à compreensão da distinção entre o Eu pessoal e o Espírito. Mesmo em almas nobres muito rígidas a revelação do transcendente suscita a exigência de adequação completa e imediata à perfeição que é vã e pode provocar reações depressivas e desespero autodestrutivo, já que isso só pode ocorrer mediante longa e gradual transformação e regeneração da personalidade.

III. As reações que se seguem ao despertar espiritual. Este estágio já foi abordado na V Aula de 1964.

IV. As fases do processo de transmutação. Serão apresentados outros aspectos da transmutação, já abordada na V Aula de 1964. Esta ascensão regenera a personalidade e é um longo e complexo processo cujas fases purificam o que impede a afluência e a ação das forças espirituais e o desenvolvimento de faculdades interiores. A personalidade deve permanecer firme e dócil, desejando “trabalhar” pelo Espírito e suportando tudo com paciência: por ser um período de mudanças e alternância entre luz e trevas, alegria e dor, exige muita energia.

Os julgamentos dos que estão à volta podem gerar transtornos e dúvidas, mas a compreensão alheia evita confrontos e sofrimento; manter-se firme requer serenidade. A transição entre o velho e o novo gera desintegração, impotência e transtornos psíquicos, nervosos e físicos. Medicamentos atenuam sintomas físicos, mas não atuam sobre as causas psicoespirituais do mal: é necessário compreendê-las e dar ajuda sábia e oportuna ao enfermo por meio de psicoterapia. Os esforços na busca pela evolução interior e pela vida espiritual, quando excessivos, podem reprimir os elementos inferiores, intensificando da tensão nervosa e psíquica. A parte mais essencial do trabalho de regeneração é realizada pelo Espírito, cujas energias podem ser atraídas através de fervor, meditação e comportamento interno adequado e da eliminação do que dificulta a sua ação. Ainda assim, é necessário esperar com paciência e fé que tal ação se desenvolva espontaneamente na alma. Problemas opostos podem ocorrer, como o desgaste das forças espirituais em efervescência emocional ou em atividades excessivas e febris enquanto afluem abundantemente ou a tentativa de as conter e controlar excessivamente, que leva a uma tensão geradora de transtornos e esgotamentos internos. Por isso é necessário aprender a regular adequada e sabiamente o fluxo das energias espirituais, evitando sua dispersão e, ao mesmo tempo, sabendo empregá-las de forma ativa, em obras internas e externas que sejam nobres e fecundas.

V. A “noite escura da alma”. Ao final do processo de transformação psicoespiritual, muitas vezes surge um intenso sofrimento, uma escuridão interna que os místicos cristãos denominam de “noite escura da alma”. As características desse momento se parecem muito com a psicose depressiva e a melancolia, podendo chegar a desespero, acentuar o sentido da própria indignidade e tender à autocrítica, à autocondenação e à convicção de que se é um caso perdido, penosa sensação de impotência mental, debilidade da vontade e do autodomínio, sensação de desgosto e grande dificuldade em agir. Apesar das semelhanças é um estado não patológico, e sim de grande valor e causas espirituais. Também conhecido como “crucificação mística” ou “morte mística”, tem como fase seguinte uma ressurreição espiritual gloriosa, com o fim dos sofrimentos, amplamente recompensados com a plenitude da saúde espiritual.

A elevação espiritual, em muitos casos, pode ocorrer de forma bastante gradual e harmoniosa, com as dificuldades superadas e os diferentes estágios sucedendo-se sem reações nervosas ou físicas.

Os transtornos nervosos e mentais de pessoas comuns são, frequentemente, mais graves e difíceis de curar do que os de causas espirituais, pois no geral costumam ser

consequência de fortes conflitos entre paixões, impulsos inconscientes e a personalidade consciente. Quando os aspectos superiores são fracos e não há disciplina para produzir os ajustes e a harmonia que podem devolver a saúde, tais transtornos acabam por ser mais difíceis de curar. Embora possam ser graves, os sofrimentos e os transtornos de quem está em um caminho espiritual são reações temporárias ou o final de um processo orgânico de evolução e regeneração interior: portanto, desaparecem naturalmente quando a crise que os provocou se resolve ou cedem mais facilmente a uma cura adequada. Os sofrimentos produzidos pelo refluxo da onda espiritual são profundamente recompensados pela afluência e pela elevação da fé na importante finalidade e na elevada meta dessa aventura interior. Essa visão, poderosa inspiração, consolo e manancial de forças e valores, sempre deve ser lembrada àqueles que estão atormentados pela crise e pelos conflitos espirituais.

Apesar das semelhanças psicológicas e físicas entre crises espirituais e alguns transtornos psiquiátricos, por terem causas muito diferentes e até opostas, devem ter tratamentos distintos. “Geralmente, os sintomas neuropsíquicos dos enfermos comuns costumam ter um caráter regressivo.” (*idem*, p. 144), pois são pessoas que não conseguem realizar os ajustes internos e externos necessários a um desenvolvimento normal da personalidade. Em alguns casos fogem das exigências de uma vida adulta, refugiando-se em uma patologia que os impeça de assumi-las; nos casos de traumas emocionais cuja reação é adoecer, há um conflito entre a personalidade consciente e os elementos inferiores que costumam atuar no inconsciente. Os males produzidos pelo desenvolvimento espiritual têm um caráter claramente progressivo e resultam do esforço em crescer pelo impulso em direção ao alto e de conflitos e desequilíbrios temporários entre a personalidade consciente e as energias espirituais. Logo, o tratamento de ambos os casos deve ser completamente diferente.

No primeiro caso o trabalho terapêutico deve ajudar o paciente a alcançar o nível do homem “normal”, eliminando repressões e inibições, medos e apegos, ajudando-o a transcender o egocentrismo, falsas valorizações, seu conceito distorcido de realidade, para que conquiste uma visão objetiva e racional da vida, aceite seus deveres e desenvolva uma justa apreciação dos direitos alheios. Os elementos que não se desenvolveram adequadamente, nem foram coordenados ou contrapostos, devem ser harmonizados e integrados em uma psicossíntese pessoal. Já para os que adoecem devido ao desenvolvimento espiritual o trabalho curativo consiste em produzir um ajuste harmonioso, que favoreça a assimilação e a integração das novas energias espirituais aos elementos normais preexistentes, empreendendo uma psicossíntese transpessoal em torno de um centro mais elevado. Percebe-se que o

tratamento dos primeiros é inadequado e insuficiente aos segundos e, portanto, pode ser-lhes prejudicial. Os profissionais que não conhecem esse tipo de distúrbio podem desvalorizar as aspirações espirituais do paciente e acabar por leva-lo a desacreditar de sua própria avaliação, reforçando defesas da personalidade e, conseqüentemente, levando-o a rejeitar os chamados da própria alma, o que só piora a situação e atrasa a solução.

Quando um paciente com conflitos devidos ao despertar espiritual encontra-se na fase da inquietude, insatisfação e aspiração inconsciente, com perda do interesse pela vida comum por ainda não ter recebido a luz da Realidade Superior, e caminha sem rumo, recebe uma orientação que revele as causas de seu mal-estar, isso pode facilitar e acelerar o renascimento da alma, o que por si só já é parte essencial da cura. Se ao paciente que está na fase do deslumbramento com a luz espiritual e em contato com realidades supraconscientes for explicada a verdadeira natureza e função de suas experiências, se ele puder ser alertado de que são necessariamente temporárias, se forem descritas as transformações desse caminhar, isso o prepara para as reações que possam ocorrer, poupando-o do considerável sofrimento causado pela “queda das alturas” supraconscientes e suas incertezas e desânimos conseqüentes. Mesmo sem o preparo prévio, se a pessoa estiver em terapia durante a fase mais depressiva e puder ser confortada com a ideia de que o estado anterior era apenas temporário e que sairá certamente do estado depressivo atual, isso será de grande ajuda e alívio.

No quarto estágio, o mais longo e multiforme, com os “incidentes da ascensão” a pessoa encontra-se desgastada e instável e a ajuda é mais complexa. Assagioli (1993) sugere: a) explicar o que está acontecendo e indicar o comportamento adequado a seguir; b) ensinar o domínio das tendências inferiores sem reprimi-las ou relegá-las ao inconsciente; c) ensinar e ajudar a transmutar e sublimar as próprias energias psíquicas; d) ajudar a conservar e utilizar criativamente as energias espirituais que fluíram à consciência; e) guiar e cooperar com a tarefa de reconstrução da personalidade, ou seja, a psicossíntese.

A “noite escura da alma” é uma experiência em que é necessário repetir incessantemente para quem a vive, para lhe trazer algum alívio, que essa é uma experiência transitória, já que isso é o que mais desespera; assegurar firmemente que, por maior que seja a angústia, esse momento tem grande valor espiritual e trará tantos benefícios que um dia irá bendizer. Dessa maneira, poderá suportar e aceitar o sofrimento com mais paciência e resignação. Do ponto de vista físico uma alimentação saudável e natural, técnicas de relaxamento, o contato com a natureza e um ritmo equilibrado de diversas atividades físicas e psíquicas ajudam muito. Quando há mescla de sintomas regressivos e progressivos o

tratamento é um pouco mais difícil. O desenvolvimento é desarmonioso e irregular e a pessoa pode alcançar alto nível de desenvolvimento espiritual em alguns aspectos da personalidade e permanecer fixada em outros infantis ou dominados por complexos inconscientes. A mistura dos tipos de sintoma deve ser considerada com muito cuidado para que se determine a verdadeira causa das dificuldades e se proponha o tratamento mais adequado.

Por tudo isso é fundamental que médicos e psicoterapeutas conheçam teórica e praticamente as enfermidades nervosas e psíquicas que podem resultar do desenvolvimento espiritual, a fim de poderem auxiliar de maneira eficaz e adequada. Grupos multidisciplinares preparados podem cooperar muito nesses casos e na informação das pessoas de modo geral, auxiliando familiares, amigos, médicos e psicoterapeutas a compreenderem e a não julgarem, preconceituosamente, como é comum acontecer.

Mística e Medicina

O fato de a maioria dos místicos sofrerem de transtornos nervosos levou à dedução de que toda atividade mística é consequência de enfermidade, demonstrando a total incompreensão dos fenômenos espirituais. A existência de sintomas não desvaloriza a experiência espiritual, pois o valor moral e intelectual de alguém independe dos sintomas que possa ter em comum com personalidades doentes. O caráter histórico, os estigmas de alguns santos, deve levar a uma reflexão sobre o significado psicopatológico que se lhes atribui, e não o inverso. A verdadeira relação entre enfermidade e mística deve ser a de reconhecer que muitos transtornos nervosos e psíquicos, quando não são coincidência, no máximo representam a repercussão orgânica de uma intensa vida espiritual. As fases do desenvolvimento espiritual, com exigências imperiosas, experiências excepcionais e tensões internas provocadas pela luta entre o chamado do espírito e a resistência da personalidade, não só levam a colocar à prova a resistência nervosa e psíquica do indivíduo como produzem, a princípio, uma avaliação negativa da experiência espiritual. Tal experiência assemelha-se muito a certos sintomas da depressão, mas a primeira é temporária e leva a uma vida mais rica e plena e a segunda, é a perda das faculdades normais sem nenhum benefício correspondente. De qualquer maneira, isso coloca em evidência a debilidade da estrutura antiga do indivíduo em relação a que está por despertar. Muitas sensações aparecem nas fases do despertar espiritual e lembram transtornos psicológicos como a melancolia, assim como algumas pessoas que apresentam melancolia passam por profunda transformação espiritual.

O objetivo dessa reflexão é ajudar os profissionais de saúde e os próprios místicos a reverem as suas opiniões sobre esse fato psíquico e espiritual: os primeiros podem auxiliar os que vivem tal experiência a favorecer seu desenvolvimento harmônico, e os segundos podem reconhecer tais sintomas como fruto de suas debilidades e imperfeições humanas, pois quando não reconhecidos levam-nos à recusa da entrega dócil ao Espírito, o que deveriam fazer além de aspirar saúde perfeita. Essa é a diferença entre a nova mística e a antiga. Na antiga os sofrimentos chegavam ao extremo de serem cultivados como meios de purificação e na nova o corpo não é inimigo do espírito, e sim o seu templo, um instrumento apreciado no qual a enfermidade não constitui nenhum mérito. Nesse sentido, a nova mística é um retorno à fonte originária, pois Jesus foi um verdadeiro místico que não cultivou nem a enfermidade nem qualquer ascetismo. As crises vividas por ele não provocaram nenhum transtorno duradouro em seu corpo. Aliás, os Evangelhos "não só o descrevem como saudável, mas como um curador" (*idem*, p.153). Além disso, várias são as passagens de cura feitas tanto por Jesus como por seus discípulos, mostrando que a tendência ascética foi a responsável por terem quase se perdido as tradições místicas de cura e alívio do sofrimento.

