



SOMA, SELF AND SOURCE

By Dr. hc. David Boadella
Energy & Character No 21, 1990, 2

Traduzido Por: Inês Boadella

1. SOMA E COURAÇA

Toda a gente conhece a diferença entre conforto e des-conforto. Quando estamos confortáveis, sentimo-nos em casa no nosso corpo, integrados, em união connosco mesmos e não absorvemos num conflito interno.

Quando estamos des-confortáveis ficamos tensos, retraídos, cheios de estados emocionais mal-resolvidos, em conflito connosco mesmos ou com o outro, infelizes, neuróticos, até ao ponto de ficarmos inclusive doentes fisicamente.

O corpo físico, para além da sua linhagem genética, e do que absorve do ambiente, é um depósito codificado de todas as emoções, pensamentos, sentimentos e valores que incorporamos. Visto que nos é difícil na vida diária separar estes campos de influência distintos, o termo “corpo-mente” tem vindo a tornar-se popular. Este expressa a unidade entre o pensamento, o sentimento e a ação. Em alemão, o uso da palavra “leib” tem este significado, em contraste com o puramente físico “Korper”. Em grego, a palavra “soma” tem um significado mais próximo de algo como “forma”. A justaposição e inter-ligação de campos de forma do corpo constituem o soma. No Novo Testamento a palavra soma é utilizada por Paulo para referir-se também ao corpo não físico, ao corpo de luz, ou “corpo de ressurreição”.

O soma parece então estar próximo em significado da palavra alma; a palavra “alma” é uma tradução da palavra grega “psyche”. Os Seres Humanos vêm-se questionando há milénios sobre a relação entre “corpo” e “mente”. Dos vários pontos de vista propostos, o que fala de uma “identidade e antítese psicossomática” (Reich) é o que melhor captura esta união entre a forma física e os campos de consciência, que podemos identificar como diferentes níveis da “mente”. Experiências de morte clínica sublinham a compreensão de que, em certas circunstâncias, esta união é dissolvida e que campos da consciência podem ter uma forma distinta quando o corpo está morto. Pode ser que seja mais correto ver que o corpo é uma destilação ou concretização do nosso soma, a nossa forma.

“Couraça” é o termo que Wilhelm Reich utilizava para descrever a crosta fisiológica e psíquica de defesas que se constrói a partir de estados de desequilíbrio, perda de contacto, e infelicidade básicas. A couraça implica uma redução da pulsação, e uma contração ou

relaxamento excessivos dos tecidos, uma falta de sincronia no pensamento, humor e ações. Muitas teorias têm sido formuladas, por Reich e outros, sobre as origens do processo de encorajamento humano, como se o homem se voltasse contra si mesmo, a cultura contra a natureza, numa criação de um deserto interno na vida emocional, que por sua vez cria um deserto externo: o pesadelo ecológico com o qual ameaçamos o planeta. O que é importante salientar aqui não são as origens deste processo profundo de “sequestro”, de construção de paredes rígidas que impedem a comunicação entre as partes do todo, mas apontar a distinção clara entre dois reinos de experiência: o reino de um soma saudável, enraizado em processos naturais, gracioso, e em sintonia consigo mesmo e com o outro, e o corpo encorajado, desconectado de um sentido mais profundo de conexão, envolto num cobertor de formações de defesa neuróticas, e preso ou resignado a um fluxo de vida pouco abundante ou bloqueado.

Esta distinção básica foi descrita por Reich como expressões primárias e secundárias. As primárias são originais, não distorcidas, claras, e de bom funcionamento. As secundárias são restritas, confinadas, isoladas, confusas, perturbadas, e frequentemente destrutivas. Reich adicionou uma terceira categoria, a que chamou de terciária, referente à tentativa de disfarçar esta esta segunda camada perturbada e patológica, para apresentar uma frente falsa.

Stanley Keleman dedicou a sua vida ao estudo do nosso processo formativo, e descreveu as deformações (ou insultos à forma) que desenvolvemos durante uma aculturação deficiente. Falou de incorporação, enquanto conexão com as ondas e ritmos dos movimentos fluidos internos movendo-se através de nós, com o mar de protoplasma que constitui a alma da célula. Reich definiu a neurose como a perda do brilho no protoplasma; a terapia deve ser então o caminho para reacender esse brilho.

2. SEM MATÉRIA, NÃO FAZ MAL

Se a mente não pode ser reduzida ao cérebro, tal como apontaram proeminentes neurofisiológicos, tais como Sir John Eccles, então vivemos num universo uni-dualista. Cérebro e mente podem se acoplar (unidade e “identidade”), mas também se podem diferenciar (dualidade e antítese). Muitas pesquisas parecem apontar para a conclusão que, enquanto que o cérebro é um pedaço de natureza altamente organizado que ocupa uma região discreta de tempo e espaço, está protegido por um órgão, e por um crânio ósseo; a mente por sua vez não ocupa um lugar específico, e funciona para além do universo quadri-dimensional do espaço e do tempo. Pesquisas parapsicológicas e parafísicas levadas a cabo durante mais de um século provam este último ponto. Este também é apoiado pela física quântica moderna que evidenciou a mesma uni-dualidade funcionando nas raízes da natureza, na complementaridade entre a onda e a partícula. No livro SELF QUÂNTICO esta relação entre a dualidade onda-partícula da realidade pré-atômica desenvolve-se num modelo da relação mente-cérebro. A física quântica, demonstrando os segredos mais internos da matéria, tropeçou no facto irreduzível de que as propriedades da matéria estão indissoluvelmente ligadas às propriedades da consciência. Este é o chamado problema do “observador” na interpretação quântica, que permanece como um koan não resolvido após 60 anos de guerra entre os físicos com implicações teológico-filosóficas para a sua visão da realidade. Estas diferentes soluções, todas contraditórias, do koan quântico, estão bem resumidas por Nick Herbert no seu livro sobre REALIDADE QUÂNTICA. Foi um colega de Einstein, o físico inglês David Bohm, que propôs um modelo, ou duas ordens da natureza distintas, a que chamou de explícita e implícita. Ele

