

Este texto foi extraído do livro "Psychosynthesis in Education" (cap. 7),
de Dianna Whitmore e traduzido por Andréa Samuel, Centro de Psicossíntese de São Paulo.

O Eu Transpessoal

por Diana Whitmore

A Psicossíntese transpessoal é um processo que possibilita o indivíduo explorar aquelas regiões cheias de mistério e maravilha que estão além da consciência ordinária. Chamamos estas regiões de supraconsciente - fonte das nossas mais altas intuições, inspirações, estado de iluminação. A exploração culmina com a descoberta do Self (transpessoal), nossa essência verdadeira, além das máscaras e dos condicionamentos.

Esta dimensão transpessoal pode muito bem ser o cerne da questão e merece ser olhada com atenção. Qual é precisamente o seu valor e como pode nos servir? O que podemos esperar ganhar quando buscamos entrar em contato e experienciamos este nível mais elevado ou mais profundo do nosso ser? Paradoxalmente a resposta repousa na pergunta – