

*Tradução Livre: Centro de Psicossíntese de São Paulo.*

*Texto extraído do curso ministrado por Piero Ferrucci no Istituto di Psicopsintesi, Florença, 1972*

*Lição 06 de 1972.*

## A VIA MÍSTICA À EXPANSÃO DA CONSCIÊNCIA

Por Piero Ferrucci

Uma anedota oriental conta que um homem, tendo participado do saque de uma cidade, andava ao redor procurando vender um belíssimo tapete que havia roubado: “Quem quer comprar este tapete por 100 moedas de prata?” dizia. Como o tapete era muito bonito, não tardou a encontrar quem o quisesse. “Por que vendeu aquele tapete por um preço tão baixo? perguntou em seguida um amigo”. “Por quê? – rebateu outro – existe um número mais alto que 100?” Devemos atentar para não incorrer no mesmo erro daquele homem.

Existem números superiores a cem. Existem os estados de consciência diferentes dos comuns, mais ricos, mais amplos e mais significativos. Uma psicologia que se quer definir *científica* não se pode permitir ignorá-los.

Esta aula de hoje é dedicada aos místicos. Pode ser muito útil ter conhecimento dos métodos, dos resultados das pesquisas, e dos princípios que os guiaram, dos que exploraram zonas da consciência por nós desconhecidas, principalmente o supraconsciente e o EU: santos, vozes, monges, filósofos e *profissionais do sagrado* em geral. Uso o termo os místicos para enfatizá-los: o uso do termo de maneira ampla e genérica.

Naturalmente no curso de uma só aula é impossível uma tratativa aprofundada: procurarei somente colocar luz em alguns pontos de contato entre os métodos e os princípios da psicossíntese e algumas experiências típicas dos místicos e revelar também alguma diferença.

Um destes *pontos de contato* é constituído pela experiência do EU: como é de conhecimento um dos fins que se propõe a psicossíntese é a inclusão do EU no campo da consciência e o seu vir a ser como elemento fundamental e dominante e ao redor do qual se reorganiza a personalidade. A experiência do EU é, para a grande parte das pessoas, só parcial, e a sua descoberta é só gradual. A identificação total com o EU é uma experiência extática e extraordinária, mas muito rara e nunca permanente.

Encontramos testemunhos desta experiência entre muitos místicos, os quais se referem dando ao EU vários nomes: Fünklein (centelha), *base da alma*, *ápice da alma*, *juízo*, *homem cósmico*, *cidadela da alma*, *castelo interior*, *Atman*, *Porusha* (místicos indianos), *superalma* (Emerson), *luz interior* (Quaccheri), e etc.; este centro é a parte mais elevada do homem, o ponto de contato com a Divindade, segundo as afirmações

de alguns místicos. “O olho através do qual vejo Deus é o mesmo olho através do qual Deus me vê: o meu olho e o olho de Deus são um só olho, uma só visão, uma só consciência, um só amor” diz Meister Eckhart.

Citarei alguns testemunhos de experiências de contato com o EU. Considero que é preciso levar em conta estes testemunhos. Muitas vezes as explicações que são dadas das experiências dos místicos foram estados do tipo *reducionista*. Procurou-se desvalorizá-los como fenômenos regressivos no sentido de regressão à felicidade inconsciente da vida pré-natal, ou então como fenômenos do tipo histérico. A psicossíntese não partilha destas supostas *explicações*.

Um comportamento verdadeiramente científico pede um exame objetivo e aprofundado dos testemunhos. Trata-se de experiências muito importantes para serem ignoradas e subvalorizadas. Eis alguns exemplos: vocês perguntam como podemos conhecer o Infinito? Eu respondo, *não com a razão*; a função da razão é discriminar e distinguir: o Infinito, entretanto, não pode ser compreendido através dos seus objetos. Vocês poderiam entrar em contato com o Infinito com uma faculdade superior a razão, entrando em um estado no qual o seu eu finito desaparece, no qual a essência divina lhe é comunicada. O êxtase é isso. É a libertação da mente da sua consciência finita. O semelhante conhece somente o semelhante: quando deixar de ser finito tornar-se-á uno com o Infinito. Na redução da sua alma ao seu eu mais simples a sua essência divina, esta união, esta identidade serão realizadas.