Finalmente, Assagioli aborda a importância de uma terapia espiritual que tenha pela frente os seguintes problemas a resolver: a) no que consiste, realmente, o poder curativo? b) como se obtém? c) que papel desempenha nisso a atitude do paciente? d) que importância tem a fé, tanto no que opera a cura como no que é curado? e) quais são as diferenças e as relações entre a psicoterapia e a terapia espiritual? f) quais são as relações entre a cura física e a regeneração interior? Seu objetivo com tais questionamentos é estimular uma relação estreita, compreensiva e harmônica entre medicina e mística, o que beneficiará a todos, em especial os que sofrem com este tipo de conflito.

A Purificação da Alma

A **Divina Comédia** de Dante Alighieri oferece várias reflexões a respeito da vida interior e do desenvolvimento espiritual, podendo ser seu guia. Assagioli interpreta as alegorias dessa obra mostrando seu significado espiritual e esotérico, o que pode auxiliar a compreensão do processo de desenvolvimento espiritual.

Caminhando por um bosque selvagem, árido e frondoso, Dante – que na primeira metade de sua vida encontra-se lá sem saber como – depara-se com uma colina, olha para cima e percebe que ela está iluminada pelo sol. Essa alegoria simboliza a primeira fase do

desenvolvimento espiritual: o bosque representa a vida viciosa do homem comum e o estado de dissabor, agudo sofrimento e obscuridade intelectual que costumam preceder o despertar espiritual. Ele está invadido por um medo tão amargo que, maior, só a morte. A descoberta da colina iluminada pelo sol e a elevação do olhar indicam o momento do despertar da alma, com o apaziguamento do medo, o que lhe permite iniciar a subida da montanha. Isso simboliza a fase seguinte ao despertar espiritual. Todo aquele que experimenta o brilho intenso da luz do espírito, a beatitude perfeita do despertar, percebe na própria alma a intensa aspiração de receber cada vez mais luz e de permanecer neste estado de serenidade e beatitude. Isso o impele a continuar buscando o ápice, mas começam a surgir as dificuldades e os perigos da escalada.

As primeiras são a atração e as tentações dos sentidos, simbolizadas por uma pantera. No momento da iluminação a alma surpreende-se ao perceber sua natureza inferior, que estava adormecida mas não superada, e que ao despertar rapidamente rebela-se de forma violenta e tenta impedir a escalada ao cume. Mesmo com tais dificuldades, a alma, sustentada por suas aspirações e estimulada por sinais e ajudas externas e internas, espera conseguir. Outros obstáculos surgem, suscitando novas e profundas preocupações: o orgulho espiritual, simbolizado pelo leão, normalmente surge quando se percebe um novo poder interno; permite vislumbrar a maravilhosa possibilidade de desenvolvimento que se tem à frente, o que por sua vez leva ao desenvolvimento do sentido de separação, verdadeira antítese da espiritualidade. Surge a cobiça, cujo símbolo é a loba, princípio da separatividade e do egoísmo, da ambição de viver, raízes dos desejos da alma individual. Essas três feras simbolizam os obstáculos a serem vencidos para se conseguir chegar ao cume e à luz. Tais obstáculos levam o homem a reconhecer seus desenganos, a perder sua ousadia e presunção, reconhecendo sua própria debilidade e impotência, o que representa a aquisição da humildade. É esta que permitirá a Dante receber ajuda nesse momento de luta, simbolizada pela chegada de Virgílio.

Esta é a grande e consoladora lei da vida e do espírito (...): a ajuda superior está sempre disposta e nunca é negada; nós somos os únicos obstáculos que a mantém afastada. O que acontece é que não sabemos ou não queremos acreditar assim. (ASSAGIOLI, 1993, p. 174).

Essa ajuda personifica a razão humana, princípio da discriminação espiritual que, quando não distorcido por paixões e sentimentos pessoais, reconhece e guia a personalidade ao bom caminho, dando-lhe ânimo e ajuda para evitar todos os perigos. Sua origem tem seu

primeiro impulso proveniente da elevada esfera divina, por meio do princípio divino da compaixão, que coloca em ação a graça, a luz da alma, representada por uma mulher de nome Lúcia. A graça, por sua vez, suscita a sabedoria divina, ou Beatriz, no poema. Por ter aspirado à sabedoria divina intensamente, a alma impulsionou Dante a percorrer de forma decidida e séria a via do espírito, o que lhe permitiu receber ajuda superior. Mas a sabedoria divina e a contemplação direta da verdade suprema não podem manifestar-se diretamente ao homem impuro e não regenerado, enredado no denso véu da matéria. É a sabedoria divina que envia a ajuda do princípio de discriminação espiritual a Dante, que suscita e inspira o poder do conhecimento inato no homem normal. É esse poder de conhecimento e discriminação que deve conduzir a alma na primeira parte de sua peregrinação pelo longo e doloroso caminho de purificação e expansão através de sua natureza inferior.

Algumas escolas acreditam não ser necessária a purificação moral para se obter as revelações superiores. Essa é uma posição cômoda ao egoísmo e à preguiça do ser humano e pode ser perigosa pelas ilusões que acarreta. Defendem que bem e mal são relativos; que o Espírito está acima das distinções humanas; que a moral é um produto social, constituída por normas tradicionais, aceitas sem críticas pelos homens comuns e que os super-homens podem libertar-se disso, sendo capazes de fazer o que os demais não o são. Essas ideias são consequência da confusão entre os grandes princípios morais de caráter universal e suas aplicações particulares e imperfeitas. Os códigos morais e a educação são relativos e até contraditórios, mas não invalidam as grandes leis da Moral: tanto em um caso quanto no outro se trata da manifestação da grande Lei de Causalidade. É dela que todo efeito deriva, necessariamente, de sua causa, assim como está implícito nela. Logo, àquele que age, o primeiro e mais importante efeito é o que imediatamente atinge seu próprio ânimo: uma boa ação eleva e enobrece quem a cometeu, automaticamente, e uma má ação degrada seu autor. Essa é uma lei rigorosa da qual resultam evidentes a sua justiça e a sua necessidade. Com relação ao argumento de que o Espírito puro, o Absoluto, o não manifesto, em essência não possui atributos e, portanto, está acima do bem e do mal, pode-se dizer que do Uno eterno sobrevém o “dois”, surgem as polaridades, o bem e o mal, e ninguém pode afirmar-se Espírito puro e, conseqüentemente, estar acima do bem e do mal. De qualquer forma, as escolas do Oriente e do Ocidente que tendem a desenvolver a verdadeira e pura espiritualidade afirmam que paixões e desejos egoístas fazem do ser humano escravo de forças e entidades inferiores, dificultando sua ascensão. Também ensinam que toda manifestação de egoísmo, até as mais

latentes e sutis, tem natureza separativa, enquanto o desenvolvimento espiritual caracteriza-se pela superação gradual e sucessiva

de toda separatividade, na harmonização dos diferentes elementos antitéticos em sínteses superiores, como preparação necessária para uma união consciente com o Princípio universal, e para a realização da unidade em todos os planos e em todos os aspectos (ASSAGIOLI, 1993, p. 177).

O mesmo pode ser concluído quando se examina tal questão do ponto de vista dos poderes que as diferentes fases do progresso espiritual comportam: alguém que seja escravo das paixões da pequena personalidade dificilmente dará conta das dificuldades, dos perigos e das responsabilidades que a obtenção e o uso desses poderes requerem. Obedecer aos princípios morais liberta o homem verdadeiramente, enquanto a imoralidade, a amoralidade e a supramoralidade, mesmo que encobertas por uma aparente liberdade, o tornam tão mais escravo quanto mais iludido e ignorante de suas correntes ele for. Essa é uma advertência feita por toda alma iluminada, de Buda a Jesus, dos sábios e desconhecidos autores dos Upanishads aos grandes místicos cristãos, que asseguram ter atingido a iluminação pela purificação da personalidade e da eliminação do egoísmo, o que leva à dedução de que todo aquele que avance pela via do espírito deve observar os grandes princípios éticos da humanidade e possuir uma moral muito mais pura, severa e consciente do que os demais homens.

Quem tem um maior conhecimento das leis dos planos superiores assume novas responsabilidades. Saber que pensamentos, sentimentos e afirmações da vontade não são abstrações, mas forças vivas e realidades poderosas dos planos sutis, das próprias criações, aumenta a responsabilidade do uso dessas forças internas, além de tornar as intenções internas algo tão grave e sério quanto as atitudes externas. A ética é a referência mais segura para equilibrar os diferentes movimentos, escolas e tendências, não apenas para avaliar as afirmações teóricas, mas, sobretudo, suas aplicações práticas e resultados efetivos.

Na **Divina Comédia** a razão e o poder de discriminação espiritual inatos no homem, na figura de Virgílio, se propõem caminhar junto a Dante pelos caminhos das trevas e das expiações para que, só depois, ele possa subir a montanha da purificação e, ajudado por um guia mais elevado, ascender às ansiadas esferas da Luz. Ao obedecer a essa orientação, Dante representa a alma humana iniciante na vida espiritual, símbolo do homem que deseja percorrer o caminho do despertar espiritual, seguir suas etapas e ascender às sublimes esferas da Luz e do Amor.

De maneira prática e resumida, a purificação é física, por meio de alimentação equilibrada e exposição ao sol; emocional, por meio do desapego e da eliminação do egoísmo, ou seja, a desidentificação da personalidade que camufla o verdadeiro Eu; e da imaginação, por meio do estímulo ao belo e ao bom, já que ela tem forte poder condicionador de ação. A eliminação das ilusões e o silenciar da mente permitem “limpar” o canal que une o Eu pessoal ao Eu espiritual. Um obstáculo ao desenvolvimento espiritual que causa muito sofrimento é o medo, muitas vezes inconsciente e gerador de atos prejudiciais à pessoa e a quem está em volta. Oriundo dos instintos básicos, suas manifestações patológicas são a ansiedade, a angústia, a fobia e os medos coletivos, havendo duas formas de tratá-los: os meios psicológicos e os meios espirituais, cada um atuando em um nível; por isso mesmo devem ser usados conjuntamente, mesmo que os meios espirituais sejam mais eficazes.

Os métodos psicológicos são o uso da mente para reflexão e persuasão, a Psicanálise, o desvio e a substituição do medo e os exercícios psicagógicos. Os métodos espirituais são a conscientização de que do ponto de vista espiritual a morte não existe, a comunhão com Deus, com a Vida e com o Eu espiritual, o amor espiritual, o companheirismo e a vida em grupo, o reconhecimento da própria natureza espiritual e dos poderes latentes humanos, a reflexão a respeito do mal e da própria fé, o desenvolvimento da sabedoria e da verdadeira consciência espiritual e a identificação com a verdade e a vida, que são em essência uma realidade única e levam à superação da consciência separada.

Assagioli (1993) dá ênfase especial à superação do medo da dor. Para ele o sofrimento precisa ser acolhido, transformado e convertido em algo positivo, como fator de desenvolvimento da resistência interna, necessária ao desenvolvimento espiritual, bem como dos aspectos mais sutis e profundos da consciência, despertando e levando à revelação do homem a si mesmo. A dor leva, enfim, à compreensão da dor do outro, e conseqüentemente a uma maior solidariedade. Além disso, a aceitação da dor pressupõe um ato de fé em Deus e na bondade da vida; deve ser viva e ativa e permitir chegar a uma tal compreensão da dor que é possível experimentar alegria mesmo em face do maior sofrimento. Isso pode ser explicado pela multiplicidade psicológica, pelos diversos níveis de consciência: enquanto se sofre em um nível, em outro, mais elevado, pode-se estar em êxtase. Logo, alguns casos de “gozo e alegria inerentes à aceitação espiritual podem prevalecer ao ponto de superar a dor e fazê-la desaparecer diretamente da consciência” (*idem*, p. 197), permitindo compreender a profunda justificativa para a dor humana e sua necessária função evolutiva.