propôs um espectro de densidade, no qual as formas materiais se desdobravam a partir de uma ordem implícita, e na qual o seu potencial estava envolvido.. Isto quer dizer que a sua visão da natureza é que a matéria, tal como a podemos observar e medir, é a manifestação de algo mais subtil que podemos intuir, postular ou até criar teorias matemáticas em volta de, mas que vai para além do reino dos 5 sentidos físicos e de quaisquer instrumentos que possamos criar para o refinar ou magnificar.

No seu Centro Psíquico na costa oeste de Jutland, o professor de meditação irlandês Bob Moore dá cursos, já há vários anos, sobre desenvolvimento interno, que sensibilizam a consciência intuitiva destas dimensões mais subtis do ser, que mais e mais físicos começam a reconhecer. Roger Penrose, o mundialmente famoso cosmólogo e astrofísico apoiou recentemente as conclusões do Self Quântico, ao afirmar que a própria consciência é um processo quântico.

Numa conversa com o Dalai Lama, David Bohm expressou o seu ponto de vista da seguinte forma:

“Ao investigarmos mais profundamente a matéria, esta parece ter mais e mais propriedades subtis... No meu ponto de vista, as implicações da física parecem ser que a natureza é tão subtil que poderia estar viva ou ser inteligente”.

Bohm desenvolveu ainda mais as suas ideias ao expressar a uni-dualidade das formas subtil e densa, no termo “soma-significado”. O soma é moldado pelos significados com que contactamos, através da intencionalidade, valores e qualidades do ser. Por sua vez, esses valores são ajudados ou dificultados, avançam ou retrocedem devido á nossa experiência de vida somática. Há uma relação e uma interação entre o ground externo ou as experiências do dia-a-dia no nosso campo de ação, a jornada existencial num corpo específico , num século específico e numa cidade específica, e o ground interno do mito pessoal, da memória arquetípica, visões do sonho, e do domínio de uma realidade mítica, que transcende o espaço e o tempo.

Jung diferencia estes dois reinos entre o reino do ego e o reino do Self. Harmed Ali faz referência ao homem do mundo e ao homem do espírito. Stuart White, num livro com que Jung se impressionou e que discutiu nas suas cartas, descreve a relação entre o universo “obstruído” da matéria densa, do mundo tal e como o conhecemos, e do universo “desobstruído” que jaz latente para além de tudo o que está manifesto.

O biólogo Rupert Sheldrake excitou e zangou recentemente a comunidade científica com a sua hipótese sobre o crescimento da forma que defendia que este é governado não só por processos físicos e bioquímicos conhecidos, mas também por campos mórficos não locais, que carregam energia não detetável, transmitindo um padrão de comunicação, um projeto e informação. Se esta hipótese mórfica estiver correcta, ela apoia o ponto de vista de muitas religiões do mundo, que defendem que os níveis subtis do ser organizam os níveis mais densos, tal como a onda contém o potencial das partículas. O psico-físico brasileiro Hernâni Andrade propôs, alguns anos antes de Sheldrake, um modelo similar, ao qual chamou de “matriz biológica organizadora”, e que era um campo de informação subtil que organizava e dirigia a formação do corpo físico, algo que a própria genética não tinha conseguido explicar adequadamente.

Os biólogos fazem a distinção entre a “causalidade ascendente”, onde o inferior organiza o superior, e a “causalidade descendente” onde os organismos superiores organizam os inferiores.

A uni-dualidade entre estas duas ordens da natureza, a que chamamos de subtil e densa, aparece também nos escritos de Longchempa, onde ele fala sobre “este lado” e o “outro lado”. Podemos estar a lidar com os dois lados da “parede de luxon”, onde de um lado temos o mundo subliminal, estudado pela ciência, e do outro o mundo super-luminal das sincronias e da não-localidade.

3. A MATRIZ DA ESSÊNCIA E DA PLENITUDE

Nas secções anteriores, olhámos para duas polaridades distintas e diferentes, a polaridade entre as expressões de vida primárias e secundárias, e a polaridade entre a ordem densa e a subtil da natureza. Têm havido muitas confusões a respeito disto devido à incapacidade de identificar a diferença entre estas duas polaridades bem contrastadas. Estas confusões são de grande importância em todas as formas de trabalho bio-espiritual com pessoas, porque muitas pessoas interpretam a espiritualidade como uma forma de escapar ou de ir para além do corpo, e muitas religiões, segundo a forma como têm sido interpretadas, têm ensinado que o mundo é a armadilha.