“Mas esta condição sublime não dura para sempre: só de tanto em tanto podemos usufruir desta elevação além dos limites do corpo e do mundo”

Plotino

“Sentado um dia em seu quarto, os seus olhos caíram sobre uma placa de estanho brilhante, que refletia a luz do sol com um esplendor de tal modo maravilhoso que ele teve um êxtase interior, e ele parecia ser capaz de ver os princípios e os fundamentos mais profundos das coisas. Pensou que se pudesse tratar de um fruto da fantasia, e para liberar a mente, andou na grama do jardim. Mas também aqui se deu conta de poder contemplar o verdadeiro coração das coisas nas plantas e na grama, e que a natureza estava em harmonia com isto que ele tinha visto. Não falou disto com ninguém, mas louvou e agradeceu a Deus em silêncio”.

Jacob Boehme

“Uma enorme alegria se derramou sobre a calma, infinitas margens da minha alma. O espírito de Deus, compreendido, é a Bem-aventurança sem fim; o Seu corpo é feito de inumeráveis estratos de luz. Um esplendor sempre maior dentro de mim começou a envolver cidades, continentes, a terra, os sistemas solares e estelares, tênues nebulosas, e universos flutuantes. O universo inteiro, resplandecente de uma luz delicada, como uma cidade distante vista à noite, brilhava na infinidade do meu Ser”.

Yogananda

Mas antes de alcançar a identificação com estes picos dentro de nós mesmos, é possível, segundo a Psicossíntese, *dialogar* com o EU, ou seja, *abrir* um canal de

comunicação pouco a pouco mais direto. Todos nós nos encontramos muitas vezes em situações que requerem uma decisão, uma orientação importante. Decidir pode às vezes ser difícil – podemos seguir os nossos condicionamentos e as nossas emoções, podemos ignorar o problema e rejeitar ou iludir a decisão (também esta é uma decisão), e etc.; todavia podemos recorrer à parte mais elevada e mais sábia de nós mesmos, o EU, pedindo-lhe um conselho; digo isto sem metáfora, porque esta é uma verdadeira e própria técnica da psicossíntese, que Assagioli nestes últimos tempos elaborou ainda mais. Começamos com a pergunta.

Podemos imaginar subir uma montanha, visualizando a escalada nos seus detalhes; em seguida em cima da montanha visualizamos um velho Sábio, ao qual imaginamos expor o nosso problema e fazer-lhe as oportunas perguntas (*o velho Sábio* é um símbolo da sabedoria em nós mesmos, e, portanto, do EU. Podem ser usados também outros símbolos, mais abstratos: o sol, um farol, uma estrela, um círculo com um ponto luminoso central).

Um outro modo é escrever uma carta ao EU, como se escrevêssemos a alguém para pedir-lhe conselho; naturalmente neste caso a carta é postada no mesmo momento no qual é escrita. Ou também a pergunta pode consistir em uma ou mais meditações reflexivas e receptivas sobre o problema cuja resposta se procura.

Vamos agora à resposta: ela pode vir rápido e muito clara, quase peremptória, na forma de iluminação ou de intuição improvisada. Ou até pode manifestar-se como um impulso à ação; de improviso sentimo-nos levados a fazer algo, a agir de maneira nova e diferente, elaborar projetos que antes nos pareceriam impensáveis. Ou então a mensagem do EU pode vir em forma de sonho mais ou menos simbólico. Ou até a resposta – e isto pode parecer estranho e difícil de explicar – pode vir de fora, de acontecimentos da vida cotidiana, e de modo sutil e por vezes simbólicos: no decorrer de uma conversa, abrindo um livro ao acaso ou em qualquer acontecimento da vida cotidiana e sentimos subjetivamente que é mesmo a resposta do EU pela carga de significado e importância de que a mensagem se reveste aos nossos olhos.