Os apegos são outro obstáculo ao desenvolvimento espiritual e constituem-se na apreciação e na visão equivocada a respeito de algo. Todo apego contraria as leis da vida, que é um fluir constante e uma manifestação dinâmica, em constante transformação. O amor passional, diferente do espiritual, é possessivo e apegado. “Quem ama espiritualmente permanece livre e dá liberdade” (*idem*, p. 202). O amor espiritual supõe amor a Deus e a todos os demais seres e coisas, o que se amplia quanto maior a purificação. Uma forma de trabalhar os apegos é levar com humor e sem drama os fatos da vida e confiar no próprio Eu espiritual, desenvolvendo independência interna e autonomia espiritual.

Finalmente, a agressividade e o criticismo em suas mais variadas formas são os maiores obstáculos à realização espiritual, pois pressupõem a tendência à autoafirmação pessoal por meio de manifestações agressivas, geradoras de danos também a quem sente e age dessa maneira. Podem ser trabalhados pela transformação da tendência à crítica em sutil e sábia discriminação, pela sublimação e pelo desenvolvimento de qualidades opostas, como doçura, generosidade, bondade, positivismo e amor.

A Espiritualidade no Século XX

A característica do século XX é o materialismo, que tem consequências culturais como o crescente interesse do homem pelo mundo externo, em detrimento do interno. No entanto, seria incorreto deter-se apenas em manifestações externas, aparentes, já que uma nova alma, surgiu neste século quando comparado ao anterior, que foi materialista, positivista, burguês e nada espiritual. O intelectualismo do século XIX foi um dos maiores obstáculos à espiritualidade. As forças telúricas típicas do século XX – instintivas, primitivas e irracionais – são reações vivas e saudáveis, necessárias para evitar a decadência da civilização.

Tal análise não é suficiente para caracterizar a espiritualidade do século XX. Antes de discorrer sobre o assunto, Assagioli define o termo “espírito”, que por indicar uma realidade muito elevada, difícil de captar e experimentar, “quase impossível de formular racionalmente” (*idem*, p. 220), acaba por gerar inúmeros mal-entendidos. Espírito não é inteligência, caráter psicológico ou psique. Para defini-lo com exatidão é necessário ter clareza do que ele é em sua realidade última e diferenciá-lo de suas manifestações, as características com as quais se revela e a forma como é reconhecido pelo indivíduo em si mesmo, nos demais, na natureza e na história. “Em si, o Espírito é a Realidade Suprema em seu aspecto transcendente, quer dizer, absoluto e desprovido de qualquer limitação ou determinação concreta” (*idem*, p. 220).

Transcende qualquer limite de tempo e espaço, qualquer vínculo material e, como Realidade suprema e absoluta, não pode ser conhecido intelectualmente, pois transcende a mente humana, mas pode ser postulado racionalmente, cultivado de maneira intuitiva e experimentado de alguma maneira, misticamente. Mais fácil que definir Espírito é considerar suas manifestações. Lembrando que o Espírito é o elemento de transcendência, superioridade, permanência, potência, interioridade, criatividade, harmonia e síntese em toda manifestação individual e social, no homem

é espiritual (de uma maneira ou de outra) tudo aquilo que o leva a transcender seu exclusivismo egoísta, seus medos, sua inércia, seu hedonismo; tudo que o leva a disciplinar, dominar e dirigir as forças separadas, instintivas e emocionais que se agitam nele; tudo que o ajuda a reconhecer uma realidade mais ampla e superior, seja social ou ideal, e a inserir-se nela atravessando os limites de sua própria personalidade. (ASSAGIOLI, 1993, p. 220).

As manifestações espirituais são o valor no sentido da superação do instinto de conservação física; o amor e a entrega a um ideal como superação do egoísmo; o sentido de responsabilidade, de cooperação, sociabilidade e solidariedade; o desinteresse e o sacrifício; a vontade no sentido genuíno de princípio e capacidade de autodomínio, escolha, disciplina e síntese; a compreensão, pressupondo a identificação simpática com outros seres e manifestações da vida universal, sobretudo do significado e da finalidade da vida universal, reconhecendo a Vontade e Poder inteligente, sábio e amoroso do qual provém o universo e que dirige a evolução a uma meta gloriosa. O valor de cada uma das manifestações do espírito é relativo e depende do indivíduo ou do grupo social no qual se revelam, levando até mesmo a interpretações anti-espirituais delas. O homem está imerso em um âmbito diferenciado e concreto: inserido no tempo, no espaço e na matéria, encontra-se em um âmbito de relações, perspectivas, escalas de valores, hierarquias e desenvolvimentos em nada absoluto. Por exemplo, o amor à família é uma forma de espiritualidade louvável, mas se comparado ao amor à humanidade é algo limitado. As esferas cada vez mais amplas da vida espiritual incluem e apoiam as precedentes, o que permite que se reconheçam e realizem as diferentes formas de espiritualidade de forma gradual e ascendente. Essas são as características principais da espiritualidade.

No século XX o desencadeamento das forças telúricas ocorrido durante as guerras e as revoluções gerou atos de valor, coragem, sacrifício, solidariedade e altruísmo individual e coletivo, que são evoluções no nível de desenvolvimento espiritual dos indivíduos primitivos,

materialistas. É falta de espiritualidade esperar que aqueles que não estão maduros expressem formas de espiritualidade iluminativa, mas tais experiências aceleraram o desenvolvimento pessoal de milhões de indivíduos, assim como a evolução tecnológica, basicamente materialista, levou ao domínio da matéria e elevou o nível de vida coletivo, permitindo ao homem ter mais tempo para atividades culturais, artísticas ou espirituais. O mesmo pode-se dizer da preponderância do aspecto social e coletivo do século XX, com suas características de organização e hierarquias progressivamente maiores levando os indivíduos a adquirirem responsabilidades e poderes.

Indiscutivelmente, é necessário um equilíbrio entre o elemento coletivo e o individual, uma tensão criativa entre eles, o que requer um trabalho de educação individual e social, dever e responsabilidade de homens e grupos mais desenvolvidos espiritualmente. Isso significa conter e disciplinar as forças telúricas para que não irrompam destrutivamente, elevar e canalizar com firmeza a espiritualidade ainda elementar das massas a manifestações cada vez mais conscientes, elevadas, puras e construtivas. Embora pareçam tarefas difíceis de concretizar, é importante lembrar do poder plasmador e criador do espírito e do quanto as multidões, por sua passividade, são plásticas e receptivas, podendo ser impregnadas e transformadas pela influência de gênios, sábios e heróis. Os meios de comunicação em massa podem facilitar a difusão e a comunicação dessas influências positivas e a Psicologia Integral e suas técnicas psicossintéticas podem favorecer a ativação das grandes potencialidades latentes no supraconsciente e no Eu espiritual. Logo, é necessário que entre os trabalhadores espirituais esses acordos sejam estabelecidos.

No século XX, em todos os setores da cultura, surgiram movimentos de reação contra o materialismo e o positivismo característicos do século anterior: por exemplo, na Medicina passou-se a considerar a ação de forças psicológicas e espirituais sobre o corpo físico. Mais especificamente nos âmbitos espiritual e religioso ocorreram indiscutíveis desenvolvimentos e progressos, expressos nas seguintes tendências: 1) o crescente reconhecimento da relatividade de toda sistematização e formulação doutrinal e de seu caráter indicativo e simbólico; 2) o crescente interesse pela mística e por práticas como concentração, meditação, iluminação e yoga; 3) a espiritualidade foi levada à vida cotidiana individual e social; 4) a espiritualidade integral passou a contemplar o homem em sua totalidade – corpo, mente, espírito, vidas interior e exterior (uma psicossíntese espiritual); 5) o crescimento do trabalho, da busca e do despertar espiritual ocorreu em um crescente número de pessoas.

Pode-se dizer que a humanidade passa por uma crise espiritual, mesmo que ela não seja reconhecida conscientemente por muitos. A nobre tarefa de auxiliar essas pessoas a encontrarem as causas de seus males é uma importante promessa de esperança para o futuro, caracterizando a condução a uma nova era para a humanidade. Isso requer preparo para enfrentar esse período de transição, que inclui compreender o que está acontecendo, aceitar com valor e alegria as dificuldades inerentes à crise e colaborar de forma ativa para a construção da nova civilização. Para isso é fundamental o auxílio de grupos de trabalhos espirituais, cujos membros devem ter as seguintes características: ser liberais, flexíveis e universais; terem união interna constituída por compreensão, fervor e impulso de servir à humanidade por todos os seus membros, fruto de profunda amizade e fraternidade espirituais, e não de necessidades organizadoras externas; dispor de total liberdade de conceitos particulares, métodos e campos de trabalho. O trabalho de tais grupos consistirá em proporcionar diretrizes, fomentar iniciativas, educar, iluminar e elevar todos os aspectos da vida e das atividades humanas.

Dinheiro e Vida Espiritual

São muitos os preconceitos e as desconfianças quando o assunto é a espiritualidade. Ela não é algo teórico, algum tipo de abstração ou um idealismo distante da vida: consiste em considerar os problemas da vida de uma perspectiva elevada, compreensiva e sintética, experimentar tudo a partir de valores verdadeiros, tentar chegar à essência dos fatos sem se deixar levar por aparências externas ou opiniões tradicionais, sem influenciar-se por massas, tendências, emoções ou preconceitos pessoais. É muito difícil conseguir isso plenamente, mas deve-se tentar, pois a luz espiritual, quando projetada sobre dificuldades de todas as espécies, revela soluções e formas de se evitar perigos, erros e sofrimentos e, conseqüentemente, proporciona benefícios imensos. A abordagem espiritual da vida e de suas manifestações é revolucionária, pois permite substituir as concepções antropocêntricas e personalistas pelas espirituais, situando o homem, os fatos e problemas em seu justo lugar, sem barreiras artificiais, como se fossem duas vidas. A espiritualidade é dinâmica e criativa, pois a mudança de perspectiva e de valores, o desfazer das ilusões e a transfiguração do mundo e da vida que sua luz provoca leva a profundas mudanças internas, desvela novas e potentes energias, amplia o campo de ação sobre os demais e transforma a qualidade de tais ações. Isso justifica a importância da revisão radical que as almas iluminadas e fervorosas tentam fazer de todos

os aspectos da vida. Essa revisão implica compreender claramente e reafirmar de maneira decidida os princípios e os valores eternos do espírito e aplicá-los a problemas de toda ordem.

A era atual caracteriza-se pela mudança rápida, e às vezes radical, de acontecimentos, condições e, energias. As soluções espirituais devem ser plásticas, e em certo sentido sempre originais, mesmo que partindo dos mesmos pontos iniciais, para que possam ser adequadas a essa realidade mutável. O amor é um tema central na vida das pessoas e inclui a sexualidade; outro tema é o dinheiro. Um exame sincero, condição indispensável a uma vida realmente espiritual, leva à conclusão de que o dinheiro provoca ressonâncias na personalidade. É fundamental examinar e eliminar toda censura que possa existir no inconsciente inferior, referente ao tema, ao qual é comum estarem relacionados medo, desejo, cobiça, apego e sentimentos de culpa, inveja e ressentimentos.

Segundo Keyserling (citado por ASSAGIOLI, 1993), duas tendências principais se encontram na raiz da vida: o Medo originário, medo da falta de alimento e da fome, e a Fome originária, que Assagioli prefere chamar de Avidez originária. O Medo originário deve-se provavelmente a uma recordação atávica da preocupação em procurar alimento, contínua angústia do homem primitivo. Como salvaguarda contra esse medo, surgiu o instinto de segurança, primeiro impulso de todo ser vivente, a partir do qual se desenvolve o instinto de propriedade. A Fome originária, antítese da primeira tendência, é o princípio que move todo crescimento; o crescimento aspira ao infinito por sua própria essência e, portanto, não reconhece limites definitivos. Conseqüentemente, a Fome originária é agressiva e insaciável, opondo-se naturalmente a qualquer instinto de segurança, arriscando sempre, almejando o ilimitado. É disso que deriva o conflito originário em relação a tudo que se refira à Propriedade e ao Direito, criando no inconsciente inferior, uma luta perpétua e cruel entre a Fome e o Medo, sem nenhum equilíbrio permanente e harmônico.

Em uma civilização materialista essas duas tendências manifestam-se na forma de cobiça, pelo acumular dinheiro e bens materiais. Apesar dos milênios transcorridos e do parcial refinamento da vida humana, ainda prevalece a força arrebatadora dos instintos sobre outros motivadores e freios superiores, chegando às vezes a superar o instinto de conservação. Muitos delitos são gerados a partir disso e Seres elevados vêm tentando a difícil tarefa de elevar moralmente e despertar espiritualmente a humanidade para livrá-la de sua submissão às paixões. Essa atitude contrária ao dinheiro estendeu-se ao longo dos séculos do cristianismo, até culminar no dramático gesto de Francisco de Assis, que renunciou a tudo o que possuía e “celebrou jubiloso sua mística boda com a senhora pobreza” (*idem*, p. 243).