Podemos ajudar a desfazer estas confusões ao criar uma matriz simples com dois eixos e ângulos retos entre si. O eixo vertical representa o espectro de densidade, e o eixo horizontal representa a polaridade entre a plenitude e a fragmentação.

Ordens subtis da natureza

Ordens densas da natureza

Plenitude Primária

Fragmentação Secundária

Podemos observar que existem muitas metáforas para as secções superiores e inferiores do eixo vertical. Aqui estão alguns exemplos.

Subtil	Denso	(Física Quântica, Bohm, Budismo)
Desobstruído	Obstruído	(Stuart While, citado por Jung)
Implícito	Explícito	(Física Quântica, Bohm)
Mórfico	Energético	(Biologia Formativa de Rupert Sheldrake)
Causalidade Descendente	Causalidade Ascendente	(Donald Campbell)
Grounding Interno	Grounding Externo	(Biossíntese)
“Céu”	“Terra”	(Acupuntura Chinesa)
Essence	Existence	(Philosophy)
Essência	Existência	(Filosofia)

“Imaginário”	“Real”	(Relatividade Complexa, Jean Charon)
Celestial	Terrestre	(Sufismo, Henry Corbin)
Purusha	Prakriti	(Filosofia Hindu)
Consciência	Tempo-espaço	(Física Neognóstica)
Não-local	Local	(Teorema de Bell)
Outro Lado	Este Lado	(Longchempa)

The second polarity can similarly be represented by a series of paired opposites:

Primário e Secundário	(Reich, Longchempa)
Essência e Ego	(Sufismo, Hameed Ali, Cristianismo Neognóstico)
Desenvolvimento e Envolvimento	(Biossíntese)
Núcleo e Caráter	(Core Energetics)
Soma e Couraça	
Vertical e Horizontal	(Psicologia Neognóstica: Gary Zukav)
Corrente de Vida e Armadilha	(Wilhelm Reich)
Prado e Etapa	(Wilhelm Reich, Superimposição cósmica)
Plenitude e Fragmentação	(Holonomia: David Bohm)
Céu na Terra, Inferno na Terra	(Cristianismo)
Deserto Oceânico	(Ecologia Planetária, Wilhelm Reich)
Ordem, Desordem	(Teleonomia, Termodinâmica)
Negentropia Entropia	(Herbert Guenther)

4.FAZENDO ALMAS E DRAMATIZAÇÃO

Quando eu tinha 17 anos impressionava-me muito a poesia e filosofia do poeta inglês John Keats. Ele teve uma forte influência formativa em mim numa fase crucial da adolescência, antes do meu contacto com o processo terapêutico ou com o trabalho de Wilhelm Reich.

Keats descreve o mundo como um “vale de construção de almas”. Ele define a alma como a profundidade central da pessoa, que moldamos entre o nascimento e a morte.

James Hillman, na criação da sua psicologia arquetípica, enquanto desenvolvimento a

partir dos fundamentos definidos por Jung, também pega em John Keats como um dos pontos de partida para o seu uso da palavra “alma”.

Cada termo que usamos para descrever os campos emocional, mental e trans-mental do ser humano está sujeito a uma confusão tremenda, pois a mesma palavra, pode ser utilizada em diferentes tradições para descrever experiências opostas ou palavras opostas podem ser utilizadas por diferentes autores com o mesmo significado. Será necessário definir cuidadosamente cada um desses termos e clarificar em que sentido são usados e não são usados.

O termo alma é em Inglês a tradução da palavra grega “psyche”, e da palavra em Latim “anima”. Aqui ficam alguns dos seus significados:

ALMA	a) Psyche
	b) O inconsciente (pessoal, pré- pessoal, transpessoal)
	c) O superconsciente
	d) A mente
	e) O espírito imortal
	f) consciousness in general
	g) A consciência em particular
	h) Anima Mundi, a alma do mundo
	i) O oposto do corpo
	j) A vida do corpo
	k) Um fantasma
	l) Profundidade, tal como em “alma da música” ou “assassínios da alma”

Aqui utilizarei a palavra de acordo com o significado que lhe atribuiu John Keats, como a formação de um centro pessoal profundo e significativo no desenrolar da nossa jornada de vida. Neste sentido, a alma não pode ser separada da nossa realidade somática durante a nossa incorporação, e o seu significado está perto do significado de “pessoa ou personalidade” nos escritos de filósofos existenciais tais como Mounier, Tillich, Tournier, entre outros, bem como Gabriel Marcel. Mas o termo “pessoas” também está sujeito a muita confusão.

Pessoa vem do Latim “personare”, que significa deixar passar som através de. Neste sentido, quando falamos verdadeiramente a partir das profundezas da nossa existência, damos voz aos nossos sentimentos internos, estamos presentes na nossa plenitude.

Hameed Ali fala da “essência pessoal” para se referir a esta incorporação do nosso ser no mundo. “A alma” escreveu Aristóteles, “é o acto primário de um corpo físico capaz de viver”.

Mas a mesma palavra, personalidade, tem sido associada à palavra grega “persona”, que significa máscara, o que tapa a face do orador, e atrás da qual ele falava num papel que

desempenhava num drama. Jung utiliza a palavra *persona* para descrever a máscara que esconde a pessoa verdadeira. A palavra *Personalidade*, nos escritos de Gurdjieff, é usada como sinónimo dos falsos padrões de comportamento que se desenvolvem enquanto contactos de substituição, e é utilizada quase da mesma forma que a palavra “caráter” (do grego pôr num molde, estereotipar) era usada por Reich, para se referir ao nosso conjunto fixo de padrões de defesa,, a nossa armadura psíquica.