Estes modos de comunicação são indicados por vários místicos. Um dos melhores exemplos é o de Santa Teresa que aconselha: “...*imagino estar na presença de Jesus Cristo, falando e sentindo prazer de estar com Ele sem cansar o intelecto. Não se preocupando em fazer raciocínios, mas expondo-lhe simplesmente as suas necessidades...*” (neste caso Jesus Cristo poderia constituir para Santa Teresa um símbolo do EU). E em uma outra parte da sua ‘Vida’, Santa Teresa fala de como chegaram as respostas (sem todavia colocá-las em relação com o exercício agora mencionado): “Aqui Deus instrui a alma também de outro modo, falando-lhe sem falar... com uma linguagem do céu que apesar de todo nosso esforço aqui debaixo não se pode explicar... Coloca no mais profundo da alma aquilo que nos quer fazer saber representando-o sem imagens nem forma nem palavras....Torna-se conscientes destas mensagens muitas vezes quando já chegaram, sem que se possa compreender de ‘onde’ chegaram. É como sentir a comida no estomago sem havê-la comido, nem saber como entrou.”

Por outro lado, estas mensagens mudam em um instante as disposições da alma: habilitam-na, iluminam-na, comovem-na, inundando-a de alegria, e se ela está na aridez,

na inquietude e na agitação, sente como uma mão que corta todos os seus males ou algo melhor.

Outro ponto em comum entre místicos e a psicossíntese é a simplificação da vida externa. Muito frequentemente os místicos falam de simplicidade. É o que diz Lao Tse, um místico chinês do século V A.C.:

“O estudante aprende graças a um incremento cotidiano. A Via é conseguida com uma perda cotidiana, perda após perda, até que ao fim é só paz”.

Muitas vezes esta renúncia era levada a pontos extremos como jejuns, vigílias, pobreza completa, castidade etc., isto favorecia o surgimento de estados supraconscientes. A psicossíntese ao contrário não aprova as renúncias excessivas nem o uso de uma vontade rígida e dura que não se dá conta da constituição bio-psíquica do ser humano e que não seja violenta para com ele. Uma das técnicas da vontade, todavia, consiste na simplificação da vida externa, de livrar-se de muitas coisas e hábitos que não são essenciais e constituem uma dispersão de energia: trata-se de uma redistribuição da atenção, portanto, de uma perda que é um ganho. A advertência de Lao Tsé pode ser particularmente útil na atual civilização de consumo, na qual milhares de estímulos artificiais, mas muito potentes, correm o risco de fazer perder o senso das proporções e a lucidez ao discriminar entre o que é essencial e o que não é.

Quero neste ponto fazer algumas observações sobre diferenças entre a atitude da Psicossíntese e a de alguns místicos aos quais aponte até agora. Antes de mais nada, não é necessário acreditar que os místicos são pessoas perfeitas e autorrealizadas. O fato de ter contato com o EU ou com o supraconsciente não exclui que se possam ter lacunas e distúrbios da personalidade comum. Por outro lado, a Psicossíntese divide-se em psicossíntese pessoal e transpessoal, indicando a relativa independência dos dois processos aos quais respectivamente se referem, ou seja, integração da personalidade e o contato com o EU e o supraconsciente.

Estes dois processos naturalmente podem estar interligados e influenciarem-se reciprocamente, mas é bom lembrar que o contato com zonas transpessoais não garante um funcionamento são e eficiente ao nível pessoal. Willian James em seu livro “*A variedade da Experiência Religiosa*” cita muitos casos deste tipo, e entre esses está o de Santa Marguerita Alacque, uma mulher que alcançava estados extáticos com extrema facilidade e frequência. E, no entanto, era muito diferente sua vida cotidiana no monastério em que vivia: seu biógrafo nos informa que as outras freiras a colocaram para trabalhar na enfermaria depois na cozinha e em seguida para ensinar na escola com resultados desconfortantes; por exemplo: na escola enquanto ensinava entrava continuamente nestes estados de recolhimento e os alunos cortavam pedacinhos de tecido da sua roupa para fazer relíquias, tratando-a já como uma santa.