Surgem, então, dois questionamentos: 1. De um ponto de vista espiritual essas atitudes são necessárias e justas? É necessário condenar o dinheiro para poder viver espiritualmente? 2. Se for assim, é factível viver dessa maneira atualmente? Ao segundo questionamento é fácil responder: a Comunidade Franciscana percebeu que a vida regular no convento era impossível sem manejar dinheiro nem possuir bens. Atualmente os religiosos servem-se de todos os meios oferecidos pela vida moderna, pagando por seu uso. Isso se aplica ainda mais aos laicos na vida moderna, envolvidos com as questões da vida familiar, social e econômica, intimamente integradas por necessidade e por escolha. Assim, qualquer transformação desta vida no sentido espiritual não pode ser feita a partir de fora, de forma alheia, mas a partir de seu conjunto e atuando como elemento fermentador, estimulante. A primeira pergunta é mais difícil: é preciso tomar cuidado com as degenerações e as hipocrisias que o desprezo ao dinheiro pode gerar, convertendo-se em cômoda máscara à preguiça, à debilidade e a baixezas, podendo dar lugar ao parasitismo individual e coletivo.

Há outra objeção mais fundamental ao dinheiro, baseada em princípios religiosos inspirados em uma concepção que permeia o Antigo Testamento, segundo a qual riqueza e prosperidade são sinais tangíveis do favor de Deus e o prêmio pela conduta justa e reta. Pobreza e adversidades seriam consequência do castigo divino, resultado de erros individuais e coletivos. Essa concepção foi retomada por algumas correntes religiosas e espirituais modernas; de acordo com ela se Deus bom, é amor, deseja o melhor ao homem, quer que ele desfrute de uma vida plena, alegre, “rica”, e não pode contrariar-Se com o fato de o homem utilizar ao máximo os bens terrenos que a natureza, tão copiosamente, lhe concede. Os excessos e os abusos que o homem faz dos demais reinos da natureza não justificam a condenação espiritual e a renúncia prática de sua utilização correta e adequada, dos quais não apenas recebe benefícios e disfruta, como também dá em troca, elevando-os e refinando-os em vários aspectos. É o aspecto positivo do uso dos bens materiais, que requer certo grau de posse ou troca ativa dos mesmos entre as pessoas, e o dinheiro é o meio mais prático e indispensável, nas condições atuais, para que essa troca se dê.

Outro aspecto verdadeiro na concepção favorável à posse é a aquisição de bens como consequência de trabalho, previsão, economia, disciplina e outras virtudes morais, enquanto a pobreza e o fracasso frequentemente podem ser atribuídos a vícios ou defeitos. Por outro lado, é frequente o acúmulo de riquezas acompanhar-se de cobiça, dureza de coração e ausência de escrúpulos. Por isso é evidentemente unilateral, e com frequência não responde à verdade, a identificação entre favor divino, mérito moral e êxito econômico. Tem-se tentado fazer uma

avaliação objetiva do dinheiro como “bom” ou como “mal”, mas qualquer avaliação objetiva e externa que parta de uma moralidade formal está errada, pois baseia-se em um equívoco e, conseqüentemente, em uma irrealidade. De forma alguma isto é uma crítica ou uma desvalorização do sublime ato de Francisco de Assis, heroico e de incalculável e benéfica eficácia; tenta-se apenas demonstrar que esse caminho não serve como uma solução geral que se possa aplicar à vida contemporânea.

O dinheiro é um meio convencional para facilitar o intercâmbio de bens em ampla escala, dentro da complexidade e do rápido desenvolvimento da vida contemporânea; é um simples instrumento, um símbolo de bens materiais e, por isso mesmo, nem merece excesso de honra nem ser visto com indignidade. Mal-entendidos e erros de conduta advêm da tendência humana a confundir meio e fim, o símbolo com a realidade que ele representa, a forma com a vida. No caso do acúmulo exagerado de dinheiro, trata-se de sórdida manifestação de avareza, perda simbólica da alma, violenta ganância que não se detém diante de culpa ou crime de todo tipo, individual ou coletivo. Assim, o primeiro ato espiritual a se cumprir é livrar-se da supervalorização do dinheiro, reduzindo-o com visão clara e tranquila frieza ao que é: um simples instrumento, um cómodo artifício, uma útil convenção. Eliminado este primeiro obstáculo, pode-se passar à resolução do problema substancial, que é a relação com os próprios bens materiais, dos quais o dinheiro é um símbolo e um substituto temporal.

Os bens materiais derivam, substancialmente, de materiais extraídos dos três reinos da natureza que, após transformados, são adaptados ao homem. Nisso não há nenhum mal, pois de um ponto de vista naturalista são coisas e de um ponto de vista religioso são dons de Deus. Conclui-se que seu efeito benéfico ou maléfico, bem como o significado que terão, depende da atitude interna em relação a eles e da utilização que, com liberdade de escolha, se quer e se pode fazer deles. Este reconhecimento é fundamental, pois, em primeiro lugar, fica evidente que a falta de posses materiais não resolve em nada o problema: tanto que se um pobre deseja apaixonadamente bens materiais, se não pensa em outra coisa senão em tê-los, caso se enfureça ou se ressinta com quem os tem, então, encontra-se escravizado psicologicamente por isso. Ao contrário, se um rico sente-se moralmente desapegado de seus bens, internamente livre e de maneira alguma diminuído espiritualmente por suas posses, psicologicamente ele é um “pobre de espírito” no sentido evangélico.

Para resistir às tentações geradas pelos bens materiais é preciso saber viver em um clima espiritual de verdadeira liberdade interna, de desapego, de “espírito de pobreza”. Mas essa pobreza interna não é, absolutamente, a solução. O homem de consciência tranquila, e até

certo ponto de bem com Deus, deve se colocar de bem com seus semelhantes, com os quais está envolvido moral e praticamente. É por esse motivo que a liberdade interior deve estar acompanhada da correta utilização dos bens materiais que se possui, o que envolve o seu correto uso individual e coletivo. A correta utilização individual pressupõe renunciar à ideia de que o que se possui é direito pessoal. Do ponto de vista espiritual, a propriedade é uma responsabilidade que se tem em relação tanto a Deus quanto aos demais. Ao se admitir a concepção religiosa de vida, deve-se reconhecer que tudo provém de Deus, é dado por Ele e, portanto, é Dele: Ele é seu único e universal proprietário. Caso adira-se à concepção mais metafísica, de que a vida é inextricavelmente uma, que só o Absoluto tem uma existência Real, sendo todas as manifestações individuais efêmeras aparências, então, menos ainda se pode admitir que a propriedade pessoal possa ter uma base espiritual.

Portanto, do ponto de vista espiritual, o homem só pode se considerar depositário, administrador ou fiduciário dos bens materiais que possui, pois são autêntica e verdadeira prova à qual é submetido, bem como uma responsabilidade espiritual, moral e social nada fácil de manter com dignidade. Isso pode parecer algo insólito e de um idealismo pouco prático nos dias atuais, mas aqueles que possuem uma sensibilidade moral podem chegar a essa conclusão por si mesmos. O conceito de “servidor social”, de depositário de riquezas que depois se distribui em forma de doações a obras humanitárias, já é uma prática de homens realistas, práticos e realizadores do mundo contemporâneo.

Tais iniciativas deveriam multiplicar-se ampla e rapidamente, pois uma poderosa agitação impulsiona as massas, tornando-as intolerantes e rebeldes contra o individualismo, o qual faz da propriedade um direito incondicional sem responsabilidade com a coletividade, permitido e protegido pelo estado. A coletividade se revolta com ajudas ou medidas de caráter caritativo ou de beneficência paternalista, com superioridade e magnanimidade implícitas por parte de quem concede e obrigação de reconhecimento e gratidão por parte de quem recebe. Para frear a impaciência das massas até mudanças sociais ocorrerem é necessário que os que têm posses não as considerem um direito incondicional, mas que demonstrem saber e querer utilizá-las dignamente e para o bem de todos. Isso pode ser feito de duas formas: limitar ou eliminar os desperdícios egoístas e a vida luxuriosa e de ostentação que irritam e exasperam os que carecem do necessário ou do considerado necessário para uma vida digna e fazer bom uso dos bens materiais, investindo-os em empresas que produzam e multipliquem bens úteis, para depois dedicar a maior parte possível de seu ganho em obras humanitárias.

Embora sejam louváveis as ações que contribuem para elevar o nível de vida e melhorar a saúde das pessoas, mais benéfico ainda é o emprego das riquezas na elevação moral e espiritual da humanidade, o que possui um duplo valor: de caráter preventivo, que consiste em combater as profundas raízes de todos os males que assolam a humanidade, pois todo homem regenerado é um elemento ativo do bem a mais na sociedade; e, o mais direto e imediato, é que assim se concede às pessoas as mais nobres e duradouras riquezas, as que proporcionam o mais elevado e substancial consolo, a mais pura e viva alegria. As formas de fazer isso incluem a publicação e a difusão de bons livros, verdadeiras reservas de energias espirituais por permitirem às pessoas entrarem em comunhão com os espíritos mais elevados da humanidade e receber suas mensagens de vida, mesmo que longínquos no tempo e no espaço; a publicação de periódicos ou revistas que enfatizem o que ocorre de positivo no mundo; a produção e a divulgação de mensagens de grande valor moral e espiritual por meio dos mais modernos meios de comunicação, além de material de caráter educativo e artístico; e a criação de instituições de auxílio psicológico e espiritual, de consultórios educativos para padres, aconselhamento pré-matrimonial, profilaxia psicológica e psicoterapia e prevenção de suicídios e de institutos para jovens precoces e especialmente dotados. Finalmente, deve-se investir na preparação e na utilização de trabalhadores ou “servidores espirituais”. São pessoas com vocação especial e características muito particulares, nem sempre fáceis de encontrar. Deveriam, por isso mesmo, ser procuradas e consideradas valiosos instrumentos do bem, a quem devem ser disponibilizados os meios necessários para renderem o máximo possível e desenvolverem rápida e eficazmente a sua missão. Trata-se de fazer com os “experts humanitários e espirituais” o mesmo que se faz com os experts nos diferentes campos técnicos.

Do ponto de vista coletivo (nacional, social e mundial) há diferentes aspectos a serem observados a respeito do uso do dinheiro e dos bens materiais. Mesmo que os ricos fizessem tudo o que foi exposto até aqui e se considerassem administradores responsáveis pelos bens concedidos por Deus, ainda assim o problema não estaria resolvido totalmente, pois a ação individual não é suficiente para a complexa vida moderna. “Os princípios básicos de uma utilização espiritual do dinheiro e dos bens materiais que este possa gerar são os de uma justiça social autêntica e de uma distribuição equânime dos recursos naturais entre todos os povos da Terra” (*idem*, p. 258). Tais princípios vêm sendo reconhecidos e se desenvolvendo em toda parte, de diferentes formas; há uma luta entre os que querem colocá-los em prática e os que os dificultam em função de sua estreiteza de ideias, seu apego às posses e privilégios

ou a sua carência de sentido humanitário. Assim, as sangrentas revoluções sociais que ameaçam a humanidade poderiam ser impedidas. Isso não significa que a importância da tarefa fundamental de âmbito material deva deslocar para um segundo plano a tarefa de âmbito ético-espiritual, igualmente importante, necessária e urgente. Portanto, o remédio consiste em auxílio psicológico e espiritual adequado.

O rápido desenvolvimento técnico, a revolução industrial, a automação e a energia nuclear levam a uma era de considerável diminuição do trabalho e das horas laborais e geram um maior bem-estar econômico. Conseqüentemente, as pessoas dispõem de mais tempo, energia e dinheiro. Caso não sejam educadas a usá-los construtivamente, para refinar-se e elevar-se, essa disponibilidade pode transformar-se em ameaça e perigo. Aos que não têm possibilidades econômicas de ajudar existem maneiras de servir a humanidade, sensíveis e humildes, de grande valor e dignidade espiritual, desde que realizadas com fins humanitários e a serviço de uma obra espiritual. Na verdade, diferentes modos e meios de serviço se entrelaçam e se integram reciprocamente: as obras necessitam dos meios econômicos e quanto mais meios econômicos são disponibilizados mais numerosos devem ser os que sabem usar fecunda e de maneira elevada tais recursos. Sob esse prisma, a tarefa essencial é formar novas elites, “essas equipes de pioneiros da Nova Era, construtores de uma civilização nova e melhor e de uma cultura nova e superior” (*idem*, p. 262). Conclui-se, portanto, que o problema do dinheiro e dos bens terrenos é, em essência, um problema espiritual, que só pode ser resolvido à luz do espírito, à luz da união harmoniosa de espírito e matéria em uma síntese dinâmica na unidade da vida.