Pessoa e personalidade, definidas desta forma, são dois pólos no espectro da plenitude, pois a pessoa é um centro organizacional da plenitude, a alma do sistema, a individualidade básica, que não pode ser dividida; e a personalidade pode-se fragmentar facilmente em sub-personalidades, que são como papéis que podemos desempenhar para escurecer a nossa natureza.

A vida, enquanto vale de construção de almas, é uma jornada de desenvolvimento pessoal, na qual os nossos potenciais e qualidades internas se podem ir sempre melhorando e realizando, apesar de, e por vezes por meio de forças que agem na direção do bloqueio, sofrimento e fragmentação. O próximo termo, que cria grande confusão no trabalho psico-espiritual, é o termo EGO.

Ficam aqui alguns significados da palavra EGO:

“Eu”, o meu sentido de mim mesmo	(Freud, em Alemão)
Um aparato psíquico, parte da mente	(Freud, traduzido)
Um centro para o egoísmo	(discurso popular)
Algo a fortalecer	(psicologia do Ego)
Algo de que nos temos que livrar	(ensinamento espiritual)
Centro organizador da plenitude	(BLanck e Blanck)
A causa fundamental da fragmentação	(psicologia neognóstica)
Auto-imagem, ou imagem do ego	(Psicologia Budista, Sufismo)

Como podemos retirar um sentido destes significados diversos e contraditórios?

Numa análise translacional, a pessoa é descrita como consistindo de estados do ego. Estes estados de Ego parecem sub-personalidades, papéis nos quais “caímos”. Este sentido da palavra é apoiado pelo termo “jogos” usado por Berne para descrever as interações defensivas que se dão entre os estados de Ego da pessoa. Berne também desenvolveu a ideia dos roteiros, ou guiões, essas mensagens internalizadas que actuamos no mundo, e que estão bem longe das necessidades do verdadeiro eu. Em psicodrama, baseia-se toda uma modalidade terapêutica em tornarmo-nos conscientes dos papéis escondidos.

Wilhelm Reich usou a metáfora do prado e do palco para descrever as polaridades das pulsões primárias e secundárias. No prado, as funções vitais são naturais, tudo está em equilíbrio. No palco, tudo é artificial, actuado, um drama mascarado de irrealdade.

Podemos olhar para o drama a partir de duas perspetivas: a vida que se torna num drama

actuado, na qual aquilo que é real fica escondido por trás da atuação. Aqui temos aquilo a que Reich chamava de “palco”. Ou podemos ver o drama como uma oportunidade de expressar as qualidades essenciais do problema humano, com o qual podemos ter perdido o contacto na agitação da vida diária. Esta era a função do drama Grego, com os seus mitos primais que tinham o poder de induzir uma libertação catártica de sentimentos escondidos na plateia, e que consistia numa forma precoce de “therapeia” do Egeu. Mas temos que olhar mais fundo para as complexidades da confusão que gira em torno do termo Ego.

5. EGO E NARCISO

Bruno Bettelheim descreveu como a palavra “ego” entrou na literatura psicodinâmica como uma tradução da palavra alemã “ich”, que significa Eu. Em vez de uma simples palavra humana utilizada por Freud, que toda a gente reconhece instantaneamente, e com a qual se identifica, temos “ego” enquanto aparato psíquico com alguma objetividade.

A psicologia do ego dedica-se a fortalecer o ego, ou seja, a apoiar o desenvolvimento de um “Eu” pessoal, baseado em relacionamentos seguros, pois sem o contacto entre o Eu e o outro, o eu não se pode desenvolver com maturidade. Egos fracos e fortes são pessoas com um sentido de individualidade e unidade de organização desenvolvidos de forma fraca ou forte. Isto quer dizer que uma pessoa com um bom desenvolvimento egóico no sentido psicológico, tem um forte sentido dum Eu pessoal, um Eu empírico que conhece o seu ou os seus limites, e pode funcionar bem no mundo real, e no mundo dos relacionamentos. No meu artigo “Morte do Ego”, eu falo da distinção feita por Krishnamurti entre o que ele chama de “Ego Funcional”, descrito acima, e o “Ego de Status” que tem a ver com uma auto-importância exagerada e um egoísmo, no sentido em que nos pomos em primeiro lugar no mundo competitivo e individualista. Jung usou o termo Ego, no sentido funcional, em contraste com o que ele denomina de Self, que corresponde ao Eu num sentido mais profundo. Este sentido mais profundo do eu será discutido mais à frente neste artigo.

No processo de desenvolvimento deste sentido do Eu, há um processo ao qual Freud chamou de “narcisismo saudável”, que corresponde ao orgulho pelas conquistas próprias, aparência e existência, e está ligado ao prazer de estar vivo. Está relacionado com todas as formas de auto cuidado, e auto nutrição. No Cristianismo, pedem-nos que “amemos o próximo tanto quanto nos amamos a nós mesmos”. No Budismo, a prática da compaixão começa com a compaixão por nós mesmos; sem a qual a compaixão pelo outro seria impossível de praticar.