Além dessa inadaptação à vida prática o contato com energias transpessoais pode também dar lugar a casos de fanatismo, e a muitos outros distúrbios.

O importante é conseguir funcionar bem em todos os níveis, e não em um só. O objetivo da psicossíntese é a integração completa, ou seja, tornar capaz, conseguir ou pelo menos vislumbrar os níveis transpessoais, mas poder também expressá-los na vida cotidiana, e no contato com outros ‘vir a ser’ não somente recebedor de energias

transpessoais, mas também tornar-se canais e expressá-los nas relações interpessoais e segundo várias modalidades criativas. Evitam-se desta maneira os dois extremos: o que é polarizado espiritualmente e, por assim dizer, não vive com os pés na terra, não é capaz nem de formular nem de explicar nem de comunicar de maneira eficaz aquilo que vê, e por outro lado pode encontrar-se em desconforto com outras pessoas menos evoluídas e na vida prática.

Outro extremo ao contrário é aquele de quem por constituição, por medo, por preguiça, falta de inspiração ou de ambiente favorável, ignora a possibilidade ou sem dúvida obstaculiza o desenvolvimento das próprias potencialidades e isto infelizmente é o caso mais comum.

A Psicossíntese estuda o homem em vários níveis e segundo pontos de vista distintos, valendo-se dos dados e das descobertas da ciência moderna, sobretudo naturalmente da psicologia. A atitude dos místicos é muitas vezes devocional e às vezes fortemente emotiva e quase melodramática; é, além disso, acompanhado de sentimentos de culpa e vergonha no confronto da *carne* e em geral de instintos biológicos, que frequentemente vêm reprimidos, causando assim distúrbios. Na psicologia moderna, ao contrário, e na psicossíntese, aprendeu-se, como dizem os ingleses '*give the devil his due*', isto é, dar ao diabo a parte que lhe é devida, isto é levar em consideração dar a devida atenção e canalizar com técnicas apropriadas as energias puramente instintivas do nosso organismo, tais como a sexualidade e a agressividade, que eram consideradas como negativas e reprimidas de toda forma, e agora ao contrário são consideradas neutras em consonância com a atitude científica.

Por outro lado, a psicologia transpessoal procura superar o dualismo entre os cultuadores do sagrado e pessoas *espiritualizadas* de um lado e o resto da humanidade de outro.

A expansão da consciência e os estados alcançados pelo primeiro grupo de pessoas não é monopólio delas, mesmo que devamos reconhecê-las pelos seus testemunhos e suas descrições. Mas a medida que esses estados vem sendo explorados e estudados descobre-se que, com métodos apropriados os espaços internos de consciência transpessoal e supraconscientes podem ser postos ao alcance de todos e não somente de uma busca exclusiva de especialistas.

Outra experiência que deve ser levada em consideração é a maravilha diante da imensidão do universo e um conseqüente redimensionamento da própria individualidade pessoal e uma serenidade renovada. Esta atitude de reduzir a justas proporções de nós mesmos no confronto de tudo aquilo que nos cerca, encontra-se nas personalidades muito inspiradas, como por exemplo: a de Marco Aurélio que sugeria a si mesmo imaginar subir entre as nuvens ou sobre o pico de uma montanha e ver a atividade humana daquele novo ponto de vista, metaforicamente mais amplo e universal: este exercício o ajudava a libertar-se do orgulho pessoal e ver a história humana com maior objetividade.

Uma técnica da psicossíntese consiste mesmo no pensar (ajudando-se também com a imaginação) na imensidão do universo e na infinitude do tempo antes e depois de nós, para redimensionar os nossos problemas, os quais, depois deste exercício, são

vistos por aquilo que são, com maior lucidez e com certa dose de humor e, portanto, perdem a dramaticidade e a ilusória imensidão que nos parecem ter.