Pode-se dizer que da vida, em uma concepção espiritual e em linhas bem gerais, que existe uma unidade originária e não diferenciada: o Absoluto, Transcendente e não Manifesto, do qual procedem a manifestação e a diferenciação, que podem ser consideradas projeção, emanção e auto-objetivação do Supremo, processo cósmico de vários graus. No primeiro grau o um se converte em dois; o grau da dualidade produz a primeira diferenciação fundamental: espírito e matéria, aspecto subjetivo e aspecto objetivo, energia e resistência, atividade e passividade, polo positivo e polo negativo, aspecto masculino e aspecto feminino. Até aqui trata-se do aspecto objetivo da matéria, alguma coisa de indiferenciado, e não matéria já diferenciada; é a fase primordial, que pode ser chamada de relação de dualidade. Esses dois grandes aspectos do ser não permanecem cindidos, nem indiferentes um ao outro, mas interatuam produzindo ações e reações, tendo como efeito dessa atração vital a criação e a manifestação do universo como este se apresenta: concreto e formalizado. Essa formação se

dá em sucessivas diferenciações no seio da criação. Primeiro se produz a objetivação dos planos, com níveis de vida cada vez mais concretos e materiais e estados de consciência cada vez mais limitados. Em cada nível, são geradas diferenciações sucessivas, inumeráveis, até o atual estado de máxima divisão, cisão e dispersão entre o todo criado.

Nas criaturas há uma lembrança da unidade primitiva, uma vaga sensação da origem comum e uma inconsciente, mas não menos poderosa, nostalgia de voltar a ela. Essa lembrança obscura e distante se dá de diferentes maneiras e em diferentes graus, levando toda criatura isolada a sentir-se incompleta, insatisfeita ou insuficiente e a buscar algo que não sabe o que é. Busca sem encontrar paz, sofrendo decepções, mas segue empurrada por uma urgência e por uma sede que não se extingue. “E não pode ser de outra forma, porque este impulso, este anseio, é a expressão da grande lei evolutiva” (*idem*, p. 292). Este desejo de completar-se, unir-se, fundir-se com algo ou alguém diferente do si mesmo é a essência mesma do amor, e é dessa união, dessa fusão criativa e produtiva, que origina-se o Uno – o Espírito, que mais o dois – a matéria – origina o três – a manifestação diferenciada. Assim, da união do positivo com o negativo surge algo diferente e diferenciado, mas em consonância com a natureza dos elementos que se uniram. Em linguagem científica, equivale a dizer que o universo baseia-se no princípio da polaridade, segundo uma lei de atração e uma série de atos de reprodução. Tais princípios e leis básicas encontram-se em todas as manifestações de amor, mesmo quando, a princípio, parecem tão diferentes e contraditórias.

O conceito de Supremo ou de Espírito corresponde ao conceito de Deus como Aquele que é onipotência, sabedoria e amor, a suma perfeição e, portanto, sem nenhum nexo de deficiência, inconsciência, sofrimento ou desejo. Só pode ser concebido como totalmente satisfeito e em perfeita beatitude, o que está de acordo com todas as correntes espirituais do Ocidente e do Oriente. Ao manifestar-se na individualidade espiritual humana, ou Eu espiritual, a beatitude assume características de puro regozijo e, descendo gradualmente pelos diferentes níveis da personalidade, atenua-se, refrata-se e mescla-se com outros elementos, produzindo dessa maneira alegrias e satisfações humanas de diferentes tipos, graus e valores. Ao chegar ao corpo manifesta-se como bem-estar físico e prazer, gerados pelas impressões dos sentidos e pela satisfação das necessidades e instintos naturais.

Assim, sem prescindir dos aspectos de seriedade e austeridade, a elevação espiritual proporciona sensação de compensação e uma alegria cada vez mais elevada, bela e luminosa, o que é muito diferente de conceber a espiritualidade baseada em conceitos religiosos rígidos, separativos e que supervalorizam a dor. A melhor maneira de divulgar e propagar a

espiritualidade é mostrar-se alegre, sereno e satisfeito, fruto de um estado de tranquilidade, harmonia e satisfação, alcançado por meio de uma vida espiritual. “O regozijo espiritual é uma nova prova da concepção espiritual da vida, na qual colocamos nossa máxima atenção e maior ênfase na gloriosa meta que concede finalidade e sentido à vida mesma” (*idem*, p. 304). O sentido dessa vida muito mais real e elevada é a alegria. A alegria é apenas um dos diferentes aspectos do espírito, que é síntese, unidade indivisível e, portanto, nenhum deles pode se desenvolver perfeita e harmonicamente sem os demais; o sentido moral implica consciência e amor, que é fonte de alegria e poder, entre outros. Dessa maneira, qualquer dos elementos do espírito implica todos os outros; daí o espírito ser a síntese de todas essas características – a beleza, o amor, a energia, o poder, a vontade que, nele, estão reunidas em uma maravilhosa harmonia.

Tais características podem parecer contradição. “Contudo, em sua origem, no espírito, as diferentes qualidades não estão em contraposição, mas complementam-se e harmonizam-se umas com as outras” (*idem*, p. 313). A personalidade, a parte mais exterior, é constituída por um conglomerado mais ou menos coerente de elementos psíquicos, oriundos de diferentes fontes: heranças, influências ambientais, assimilação de elementos individuais. A individualidade, por sua vez, é constituída pelo centro espiritual, o Eu mais verdadeiro e profundo, único e universal em si mesmo.

5.5 O Mundo Interior (Escritos teosóficos – 1918-1962)¹²

Esta antologia, de 2008, contém textos publicados por Roberto Assagioli sob o pseudônimo Considerator entre 1918 e 1962. Durante o Congresso do centenário da Sociedade Teosófica ocorrido em Assis, na Itália, em 2002, foi apresentada uma Mostra Histórico-retrospectiva na qual havia uma sessão chamada “Teosofia e o Espírito do Tempo”; nesta sessão uma ala foi dedicada a ele e a sua obra. Nesse contexto surgiu o desejo de recuperar seus escritos teosóficos, tarefa empreendida pelo psiquiatra William Esposito, estudioso da obra de Assagioli, cujo resultado é a antologia mencionada. Seu conteúdo mostra a profunda relação e as influências recíprocas entre a teoria psicológica do autor e a Teosofia. Conforme o próprio Esposito (2008, p. 16), os textos apresentados já haviam sido publicados separadamente, em forma de livro ou de artigos, às vezes com acréscimos ou cortes de

¹² ESPOSITO, W. *Il Mondo Interiore (Scritti teosofici 1918 – 1962)*. Vicenza: Edizioni Teosofiche Italiane, 2008.

conteúdo. O diferencial deste livro é que os textos nele apresentados são “versões integrais daqueles publicados originalmente” (ESPOSITO, 2008, p. 16).

Ao fazer a pesquisa para esta dissertação, percebi que quase a totalidade dos textos apresentados por Esposito que trazem conteúdos pertinentes a esta pesquisa, centrada no conceito de espiritualidade na obra de Assagioli, já me eram conhecidos. São textos que aparecem nas obras de Assagioli ou no conteúdo de suas aulas no Instituto de Firenze, por mim pesquisados e apresentados no corpo deste trabalho. No que se refere às influências teosóficas presentes na obra de Assagioli, podem ser destacados:

1. O esquema do psiquismo humano, representado pelo Diagrama do Ovo:

Quem conhece a literatura teosófica reconhece, imediatamente, em seu esquema gráfico oval do inconsciente, a subdivisão tríplice do Self, inferior, médio e superior, isto é, as funções da alma vegetativa, sensitiva e racional, da qual emerge o Self transpessoal ou universal, respectivamente às funções dos corpos etérico, astral e mental. (ESPOSITO, 2008, p. 13).

2. A correspondência entre os conceitos de subpersonalidades e os planos sutis e entre o eixo Eu pessoal-Eu espiritual:

(...) uma substancial correspondência entre os conceitos assagiolanos de “ânimo múltiplo” e os “planos sutis” descritos pelos autores teosóficos, bem como entre o princípio psicossintético do eixo Eu-Self e o *Antahkarana* (tipo de caminho ou ponte entre o *Manas*¹³ “inferior” e aquele “superior”) da metapsicologia oriental e teosófica. (CALDIRONI, in ESPOSITO, 2008, p. 26).

3. Sua metodologia e sua abordagem psicossintética de homem:

Tais influências (consideradas em outras oportunidades e às quais se remetem) são tanto de ordem metodológica quanto teórica e são claramente observáveis naquela que pode ser definida como a abordagem psicossintética de homem, em sentido amplo. (ESPOSITO, 2008, p. 44).

Mas o inverso também procede. Segundo Esposito Assagioli contribuiu significativamente com a Teosofia. Reconhecido como “um modelo para os pesquisadores espirituais, constituindo um exemplo da realização de uma ‘consciência superior’”

¹³ “Manas: ‘mente’, ‘intelecto’; é usado no sentido mais vasto do termo, referente a toda faculdade mental, de compreensão, percepção, inteligência, cognição (...)” (ESPOSITO, 2008, p. 396).

(ESPOSITO, 2008, p. 44), representa um verdadeiro e fascinante ponto de referência aos que se deparam com sua figura pela primeira vez, o que só se amplia com o passar do tempo. Diferentemente de outros espiritualistas, a Assagioli é dado o mérito de ter apontado um “percurso acessível, delineando uma prática que, por um lado não entra em conflito com os dispositivos tradicionais de busca interior e por outro, realiza uma feliz integração com as abordagens científicas como a Medicina e a Psicologia” (*idem*, p. 45).

Essa síntese é muito importante, especialmente no âmbito transpessoal, contribuindo para preencher uma lacuna existente nas orientações espirituais, que é a da distância entre aspirações e potencialidades, colocada, frequentemente, como existindo à base de sofrimento. Para Assagioli o desenvolvimento da personalidade necessita, imprescindivelmente, da integração de todos os seus componentes – físicos, mentais e espirituais –, mas ele sustenta a ideia de que este processo, embora seja um impulso fundamental e normal da pessoa, não é uma realidade já existente, mas algo a ser conquistado, uma meta acessível, paulatinamente.

CAPÍTULO 6. A CONCEPÇÃO DE ESPIRITUALIDADE NA OBRA DE ROBERTO ASSAGIOLI

O conceito de espiritualidade aparece de forma não linear na obra de Assagioli. Para compreendê-lo foi necessário reunir os trechos em que ele se apresenta nas aulas do Instituto di Firenze e nos livros do autor. Para Assagioli, matéria e espírito agem um sobre o outro e formam uma unidade de natureza biopsíquica (1963b), o que leva à sua concepção de homem como um ser biopsicoespiritual (1963a, p. 06). Ao citar Keyserling (1967), Assagioli demonstra a importância central do aspecto espiritual em sua concepção de ser humano:

Esse espírito vivente, o núcleo metafísico do ser humano, não é nem compreensão, nem razão, nem alguma outra função, o espírito é substância, é aquilo que há de mais fundamental no homem; por isso tem qualidades, mas não é ele mesmo qualidade. (KEYSERLING, citado por ASSAGIOLI, 1967c, p. 05).

A realidade do Espírito, da Alma ou do Eu espiritual, como Assagioli o denomina, caracteriza, essencialmente, o ser humano. É essa instância espiritual que garante ao homem o sentido de identidade, mesmo que ela seja latente à consciência. (1963b). Ao ser acessado por meio de ampliações da consciência, o Eu espiritual permite que o indivíduo se conscientize de sua essência e se perceba como essa alma: "Eu sou o Eu espiritual, eu sou a Alma que tem uma personalidade. Não sou uma personalidade que tem uma alma (...) mas sou, me reconheço e me afirmo como Alma" (1963b, p. 06). Em função disso, a plena unificação entre o Eu espiritual e o Eu consciente é a meta última da Psicossíntese. Experimentar a realidade do espírito é, para Assagioli, ir na direção de quem se é realmente. (1963h, p. 06). Com esse objetivo, propõe diversas técnicas. Para ele o desenvolvimento espiritual pode ser considerado um tipo de desidentificação dos elementos inferiores e de identificação com elementos sempre mais altos, ou seja, o indivíduo amplia sua percepção sobre si mesmo, entendendo ser mais que seu Eu pessoal, que sua a personalidade, e passa a reconhecer-se como sendo o Eu espiritual (1963h).