O narcisismo secundário é um processo neurótico de cisão entre a conexão de uma pessoa com a outra, ou entre os seres humanos e o seu ambiente. Inclui todas as formas de conquista do homem sobre a natureza, alimenta a maior parte dos conflitos humanos, nutre o nacionalismo, o fanatismo, a guerra e a megalomania.

As tradições espirituais procuram reduzir a influência do ego, com o objetivo de nos libertarmos da prisão deste egotismo, do qual a couraça caracterológica é apenas uma expressão.

Ken Wilber tem uma discussão sobre os diferentes níveis de narcisismo que pode ser muito útil, onde ele vê cada etapa do crescimento como tendo um desenvolvimento saudável do eu, e uma conseqüente expansão da consciência; e também um aspeto negativo desse desenvolvimento onde o que é saudável numa etapa pode se tornar uma perturbação na etapa seguinte.

Alguns dos melhores exemplos de narcisismo patológico podem ser encontrados em movimentos espirituais, por vezes liderados por um líder carismático e narcísico (cf. “The Fall of the Light Bearer” / “A queda do que carrega a luz”, por David Boadella em *Self & Society*, Londres), onde hierarquias relativamente a quem é mais desenvolvido podem ser criadas, com grandes quantidades de egotismo implicadas na competição com o outro para ver quem mais transcendeu o ego. Jes Bertelsen tem uma descrição importante dos perigos deste tipo de inflação no seu livro sobre Energia e Consciência e Chogyam Trungpa dedicou um livro inteiro á sua descrição sobre “Ir para além do Materialismo Espiritual”.

Se usarmos o termo “Eu” para nos referirmos às formas saudáveis de auto-expansão, e o termo ego para falar do narcisismo patológico de atividades que impliquem uma desvalorização progressiva do outro, podemos concluir que a essência e o ego constituem uma polaridade na matriz descrita acima. A essência corresponde ao estado sem defeito descrito por Longchempa, que inclui um desenvolvimento saudável do eu pessoal, e “ego” corresponde ao estado defeituoso, onde o nosso contacto fica reduzido, restrito, e leva a graus aumentados de isolamento, alienação ou contactos de substituição, mascarados de comunicação real. Ficamos envolvidos no ego como se fosse uma película, formando o que Longchempa chamou de “fortaleza fictícia do ser”.

6. SELF E SOMBRA

Muitas religiões do mundo, tais como o Hinduísmo e o Cristianismo, ensinam-nos sobre a imortalidade do espírito. O que é que significa ser imortal? A mortalidade é a morte do corpo, a quebra da ordem natural explícita, o fim da existência empírica de um enquadramento de espaço e tempo. A imortalidade está para além da destruição. Aquilo que não é destruído quando o nível denso do ser se extingue, é o nível subtil que expressa. A ordem implícita continua. Os campos mórficos não têm que se extinguir com a morte física. Reservámos a palavra alma para nos referirmos à expressão e manifestação da nossa profundidade no contexto de uma vida em particular. Como podemos chamar a esta profundidade em si, esta profundidade que é indestrutível? O cristianismo usa a palavra “espírito”, que significa “sopro”, o elemento do ar que é invisível. O Hinduísmo usa o termo “atman”, que também significa sopro, mas passou a significar Self. Os Patanjali usam o termo “Seer, aquele que vê”, aquele que está consciente não só do mundo, mas também dos conteúdos da mente, a Testemunha que vê a partir de uma perspetiva iluminada. No sufismo existe o termo essência, para falar da realidade por trás da nossa existência, e Hameed Ali utiliza o termo “self essencial” para designar a identidade que temos por trás do fluxo da manifestação.

Mas antes, clarifiquemos as confusões que se geram em torno do significado da palavra “self”.

a) Eu, eu mesmo	(Senso Comum)
b) Self, Ego de Status	(significa "eu sou egoísta")
c) Self inferior	(impulsos emocionais negativos para o outro) (Pierrakos)
d) Self intermédio	(usado pelos Huna, consciência adulta)
e) Self Inferior	(usado pelos Huna, o corpo e as suas energias)
f) Self Superior	(consciência adulta)
g) Self Verdadeiro	(Winnicott: que vem do coração)
h) Falso Self	(Winnicott: personalidade defensiva)
i) Verdadeiro Self	(Verdadeiro Self ou Self Superior)
j) Self Maior	(Durkheim: Ser transcendente)
k) Self Empírico	(Ego funcional)
l) Self Essencial	(Profundidade do Ser)
m) O Self	(Arquétipo transpessoal, Jung)
n) O Self	(Hinduísmo: Deus, Atman = Brahman)

Com a utilização do S maiúsculo, vou usar a palavra Self para falar da nossa essência fundamental, o Eu Maior que transcende a nossa individualidade pessoal. Ramana Maharshi, o místico Indiano, introduziu o que mais tarde ficou conhecido no Oeste como Iluminação Intensiva, uma poderosa experiência de grupo, onde as pessoas são expostas às camadas de respostas que dão à pergunta "Quem sou eu". Se uma pessoa responder a esta pergunta dizendo aquilo que não é, o sentido de uma identidade mais profunda começa a emergir. Em psicossíntese chama-se a isto processo de desidentificação. Eu não devo ser identificado com o nome no meu passaporte, eu sou mais do que isso. Eu sou mais do que o meu corpo, que é apenas um canal para expressar as minhas qualidades.