Um tema similar é o do *jogo*. Um texto indiano de cerca de 4.000 anos diz: “*Se quiser ser livre olhe para o mundo como se fosse um jogo ou uma representação teatral*”. Esta atitude do jogo é fortemente libertadora e psicossintética e Assagioli fala dela em seu texto “*A vida como jogo e representação*”: *A técnica do jogo* na Psicossíntese consiste no mudar gradualmente o tom emotivo com o qual olhamos a realidade e a vida de todos os dias de modo a transformar o nosso comportamento, como ocorre em muitos de nós, quando tendemos a tomar as coisas muito seriamente e a torná-las melodramáticas e assumir ao contrário um comportamento de humor e alegria. Isto é possível por meio de uma progressiva desidentificação dos nossos papéis sociais e familiares, a vida é uma representação na qual pouco a pouco assumimos vários *papeis*; não devemos cometer o erro de identificarmo-nos de tal forma com estes papéis e esquecer nossa *identidade de atores*.

Um resultado desta técnica é uma capacidade ampliada de modificar o próprio *tempo*, o poder viver e agir no tempo, ou seja, no ritmo da vida cotidiana e poder se referir ao *tempo da eternidade*. A experiência da eternidade ou de uma relativa atemporalidade é muito real, e é uma das características citadas por Maslow nos seus estudos de experiências transcendentais. Maslow observa como frequentemente o poeta e o artista no curso da criação perdem contato com tudo aquilo que os circunda e com o passar do tempo esta é uma experiência vivida também por pessoas que se amam profundamente: o tempo pode passar muito rapidamente, um dia pode parecer um minuto, mas também é verdadeiro que um minuto vivido com absoluta intensidade pode parecer um dia ou um ano.

Uma tradição Sufi (os sufis são místicos persas) ilustra bem este tipo de experiência. Segundo esta tradição, uma noite Maomé foi arrancado de sua cama e alçado às esferas celestes. Neste período ele viu *paraíso e inferno*, encontrou Deus noventa mil vezes, teve muitas outras experiências e quando voltou ao seu quarto sua cama ainda estava quente. Um copo d’água que estava caindo no início do *voo* de Maomé, não tinha tido tempo de esvaziar-se antes da sua volta.

Frequentemente a experiência da *eternidade* é acompanhada pela do *silêncio*. Eis o que nos diz sobre isso, Simone Weil:

“*Às vezes as primeiras palavras (de uma prece) arrancam o meu intelecto do meu corpo e o transportam para um lugar fora do espaço, onde não há perspectiva nem ponto de referência. A infinitude espacial comum é substituída por uma infinitude à segunda ou à terceira potência. Ao mesmo tempo o silêncio preenche cada parte desta infinitude de infinitude, um silêncio que não é uma ausência de som, mas uma sensação positiva, mais positiva que aquela do som. Os rumores, se existem, me alcançam somente atravessando este silêncio.*”

Também o silêncio, além de ser uma característica de certas experiências transpessoais, pode ser um método para obtê-las, e uma das *técnicas* da psicossíntese é exatamente a do *silêncio*, que pode ser obtido gradualmente fazendo calar com métodos apropriados às várias funções do nosso organismo psicofísico: mente, emoções, corpo e

também vontade pessoal. O silêncio interno completo, ou pelo menos muito intenso, pode-se conseguir com certa prática.

Além disso, dado que, segundo um antigo ditado “a natureza detesta o vazio” (natura abbor et vacuum) o silêncio, este vazio interno, atrai mensagens do EU e do supraconsciente.

Em conclusão é útil conhecer os testemunhos dos místicos, acima de tudo porque constituem uma confirmação: uma confirmação de que a expansão da consciência é possível, que a consciência humana comum é somente um estado entre muitos outros, que alguns destes outros estados são desejáveis intrinsecamente, e que outros antes de nós o conseguiram e exploraram. Em segundo lugar, ao ler estes testemunhos pode ser considerado uma espécie de exercício do “*Modelo Ideal*”: uma maior familiaridade com o pensamento e as obras dos melhores representantes da humanidade ajuda a descondicionar-mo-nos de hábitos e *modelos* muito estreitos e substituí-los por outros, mais amplos e mais elevados.