A importância de o homem reconhecer-se como sendo o Eu espiritual se justifica por permitir que ele encontre respostas mais satisfatórias aos seus questionamentos, cada vez mais

frequentes, a respeito da origem e do objetivo da vida, fatores de inúmeras angústias. Para Assagioli a concepção materialista de existência da vida moderna, com seu enorme desenvolvimento tecnológico, fruto do domínio das forças da natureza e baseada na economia, no acúmulo de bens materiais, afasta o homem de sua verdadeira natureza espiritual e é, entre outras coisas, anti-espiritual. O elemento espiritual é colocado como um princípio superior regulador, de natureza diferente da de cada elemento único e particular que constituem a psique. É relativamente latente e capaz de dominar, dirigir e compor, em uma unidade orgânica, tais elementos. Ao tornar-se consciente traz ordem, harmonia, beleza e alegria, transformando, aos poucos, o homem frágil, agitado, cindido em si mesmo, em um ser claramente purificado, consistente, um centro de luz irradiador de energias espirituais elevadas e benéficas (*idem*, 1966; 1993). Ao se desidentificar dos elementos externos e de alguns dos internos, tais como desejos, emoções e crenças, o homem pode fazer escolhas de maneira mais coerente com seu Eu espiritual, e não tão identificado com o Eu pessoal, com a personalidade. Isso leva a uma crescente liberdade interna: o livre arbítrio, “essência da vida espiritual” (*idem*, 1966; 1993, p. 95). Conseqüentemente, viver espiritualmente é se importar com o sentido da própria vida, e não com a vida por si mesma. Negar a realidade espiritual pode causar distúrbios neuropsíquicos, não sendo esse tipo de crise e de conflito necessariamente negativo, já que podem caracterizar fases para a passagem a um nível superior de consciência. Isso não significa que o desenvolvimento espiritual tenha que ser sempre um processo doloroso psiquicamente (*idem*, 1964b).

Assagioli define a essência do Espírito, sua realidade última, como a Realidade Suprema, absoluta e desprovida de qualquer limitação concreta. O Espírito transcende limites de tempo, espaço e materialidade, não sendo possível conhecê-lo intelectualmente, já que a Realidade Suprema transcende a mente humana, mas “pode ser postulada racionalmente, cultivada intuitivamente e, de alguma maneira, experimentada misticamente” (*idem*, 1988; 1993, p. 220). O Espírito constitui o elemento de transcendência, superioridade, permanência, potência, liberdade, interioridade, criatividade, harmonia e síntese, tanto em sua manifestação individual quanto na social (*idem*, 1988; 1993, p. 220). É espiritual tudo que auxilie o homem a reconhecer a existência de uma realidade mais ampla, superior, seja ela social ou ideal, e que o ajude a inserir-se nela, indo além dos limites de sua própria personalidade (*idem*, 1988; 1993, p. 220).

Na busca espiritual algumas pessoas, ao se depararem com a própria força interna e com a maravilhosa possibilidade de desenvolvimento que tem, desenvolvem certo orgulho

espiritual, que leva a um sentido de separação. Este é a verdadeira antítese do que caracteriza a espiritualidade (*idem*, 1988; 1993). A espiritualidade manifesta-se de maneira ampla, do amor e da entrega a um ideal de superação do egoísmo até a identificação simpática com todos os seres e manifestações da vida universal, especialmente na compreensão de seu significado e finalidade, reconhecendo a Vontade e o Poder inteligente, sábio e amoroso, do qual provém o universo e que dirige a evolução a uma meta gloriosa (*idem*, 1988; 1993). Como o homem está mergulhado em um âmbito diferenciado, concreto, inserido no tempo e no espaço, no mundo de perspectivas, hierarquias e desenvolvimentos, sua realidade é extremamente relativa, e não absoluta. No entanto, as esferas cada vez mais amplas da vida espiritual incluem e apoiam as precedentes, permitindo que se reconheçam e realizem diferentes formas de espiritualidade, de maneira gradual e ascendente (*idem*, 1988; 1993). Isso leva a concluir que a espiritualidade é um processo em constante desenvolvimento, que considera os problemas da vida de uma perspectiva cada vez mais elevada, compreensiva e sintética, a experimenta a partir de valores verdadeiros, tenta chegar à essência dos fatos sem se deixar levar por aparências externas e opiniões tradicionais e sem influenciar-se por massas, tendências, emoções ou preconceitos pessoais (*idem*, 1988; 1993).

Ao tratar da angústia gerada pelo medo da morte, Assagioli argumenta que para esse medo ser bem resolvido se necessita da espiritualidade:

a solução não pode ser exclusivamente psicológica, deve ser espiritual. (...) somente com a convicção da continuidade da vida, somente identificando-se com o próprio Eu espiritual ou provando o sentido de imortalidade, de indestrutibilidade que daí deriva – somente assim aquele medo biológico pode ser dominado e eliminado. (ASSAGIOLI, 1964c, p. 07).

Pode-se deduzir disso que a dimensão espiritual humana é imortal e indestrutível. Essa concepção favorece o apaziguamento das questões sobre a origem e o objetivo da vida, como já citado, pois leva a uma visão mais ampla da própria existência. Para Assagioli, a vida tem um valor e um objetivo de caráter espiritual. (1966a). Ao conceito de espiritual associam-se ideias de amor, altruísmo, paz, ética. A Verdade, o Belo e o Bom são valores universais e eternos cujas manifestações se dão por meio do amor, nas atividades benéficas e criativas, na alegria e mesmo no sofrimento, se este for encarado como meio de ampliação, aprofundamento e elevação da consciência (*idem*, 1964e; 1965c). Quando o Eu pessoal está em sintonia com a dimensão espiritual, esta provê a personalidade de reações não emocionais

e equilibradas (ou em outras palavras, amorosas, pacíficas, éticas). Isso torna os problemas impessoais e assim, facilita a sua solução. (*idem*, 1965f).

Para Assagioli aquilo que é superior é da esfera espiritual ou do supraconsciente; aliás, ele usa os termos superior, espiritual e supraconsciente como sinônimos. Coloca que os estímulos, a vontade do Eu pessoal, são egoístas quando propõem fins puramente individuais (1967a) e que viver genuinamente, de um modo superior, é comportar-se baseado em valores humanos éticos e espirituais (1967e). Portanto, viver espiritualmente é viver de acordo com valores superiores. O que possibilita ao ser humano viver de acordo com tais valores, ou seja, ética e espiritualmente, é reconhecer-se como pura identidade autoconsciente, permanente, pessoal e espiritual. Viver espiritualmente é conquistar a esfera da vida transcendente à consciência normal (a esfera supraconsciente). Esse é o mundo da Realidade e dos valores chamados genericamente de espirituais, que ajudam a compreender melhor o verdadeiro significado da vida e estimulam a dedicar-se a uma vida maior, a tarefas sociais e humanitárias que transcendam interesses e metas pessoais. Assim, a realidade espiritual transcende a esfera estritamente psicológica e tem características superiores a ela: "devem ser considerados espirituais todos os valores superiores e todos os modos de aproximação, contato e união com a realidade transcendente e não apenas aqueles 'religiosos' em sentido estrito" (*idem*, 1967f, p. 07).

O termo "espiritual" refere-se a uma esfera de realidade diferente daquelas onde há o fluir dos fenômenos psíquicos e da vida orgânica, que por sua vez não podem interferir nela, mas podem ser modificados por ela. Essa concepção tem um forte impacto nas teorias psicológicas, tendo levado ao surgimento do movimento Transpessoal em Psicologia. Assagioli entendia o termo "transpessoal" como mais neutro que o termo "espiritual", mas optou por continuar usando este último por ser mais conhecido na Itália. Os termos "transpessoal" e "espiritual" em sua obra correspondem-se no que se refere a "indicar aquilo que está além ou acima da personalidade comum" (ASSAGIOLI, 1973, p. 43).

Assim, uso a palavra 'espiritual' na sua mais ampla conotação, que inclui não somente as experiências especificamente religiosas, mas todos os estados de consciência, todas as funções e atividades que digam respeito aos valores superiores à média, valores éticos, estéticos, heroicos, humanitários e altruístas. Portanto, incluo no termo 'desenvolvimento espiritual' todas as experiências vinculadas à consciência dos conteúdos do supraconsciente que podem incluir ou não, a experiência do Eu espiritual. (ASSAGIOLI, 1973, p. 43).

Nesta colocação, o conceito do que é espiritual surge de maneira bastante ampla, incluindo experiências não especificamente religiosas, estados de consciência, funções e atividades referentes aos valores superiores à média. O termo “estados de consciência” refere-se à tentativa de definir a palavra "espiritual" de maneira mais científica. O autor volta-se para fatos e experiências buscando dar a conotação mais concreta possível ao termo (*idem*, 1988; 1993). Com este objetivo, lembra que sempre existiram pessoas que tiveram contato com uma esfera de Realidade acima daquela considerada normal, em geral chamada de transcendente. Tornar-se consciente do nível de Realidade transcendente é o que caracteriza a consciência espiritual. Experimentar essa Realidade e tornar-se consciente dela são fatos entendidos como estados de consciência, diferenciados dos demais por sua qualidade, intensidade ou efeito. Diferentes percepções sobre o mesmo fato psíquico são naturais, levando-se em conta as diferenças na constituição psicofísica, de desenvolvimento mental, de preparo histórico e cultural de cada observador da Realidade transcendente. Logo, serão geradas diferentes formas de experimentar, interpretar e relatar um mesmo aspecto dessa Realidade, que equivalem a diferentes estados de consciência. (*idem*, 1988; 1993).

Como o citado, viver espiritualmente significa comportar-se de acordo com valores éticos e espirituais, o que requer o reconhecimento do si mesmo como pura identidade autoconsciente e permanente, pessoal e espiritual. O desejo de viver de maneira a transcender interesses e metas pessoais pode ser expresso psicologicamente por meio da exploração e da conquista de uma esfera de vida transcendente à consciência normal, a esfera supraconsciente que caracteriza o mundo da Realidade e dos valores chamados genericamente de espirituais. (*idem*, 1967f). Portanto, os valores superiores à média são aqueles que caracterizam a vida dos homens santos, dos heróis e dos grandes benfeitores da humanidade.

Ao longo da obra de Assagioli diversas referências ao termo “religioso” permitem deduzir o que quer dizer com a expressão “experiências especificamente religiosas”. Para ele a experiência do supraconsciente ocorre em especial no campo religioso, principalmente nas experiências místicas, com a ressalva de que nem toda experiência supraconsciente é de caráter religioso. O amor a Deus (1969b) é colocado como sinônimo de sentimento religioso, de devoção, adoração ao Ser Supremo, inato no coração humano, encontrado em todos os tempos e lugares; dá origem a diversas doutrinas de acordo com os tipos psicológicos e as condições históricas e culturais e tem seu maior florescimento nos místicos, chegando à vivência da união do amor com Deus. Novamente, percebe-se a relação entre religioso e Deus e entre religioso e místico, sendo este último termo mais frequente nas descrições a respeito

das experiências, fases, processos e crises de emergência espiritual. Assim, se deduz que ao falar de experiências especificamente religiosas Assagioli se refira àquelas vividas por alguns santos católicos considerados místicos, entre os quais cita Santa Teresa D'Ávila, São João da Cruz e São Francisco de Assis. Refere-se também a vivências como estigmas, também experimentados por alguns santos católicos que, embora vistos preconceituosamente como patológicos, na realidade representam a repercussão orgânica de uma intensa vida espiritual. Em alguns casos os estigmas são fruto da dificuldade em reconhecer e entregar-se docilmente ao trabalho do Espírito, o Eu espiritual. Como nem toda experiência supraconsciente é religiosa, pode-se pensar que o termo “religioso” também se refira a crenças.

A espiritualidade é dinâmica, criativa. Sua luz provoca transformações e profundas mudanças internas, desvela ao ser humano potentes energias, amplia seu campo de ação e transforma a qualidade de suas ações. Sem prescindir de seriedade e de austeridade, a elevação espiritual proporciona alegria e satisfação cada vez mais elevadas, muito diferente de conceber a espiritualidade baseada em princípios religiosos rígidos, que supervalorizam a dor, como propõem muitas religiões cristãs. “O regozijo espiritual é uma nova prova da concepção espiritual da vida, na qual colocamos nossa máxima atenção e maior ênfase na gloriosa meta que concede finalidade e sentido à vida mesma” (*idem*, 1988; 1993, p. 304).