Eu sou mais que as minhas emoções que podem nebulizar a minha razão. Sou mais que a minha razão que pode obscurecer a minha luz.

O Budismo ensinou-nos a doutrina de "anatta", sem self. Mas quem é o self que não é, que morre, que é perecível? E se existe um Self que permanece, será que é "meu"? Será que posso reclamar a posse deste Self, tal como possuo o meu próprio carro, ou até o meu corpo, ou será que este "Eu", não é apenas o meu "Eu", que me separa do outro, mas também é esse "Eu" que existe, quando estamos numa relação tão profunda que partilhamos um "Eu" comum.

Este Self que eu sou, que é a minha essência, que é a semente, a flor e o fruto das minhas qualidades, é também o Self que tem o outro, e que é a semente, a flor e o fruto das suas qualidades. A combinação de qualidades pode distinguir-nos, mas as qualidades em si podem unir-nos. Podemos pensar nas qualidades como cores de luz. Como uma parte de qualidade

da aura ou campo energético que pode ser percebida pelos psíquicos como uma radiação que envolve cada pessoa, e que tem diferentes combinações de cores. Cada combinação pode ser única, mas o espectro de cores básico é um dado adquirido, e todo ele se forma a partir de uma luz. De que forma pode ser significativo reclamar as qualidades essenciais, que são o potencial de todas as pessoas, como minhas?

R.D Laing escreveu um poema na sua coleção KNOTS, NÓS, que contém o seguinte:

O que é meu não sou eu
 O que sou eu não é meu
 O que não sou eu é meu
 O que não é meu sou eu

As epígrafes de Laing são Koans Ocidentais, que confrontam o intelecto com a impossibilidade de compreendermos racionalmente quando certos níveis profundos de penetração no mistério da realidade são alcançados. A física quântica atinge um estado similar ao Koan nas suas tentativas de compreender a relação entre observador e a realidade, entre o que observa e o observado. O conceito Zen de sem mente (wu shin) não tem a ver com vazio, mas sim com a plenitude mais rica possível da presença. Talvez para conseguirmos descobrir a nossa identidade profunda tenhamos que perder as nossas identidades usuais, um paradoxo comparável com a mensagem de Jesus para os seus discípulos: aquele que salvaria a sua vida deveria perdê-la.

O que é excluído da luz permanece na sombra. A sombra é o gêmeo obscuro que se esquece da luz. A sombra cria a ilusão da não existência do Self, e de que apenas existe o Ego. Nascemos para fora da escuridão, morremos na escuridão, há apenas uma passagem de vazio para vazio. A sombra é a voz do desespero, a nebulosidade no coração, o medo e os tremores no limiar da existência, dos quais falou Kierkegaard. Esta sombra, tal como o reconheceu Jung, não desaparecerá. Não podemos ignorá-la, esquecê-la ou negá-la. A luz sem sombra é luz artificial. O que cria a sombra é o bloqueio da luz. Tudo aquilo que fica entre a nossa essência e a sua expressão na nossa vida diária constitui a sombra. Vivemos grande parte da nossa vida em eclipse. Mas a sombra tem que ser vista, ela tem fome de luz. Quando aquilo que jaz na sombra é iluminado, dá-se uma alquimia subtil, o medo pode ser transmutado em excitação, raiva furiosa em trabalho criativo, a noite escura do desespero em perfume subtil de esperança. Há algo mais. A sombra pode indicar o caminho: é como um dedo que aponta para o bloqueio que devemos eliminar, um dedo que aponta para além do bloqueio, para a luz que está a ser bloqueada. Olhe para a direção da sombra, e poderá localizar o sol, olhe para o comprimento da sombra, e poderá saber as horas.

Krishnamurti disse: para resolver um problema, pare de tentar mudá-lo: sente-se no centro e olhe realmente para ele. Ilumine-o. Um budista tibetano Chime Rinpoche usa como tema para a sua meditação nada mais central que os antagonismos da vida diária.

7. A FONTE E A RUPTURA

Durante toda a história da humanidade, o homem tem lutado para compreender as suas origens quer dirigindo-se para o interior, através da religião e da meditação, ou olhando para o exterior, através da ciência. Estes dois caminhos opostos estão a convergir no século presente. A conclusão dos professores indianos no tempo dos Upanishads era que Atman é Brahman,

que o Self é Deus, que Quem Vê é o Criador. E a respeito de Brahman, os Upanishads dizem: “No mundo interno, Brahman é a consciência, no mundo exterior, Brahman é o espaço”.

Esta é uma imagem de uma Fonte fundamental que vai para além da dualidade da mente e da matéria, uma origem a partir da qual ambos são criados. A ciência investigou com telescópios e microscópios de elétrons os mistérios sub-atômicos e ultra-galácticos e diferentes grupos de cientistas chegaram a resultados surpreendentemente similares. Fred Hoyle, astrónomo inglês que descobriu o processo de formação de carbono nas estrelas, defendeu a existência de um “Campo de Criação” como fonte original a partir da qual surgiu o universo. Em escritos posteriores, ele falou de um “Universo Inteligente”, e claramente ele atribui a este Campo de Criação uma espécie de consciência cósmica.

David Bohm, o famoso físico quântico fala de um Holomovimento, um campo de realidade que inclui mente e matéria, o observador e o observado, e fala disto como uma Fundação do Ser para tudo o que existe, uma espécie de ordem Superimplificada. Jean Charon, o cosmologista francês que seguiu Einstein ao desenvolver as equações de relatividade complexas, incluindo quer o universo “real” (i.e denso) quer o chamado universo “imaginário” (ou seja, subtil) da realidade, designou a Uni-dualidade por trás de ambos, com o número da unidade, um, ao qual chamou simplesmente de “Etre”, Ser. Os físicos procuram o Campo Unificado da Natureza, e parece cada vez mais claro que não conseguirão encontra-lo enquanto separarem a consciência dos seus cálculos. O teorema de Gödel diz-nos que cada sistema será incompleto porque não se pode incluir a si mesmo. Esta fonte, independentemente da forma como a visualizamos ou intuímos, (e antes das distorções trazidas pelas degenerações das religiões, do contacto com a Unidade original), dá-nos um sentido do que possa ser a Plenitude. O ápice do eixo vertical na matriz da existência dá-nos uma imagem do ponto de origem do eixo horizontal. A plenitude encontra-se nas raízes da estrutura sub-atômica da matéria. Quebramos essa plenitude pondo-nos em risco, e criamos um evento como Hiroshima ou Chernobyl. Essa plenitude encontra-se no universo visível com um diâmetro de quinze mil milhões de anos luz, que alguns astrónomos sugerem ser necessário para fazer um planeta que contenha a vida possível. Dois elétrons que disparam em direções opostas através do cosmos ficam imediatamente conectados, não localmente, e de uma forma que nós, sem mentes sub-koan, não podemos compreender. Esta plenitude pode ser encontrada no equilíbrio possível entre mente e matéria, cultura e natureza, um ser humano e o outro. David Wasdell mostrou como a cisão entre feto e útero, mãe e bebé, é a cisão prototípica entre Judeus e Árabes, oeste e este, norte e sul.

Mas a tendência humana para a cisão está tão profundamente enraizada que no momento em que a cisão geopolítica entre oeste e este começou a ser ultrapassada, com a dissolução da cortina de ferro devido a uma visão de plenitude e de um lar apenas se traduziu numa realidade mais tangível, começou uma nova forma de cisão (a emergência do nacionalismo e conflitos internos o seio de país, ou grupo de países, anteriormente “unidos”).

O oposto da Fonte é a Cisão, a fenda no ovo cósmico, a ilusão de desconexão, visto que de facto, até o desconectado faz parte do todo. Esta Cisão Básica é uma versão cósmica do que Michael Balint chama de Falha Básica, ou o que Longchempa chama de Defeito. Tem a ver com esquecermo-nos da nossa Fonte, com a perda de contacto com a Plenitude. No Budismo isto é descrito como a perda do Ser, no Sufismo como perda da Essência e no Cristianismo como Cair em Desgraça. Mas o Ser não se pode perder, apenas se pode perder o nosso contacto com isso. O buraco negro do desespero pode ser experienciado de diferentes

formas, como buraco branco de emergência para um outro estado de consciência, tal como tentei descrever no meu capítulo “No Útero, na Tumba e no Espírito”. A essência não se pode perder. Ela é indestrutível. Edmund Husserl, quando falava do Self Transcendente, expressou que esta permaneceria na existência, mesmo se todo o universo fosse destruído.

A graça é uma qualidade com a qual podemos perder o contacto, ou manter o contacto com – tal pode não depender de condições externas. Nelson Mandela emergiu após 27 anos de aprisionamento brutal sem amargura no coração. Uma rapariga à beira da morte num campo de concentração escreveu: “Cada dia, eu olho para a árvore lá fora e sinto uma confiança na vida.”

8. INSPIRAÇÃO E EXPIRAÇÃO

O nascimento termina com a primeira inspiração e a morte começa com a última expiração. A vida é um equilíbrio entre anabolismo e catabolismo, receber nutrição e destruir detritos. Esta imagem de nutrição e excreção é verdadeira para além do físico. Temos que metabolizar as nossas experiências, digeri-las, beber o seu sumo, enquanto ao mesmo tempo eliminamos os resíduos psíquicos e emocionais que já não nos servem.

A terapia é frequentemente um caminho de libertação de velhos padrões, tensões, de expressão de sentimentos escondidos e de libertação de falsas identificações. A cura pode ser vista como uma forma de descobrir como contactar com as fontes de nutrição fisicamente, emocionalmente e espiritualmente. Livrarmo-nos de velhos detritos é de uso limitado se não conseguirmos abrir ao mesmo tempo canais que tragam ar fresco, inspiração, esperança, mais luz. Alcançar uma boa nutrição pode ser um processo difícil se o organismo estiver entupido com bloqueios e esteja incapaz de assimilar. A terapia e a cura são o catabolismo e anabolismo da mudança pessoal; precisam um do outro como a inspiração e a expiração.

Essa é a sua polaridade, a sua dualidade. Se desenvolvermos apenas um dos polos teremos problemas. O trabalho espiritual que procura desenvolver os centros mais elevados da consciência, enquanto ignora ou reprime os inferiores rapidamente se transforma numa pirâmide instável que colapsa num monte de areia. O trabalho terapêutico que se concentra em destruir as defesas pode apenas levar a que fiquemos profundamente magoados.