Portanto, ao se falar de “espiritualidade” em Psicossíntese, se está falando de um conceito amplo, mas claramente delimitado. O termo refere-se aos seguintes elementos:

1. O verdadeiro Eu do indivíduo, sua essência fundamental, que lhe garante o sentido de identidade, mesmo que sua realidade seja latente à consciência (*idem*, 1963b). Experimentar a realidade do espírito é, para Assagioli, ir à direção de quem se é realmente: o Eu espiritual. (1963h, p. 06). Mesmo sendo de natureza diferente dos elementos da psique e relativamente latente, é capaz de dominar, dirigir e compor, em uma unidade orgânica, tais elementos. Dessa maneira, ao tornar-se consciente, traz ordem, harmonia, beleza, alegria, transformando aos poucos o homem frágil, agitado, cindido em si mesmo, em um ser claramente purificado, consistente, um centro de luz irradiador de energias espirituais elevadas e benéficas (*idem*, 1966; 1993).

2. A definição de Espírito como absoluto, desprovido de qualquer limitação que, em sua realidade última, é a Realidade Suprema: transcende os limites de tempo, espaço e materialidade e se constitui em transcendência, superioridade, permanência, potência,

liberdade, interioridade, criatividade, harmonia e síntese em toda manifestação individual e social.

3. A existência de uma realidade mais ampla e superior que ajuda o homem a inserir-se nela, indo além dos limites de sua própria personalidade (*idem*, 1988; 1993, p.220).

4. Aquilo que permite ao ser humano refletir sobre seus atos, experimentar uma nova dignidade e reconhecer-se como parte integrante e indissolúvel do universo, o que gera implicações de ordem vivencial e interfere na qualidade de vida. O Eu espiritual, ao ser vivenciado, traz harmonia, vivifica e permite "colher as respostas, as intuições e indicações do alto." (*idem*, 1963l).

5. Ideias de amor, altruísmo, paz, ética. A Verdade, o Belo e o Bom são valores universais e eternos cujas manifestações se dão por meio do amor, nas atividades benéficas e criativas, na alegria e mesmo no sofrimento, se este for encarado como meio de ampliação, aprofundamento e elevação da consciência a níveis mais elevados. (*idem*, 1964e; 1965c).

6. Viver espiritualmente, de um modo superior genuíno, identificado com valores superiores, éticos e espirituais (*idem*, 1967e). Em outras palavras, quando o indivíduo se reconhece como pura identidade autoconsciente, permanente, pessoal e espiritual sua consciência normal conquista a esfera da vida transcendente (ou supraconsciente).

7. O mundo da Realidade e dos valores chamados genericamente de espirituais que ajudam a melhor compreender o verdadeiro significado da vida e estimulam dedicar-se a uma vida maior, a tarefas sociais e humanitárias que transcendam interesses e metas pessoais.

8. A esfera espiritual que transcende a estritamente psicológica e tem características superiores a ela; é diferente daquelas onde há o fluir dos fenômenos psíquicos e da vida orgânica, que não podem interferir nela, mas podem ser modificados por ela.

9. A esfera supraconsciente, o mundo da Realidade e dos valores espirituais: "devem ser considerados espirituais todos os valores superiores e todos os modos de aproximação, contato e união com a realidade transcendente e não apenas aqueles 'religiosos' em sentido estrito" (*idem*, 1967f, p. 07).

10. Em sua mais ampla conotação as experiências religiosas, todos os estados de consciência e todas as funções e atividades que digam respeito aos valores superiores à média, sejam eles éticos, estéticos, heroicos, humanitários ou altruístas, além das experiências

vinculadas à consciência dos conteúdos do supraconsciente, que podem incluir ou não a experiência do Eu espiritual (*idem*, 1973).

11. A liberdade interna, o livre arbítrio, “essência da vida espiritual” (*idem*, 1966; 1993, p. 95). Conseqüentemente, é possível viver espiritualmente se o que mais importar a alguém for o sentido da própria vida, e não a vida por si mesma.

12. O significado e a finalidade da vida universal são reconhecer a Vontade e o Poder inteligente, sábio e amoroso do qual provém o universo e que dirige a evolução a uma meta gloriosa (*idem*, 1988; 1993).

13. As esferas cada vez mais amplas da vida espiritual incluem e apoiam as precedentes, permitindo que se reconheçam e realizem diferentes formas de espiritualidade, de forma gradual e ascendente (*idem*, 1988; 1993).

14. Considerar os problemas da vida de uma perspectiva elevada, compreensiva e sintética, experimentar a vida a partir de valores verdadeiros e tentar chegar à essência dos fatos sem se deixar levar por aparências externas, opiniões tradicionais e sem influenciar-se por massas, tendências, emoções ou preconceitos pessoais (*idem*, 1988; 1993).

15. A espiritualidade concede finalidade e sentido à vida (*idem*, 1988; 1993).

Assim, a melhor maneira de vivenciar a espiritualidade é ser alegre, realizado, sereno, frutos de uma vida vivida de acordo com os valores superiores, característicos da Realidade Suprema, o Espírito. Dessa forma, a espiritualidade deixa de ser teórica, pura abstração idealista, e torna-se a possibilidade de experimentar e avaliar a vida “de um ponto de vista elevado, compreensivo, sintético” (*idem*, 1991, p. 121). Essa é a meta última da Psicossíntese: auxiliar o homem a identificar-se com a própria realidade espiritual e vislumbrar possibilidades de viver que transcendem os limites do tempo e do espaço, os vínculos com a matéria, sendo livre e universal e tendo por limite o eterno, o infinito.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho nasceu de minha inquietação, enquanto psicóloga clínica, com experiências vividas por mim e por meus pacientes, que não encontravam uma compreensão satisfatória nas abordagens tradicionais da Psicologia. Tais experiências, caracterizadas por sonhos, visões, sensações e premonições, podem trazer profundo desconforto em quem as experimenta e a quem está a sua volta, sejam familiares, amigos ou psicoterapeutas. No entanto, quando observadas de uma perspectiva psicológica que integra a espiritualidade como elemento constitutivo da subjetividade, podem ser extremamente ricas e levar a uma percepção ampliada das coisas, dos acontecimentos e da vida. A partir desta inquietação, que se tornou uma necessidade de respostas, passei a buscar teorias, orientações, abordagens que dessem conta dela e cheguei à Psicossíntese, abordagem psicológica emergente que me trouxe apaziguamento para o que parecia em um primeiro momento algo sem explicação, integrante da esfera religiosa ou, no pior dos casos, um possível desequilíbrio psíquico.

O mestrado em Psicologia Clínica no Núcleo de Configurações Contemporâneas da Clínica Psicológica, eixo Psicologia e Espiritualidade, permitiu-me adentrar um universo muito maior do que o até então conhecido por mim no que se refere à compreensão dessas experiências ou fenômenos. Das abordagens mais tradicionais, como a Comportamental e a Psicanálise, às das 3ª e 4ª Forças, encontrei imenso número de autores e de pesquisas que tentam dar conta de forma coerente e científica dos chamados fenômenos espirituais. No entanto, com exceção das abordagens transpessoais que caracterizam a 4ª Força, dificilmente encontrei uma abordagem psicológica que colocasse, explicitamente, sua concepção de homem como um ser espiritual.

A concepção de ser humano como espiritual está presente na Psicossíntese de Roberto Assagioli desde os seus primeiros escritos. Mergulhar na obra deste autor para apontá-la por meio de um estudo teórico interpretativo, indicando suas peculiaridades, elucidações, argumentos e representações, permitiu-me compreender não apenas a ela, mas também aos fenômenos acima citados, de uma perspectiva psicológica que contempla e coloca a espiritualidade como fator saudável e fundamental da subjetividade humana. A importância de estudos como este reside na possibilidade de colaborar com a apreensão dos fenômenos

ditos espirituais sem ser pelo viés das patologias ou das religiões e trazer um pouco mais à luz dos estudos acadêmicos a abordagem psicológica emergente da Psicossíntese, que se propõe a dar conta dos mesmos de maneira coerente e consistente.

Ao realçar os aspectos positivos do ser humano, sua constituição essencialmente espiritual, suas habilidades e potenciais saudáveis e seus valores superiores, a Psicossíntese auxilia quem está passando por crises ou problemas, de ordem espiritual ou não, a ver a si mesmo como alguém capaz de encontrar possíveis soluções para os mesmos, por maior que seja seu sofrimento. Além disso, do ponto de vista dos fenômenos caracteristicamente espirituais, permite que o indivíduo não se sinta diferente, “anormal”, e sim mergulhado em um processo que, se olhado e compreendido como oportunidade de crescimento psíquico, poderá leva-lo a um patamar de ampliação de consciência e de lucidez a respeito de si mesmo e da vida nunca antes experimentado.

Particularmente, esta pesquisa permitiu que eu me apropriasse mais dos conteúdos estudados e a consequência disso foi, e continua sendo, um rever-me pessoal e profissionalmente, de maneira profunda e intensa. Pude perceber que, por maiores que fossem minhas insatisfações com a compreensão oferecida pelas abordagens psicológicas tradicionais às experiências espirituais, ainda relutava por assumir completa e formalmente o imenso sentido que a concepção de um ser humano biopsicoespiritual me faz.

Inegavelmente uma sólida formação teórico-prática de abordagem psicanalítica havia deixado suas marcas, reforçadas muitas vezes pelo preconceito encontrado diante desta concepção de homem, entre meus próprios colegas psicólogos, inclusive entre alguns que encontrei ao longo das disciplinas cursadas no mestrado – obviamente, que de outros núcleos. Essa realidade, por mim experimentada recentemente, confirma o preconceito existente no meio acadêmico e científico no que se refere às questões espirituais, bem como o desconhecimento dos estudos na área e a falta de discussão aberta sobre o mesmo, entre professores e supervisores, como o apontado por Ancona-Lopez (2005).

Assagioli (1988; 1993) afirma que a espiritualidade, entre outras coisas, é uma realidade mais ampla, superior (seja esta realidade social ou ideal). Inserir-se nela ajuda o ser humano a ir além dos limites de sua própria personalidade, oferecendo a possibilidade de refletir sobre os atos diante da vida; experimentar uma nova dignidade; reconhecer-se como parte integrante e indissolúvel do universo, gerando implicações de ordem vivencial e de qualidade de vida. Experimentar a realidade do Eu espiritual, que é a essência humana, traz

harmonia e vivifica, pois permite colher respostas, intuições e indicações oriundas de uma realidade transcendente e, portanto, mais ampla. Uma vez que admitir e assumir a espiritualidade como inerente à essência humana pode auxiliar a ampliar a visão do que seja realidade, mais ainda se justificam estudos sobre o tema, como uma maneira de auxiliar os psicólogos a, conhecendo-a, poderem usufruir desta característica humana e usá-la em sua prática de maneira inclusiva e fecunda.

A espiritualidade para Assagioli, entre outras coisas, concede finalidade e sentido à vida mesma (1988; 1993) e se refere ao mundo da Realidade e dos valores chamados, genericamente, de espirituais. Propor-se a experimentar esta Realidade é o mesmo que permitir-se ir à direção do desenvolvimento das próprias potencialidades e de uma consciência mais ampla do significado vida, o que certamente levará a uma mudança de comportamento, caracterizada por uma maior responsabilidade e cuidado por si mesmo, pelo outro e pela vida. A meta e os interesses pessoais passam a ser transcendidos.

Nesta pesquisa pude enumerar vários sentidos da concepção de espiritualidade proposta por Assagioli que encontram total ressonância com a concepção de espiritualidade de Pargament (2007), entre eles que, no seu melhor, a espiritualidade pode oferecer uma nova perspectiva de vida; significado e propósito ao sofrimento; capacidade de transcender as preocupações pessoais e preocupar-se com a dor do outro; e ver-se como uma pequena, porém, significativa parte do fluxo que permeia e vai além das vidas individuais. Tal ressonância demonstra a atualidade da concepção de espiritualidade oferecida pela abordagem emergente da Psicossíntese e reforça não apenas a importância de estudos sobre a mesma, mas também da integração do conceito de espiritualidade na prática psicológica, o que pode transformar aos poucos o homem frágil, agitado, cindido em si mesmo em um ser claramente purificado, consistente, um centro de luz irradiador de energias espirituais elevadas e benéficas (ASSAGIOLI, 1966; 1993). Sem isso, parece-me extremamente difícil que o consultório psicológico possa se transformar num espaço sagrado para paciente e para terapeuta, como acredita Pargament (2007).