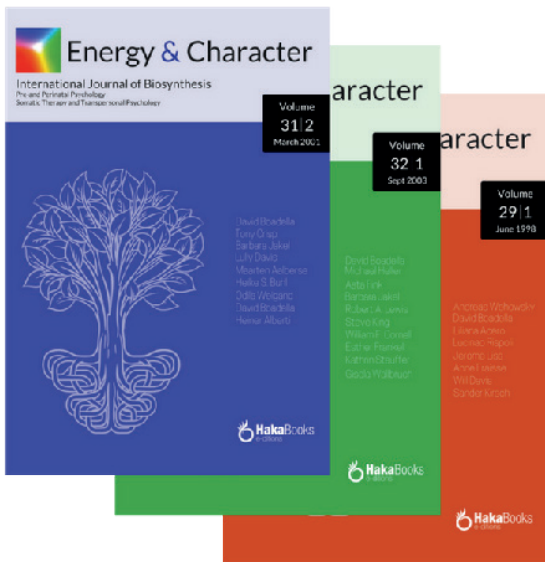
Para além da dualidade jaz a unidade. A palavra terapia tem a sua raiz no Grego, e significa: cuidar de. A cura vem da mesma raiz que “pleno”. Cuidar de alguém é ajudar a pessoa a encontrar a sua plenitude, que é saúde. Ser em plenitude é cuidar, de si mesmo, do outro e do planeta.

O caminho do desenvolvimento é o caminho para fora do nosso invólucro. Há muitas armadilhas pelo caminho. Podemos ser seduzidos por terapeutas manipuladores que querem obrigar-nos a mudar numa direção pré-definida. Podemos ser cativados por um sistema de meditação exótico que acaba por nos isolar numa realidade sobrenatural. Um verdadeiro caminho é aquele que nos ajuda a trazer a nossa luz para a terra, experienciar a luz da terra, a espiritualidade do corpo, e a incorporação do espírito. Então, a nossa passagem pelo vale fazedor de almas será feita com os pés assentes na terra. O soma em que crescemos nesse caminho lembrar-se-á da fonte do seu self, e as ações no mundo serão cada vez mais moldadas a partir do coração.

REFERENCES

1. **Reich, Wilhelm**
The Murder of Christ, Rangeley 1952.
2. **Keleman, Stanley**
Embodying experience, Berkeley 1987.
3. **Eccles, Sir John & Popper, Karl**
The Self and its Brain, London 1977.
4. **Zohar, Danah**
The Quantum Self, London 1989.
5. **Herbert, Nick**
Quantum Reality, London 1985.
6. **Bohm, David**
Wholeness and the implicate order, London 1980.
7. **Penrose, Roger**
The Emperors new mind, Oxford 1989.
8. **Bohm, David**
In *Dialogues with Scientists and Sages*, ed. Renee Weber, London 1986.
9. **Almaas, A.**
The Paerl of Great Price, Berkeley 1988.
10. **White, Stuart**
The Unobstructed Universe, New York 1940.
11. **Sheldrake, Rupert**
The Presence of the Past, London 1988.
12. **Andrade, Hernani**
Teoria Corpuscular do Espirito, Sao Paulo, 1959.
13. **Longchenpa**
Kindly bent to ease us Vol. II (Edited by Herbert Guenther) Berkeley, 1976.
14. **Keats, John**
Collected Letters, London 1945.
15. **Hillman, James**
Revisioning Psychology, London 1975.
16. **Aristotle**
De Anima, London 1986.
17. **Reich, Wilhelm**
"Homo normalis & the child of the future" in *Orgonomic Functionalism* Vol. 1, No.1, Rangeley 1990.
18. **Berne, Eric**
Games people play.
19. **Reich, Wilhelm**
Cosmic Superimposition, Rangeley, 1952
20. **Bettelheim, Bruno**
Freud and man's soul, London 1982.
21. **Boadella, David**
"The death of the ego" in *Energy & Character*, Vol.11, Weymouth, 1980.
22. **Wilber, Ken**
Transformations of Consciousness. Boston 1986.
23. **Bertelsen, Jes**
Energi og Bevidsthed, Copenhagen, 1984.
24. **Trungpa, Chogyam**
Cutting through spiritual materialism, Boulder, 1973.
25. **Boadella, David**
"The fall of the light-bearer" in *Self and Society*, London.
26. **Patanjali**
Yoga Sutras (ed. Georg Feuerstein), Rochester, Vt.1979.
27. **Laing, Rd.**
Knots, London 1975.
28. **Krishnamurti, Jiddu**
First & last freedom, London 1964
29. **Kierkegaard, Soren**
Fear and Trembling
30. **Hoyle, Fred**
The Intelligent Universe, London 1983.
31. **Charon, Jean**
Complex Relativity, New York 1988.
32. **Wasdell, David**
"Foundations of Psycho-social Analysis", in *Energy & Character*, Vo1.14, No.2, Vo1.16, No.2 1983, 1985.
33. **Balint, Michael**
The Basic Fault, London 1952.

Free Article



If you wish to receive more information about the reissue of the journal, we invite you to visit our website www.energyandcharacter.com, where you can get information about how and where to buy them.

-  www.energyandcharacter.com
-  journal@energyandcharacter.com
-  +34 680 457 788 - 620 012 111