Acredito que o objetivo desta pesquisa foi contemplado. No entanto, ela aponta para outros caminhos a serem explorados. Sendo uma abordagem emergente, a Psicossíntese requer que mais estudos e pesquisas sejam feitos para que possa firmar-se no universo científico e acadêmico. Em função disso, me permitirei expor alguns dos possíveis “próximos passos” que, acredito, podem ser desenvolvidos em termos de pesquisa acadêmica envolvendo a Psicossíntese:

a) Estudos que privilegiem sua aplicação na clínica em geral, por meio de suas técnicas e exercícios psicológicos e de seus resultados; a observação do processo de síntese de conteúdos e peculiaridades do psiquismo, levando àquela que é considerada sua principal meta, a síntese entre o Eu pessoal e o Eu espiritual – a psicossíntese espiritual; estudos específicos a respeito do Eu espiritual e de suas características de permanência e imortalidade.

b) O estudo de sonhos, premonições, sensações e intuições no quadro pouco investigado das emergências espirituais em um estudo clínico de aplicação da Psicossíntese aos quadros de emergência espiritual.

c) Estudos a respeito da função psíquica da vontade, característica inerente ao Eu, e suas possíveis relações com os fenômenos espirituais; a relação entre vontade e propósito; imbricações e implicações entre vontade e capacidade de escolha.

d) O conceito de subpersonalidades e dos comportamentos aparentemente contraditórios; as características das subpersonalidades e sua relação com a espiritualidade; relações entre subpersonalidades, espiritualidade e saúde mental, com implicações e possibilidades de um novo entendimento sobre a mesma.

e) O desenvolvimento de qualidades espirituais como o amor e a compaixão e sua relação com a educação e a formação de uma cultura de paz são motivos válidos de investigações.

f) Estudos sobre psicossíntese de grupo e espiritualidade e sobre a psicossíntese entre os povos e as suas contribuições.

Enfim, muitos são os temas e as vertentes que a abordagem emergente da Psicossíntese oferece às pesquisas acadêmicas, e poderão levar à sua validação enquanto abordagem psicológica científica. Sem dúvida, esta é uma abordagem que pede uma visão não dogmática nem conservadora de Ciência e pesquisa. Para mim, fica a certeza de que um imenso campo a ser explorado se descortina e espero que esta pesquisa possa representar um estímulo a todos aqueles que, como eu, se inquietam diante de posturas excludentes e deterministas dos fenômenos humanos, que buscam por compreensões cada vez mais amplas, amorosas e coerentes com a delicadeza do que nos caracteriza como humanos, a nossa essência, o nosso Eu espiritual.

REFERÊNCIAS

- ABRAHAM MASLOW PUBLICATIONS. **Abraham Maslow**. Disponível em: <<http://www.maslow.com/>>. Acesso em: 16 jul. 2012.
- AMATUZZI, M. M. “Psicologia fenomenológica: uma aproximação teórica humanista”. *Estud. psicol. (Campinas)* [online]. 2009, vol. 26, n. 1, pp. 93-100. ISSN 0103-166X. Doi: 10.1590/S0103-166X2009000100010.
- ANCONA-LOPEZ, M. “A espiritualidade e os psicólogos”. In: AMATUZZI, M. M. (Org.). **Psicologia e Espiritualidade**. São Paulo: Paulus, 2008.
- _____. “Religião e psicologia clínica: quatro atitudes básicas”. In: MASSIMI, M.; e MAHFOUD, M. (Orgs.). **Diante do Mistério: Psicologia e Senso Religioso**. São Paulo: Edições Loyola, 1999.
- ASSAGIOLI, R. **Comprendere la Psicosintesi. Guida alla lettura dei termini psicosintetici**. Roma: Casa Editrice Astrolabio; Ubaldini Editore, 1991.
- _____. **Corso di Lezioni sulla Psicosintesi**. Istituto di Psicosintesi di Firenze, 1963-1974.
- _____. “Psicanálise e Psicossíntese”. In: _____. 1963a.
- _____. “A constituição biopsíquica do Homem”. In: _____. 1963b.
- _____. “O ânimo múltiplo”. In: _____. 1963c.
- _____. “O conhecimento do Self: os métodos de exploração do inconsciente”. In: _____. 1963d.
- _____. “A interpretação dos símbolos: testes psicológicos”. In: _____. 1963e.
- _____. “Psicossíntese”. In: _____. 1963f.
- _____. “A vontade”. In: _____. 1963g.
- _____. “A vontade sábia”. In: _____. 1963h.
- _____. “Leis da vontade: a vontade boa”. In: _____. 1963i.
- _____. “A transformação e a sublimação das energias psíquicas”. In: _____. 1963j.

- _____. “A meditação”. In: _____. 1963k.
- _____. “As aplicações da meditação”. In: _____. 1963l.
- _____. “A medicina psicossomática”. In: _____. 1964a.
- _____. “As causas psicológicas da doença”. In: _____. 1964b.
- _____. “Crises e conflitos psíquicos”. In: _____. 1964c.
- _____. “Os conflitos morais”. In: _____. 1964d.
- _____. “Conflitos e crises espirituais”. In: _____. 1964e.
- _____. “Como resolver os conflitos”. In: _____. 1964f.
- _____. “Psicossíntese interindividual e cooperação internacional”. In: _____. 1965a.
- _____. “Técnicas sobre Psicossíntese interindividual”. In: _____. 1965b.
- _____. “Transmutações das energias combativas”. In: _____. 1965c.
- _____. “O casal humano”. In: _____. 1965d.
- _____. “A Psicossíntese no matrimônio”. In: _____. 1965e.
- _____. “Do casal à comunidade humana”. In: _____. 1965f.
- _____. “A Psicossíntese das nações e da humanidade”. 1965g.
- _____. “Carl Jung e a Psicossíntese”. In: _____. 1966a.
- _____. “Jung e a Psicossíntese: a terapia”. In: _____. 1966b.
- _____. “Jung e a Psicossíntese: terapia e educação”. In: _____. 1966c.
- _____. “Verão psicossintético: Um programa de vida”. In: _____. 1966d.
- _____. “A vontade: do propósito à atuação”. In: _____. 1967a.
- _____. “Estágios da vontade: a deliberação e a decisão”. In: _____. 1967b.
- _____. “Técnicas do decidir: a afirmação”. In: _____. 1967c.
- _____. “A técnica do modelo ideal”. In: _____. 1967d.
- _____. “A vida como jogo e representação”. In: _____. 1967e.
- _____. “Panorama do viver psicológico”. In: _____. 1967f.
- _____. “Estágios da vontade: Planejamento e Programação”. In: _____. 1968a.

- _____. “Para conseguir, saber querer: a direção da execução”. In: _____. 1968b.
- _____. “O conflito entre as gerações e a Psicossíntese da idade”. In: _____. 1969a.
- _____. “A educação sexual”. In: _____. 1969b.
- _____. “Supraconsciente e criação artística”. In: _____. 1969c.
- _____. “Uma técnica da Psicossíntese: o bom humor”. In: _____. 1970a.
- _____. “Alpinismo psicológico”. In: _____. 1970b.
- _____. “A Psicologia e a existência humana”. In: _____. 1971.
- _____. “Expansão da consciência: conquista e exploração dos mundos internos”. In: _____. 1972.
- _____. “As novas dimensões da psicologia (3^a, 4^a e 5^a forças na Psicologia)”. In: _____. 1973a.
- _____. “A inspiração Transpessoal”. In: _____. 1973b.
- _____. “A solidão e sua superação mediante a comunicação e a compreensão”. In: _____. 1974.
- _____. (1965) **Principi e Metodi della Psicossintesi Terapeutica**. Roma: Casa Editrice Astrolabio; Ubaldini Editore, 1973.
- _____. (1966) **Psicossintesi: Per l’armonia della vita**. Roma, Casa Editrice Astrolabio; Ubaldini Editore, 1993.
- _____. (1977) **O Ato da Vontade**. 4. ed. São Paulo: Cultrix, 2005.
- _____. (1978) **Os Sete Tipos Humanos: O Poder das Motivações Profundas**. 2. ed. São Paulo: Totalidade Editora, 2006.
- _____. (1988) **Ser Transpersonal: Psicossíntesis para el Nacimiento de Nuestro Ser Real – Fases, procesos y crisis de la emergencia espiritual**. 2. ed. Madrid: Gaia Ediciones, 1993.
- BENEDUZZI, T. M. **Experiências de Integração da Espiritualidade na Clínica Psicológica**. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica). São Paulo: Pontifícia Universidade Católica de São Paulo - PUC-SP, 2012.
- BERTI, A. **Roberto Assagioli: Profilo Biografico degli Anni di Formazione**. Firenze: Edizioni Istituto di Psicossintesi, 1987.

- BOAINAIN JR, E. **O estudo do potencial humano na Psicologia contemporânea: a corrente Humanista e a corrente Transpessoal**. Disponível em: <<http://www.encontroacp.psc.br/estudo.htm>>. Acesso em: 30 mai. 2012.
- BOCCALANDRO, M. P. R. “Psicossíntese: um enfoque psicológico positivo-humanista-transpessoal”. **Boletim Academia Paulista de Psicologia [en línea]**. 2006, XXVI (set.-dez.). Disponível em: <<http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=94626310>>. Acesso em: 05 ago. 2012. ISSN 1415-711X .
- BOCK, A. M. **A Psicologia e As Psicologias**. Disponível em: <<http://www.visionvox.com.br/biblioteca/a/ana-maria-bock-a-psicologia-e-as-psicologias.pdf>>. Acesso em: 02 jul. /2012.
- CUNHA, A. G. **Dicionário Etimológico da Língua Portuguesa**. 3. ed. Rio de Janeiro: Lexikon Editora Digital, 2007.
- ESPOSITO, W. **Il Mondo Interiore** (Scritti teosofici – 1918-1962). Vicenza: Edizioni Teosofiche Italiane, 2008.
- FERREIRA, A. B. H. **Novo Dicionário Aurélio da Língua Portuguesa**. 2. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1986.
- FERRUCCI, P. **O que podemos vir a ser**. 2. ed. São Paulo: Totalidade, 2007.
- HOLANDA, A. “Questões sobre pesquisa qualitativa e pesquisa fenomenológica”. **Aná. Psicológica**, jul. 2006, vol. 24, no. 3, pp. 363-372. ISSN: 0870-8231.
- KEEN, S. (1974). “The Golden Mean of Roberto Assagioli (interview)”. **Psychology Today**, December 8, pp. 97-107. Disponível em: <http://www.aap-psychoanalysis.org/resources/articles/golden_mean.pdf>. Acesso em: 15 set. 2010.
- MASLOW, A. **El hombre autorrealizado**. 15. ed. Barcelona: Kairós, 2003.
- PALMER, H.; HUBBARD, P. A Contextual Introduction to Psychosynthesis. **Journal of Transpersonal Research**, 2009, vol. 1, pp. 29-33. ISSN:1989-6077.
- PARFITT, W. **Elementos de Psicossíntese**. Rio de Janeiro: Ediouro S.A., 1994.
- PARGAMENT, K. I. **Spiritually Integrated Psychotherapy: Understanding and Addressing the Sacred**. New York: The Guilford Press, 2007.
- SANTOS, B. S. **Um Discurso sobre as Ciências**. 16. ed. Porto: Afrontamento, 2010.

- SØRENSEN, K.; BIRKHOLM, H. **Roberto Assagioli: His Life and Work**. Translated by Gunnar Hansen. Disponível em: <<http://www.psykosyntese.dk/a-146>>. Acesso em: 20 abr. 2012.
- STANFORD ENCYCLOPEDIA OF PHILOSOPHY. **William James**. Disponível em: <<http://plato.stanford.edu/entries/james/>>. Acesso em: 16 jul. 2012.
- STRAPASSON, B. A. John B. Watson, o cuidado psicológico do infante e da criança: possíveis conseqüências para o movimento behaviorista. **Fractal, Rev. Psicol.** Rio de Janeiro, v. 20, n. 2, dec. 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-02922008000200023&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 18 jun. 2012.
- WALSH, R. N.; VAUGHAN, F. (Orgs.). **Más allá del ego**. 7. ed. Barcelona: Kairós, 2000.
- WILBER, K. **Psicología Perenne: El espectro de la conciencia**. In: WALSH, R. N.; VAUGHAN, F. (Orgs.). **Más allá del ego**. 7. ed. Barcelona: Kairós, 2000, pp. 108-126.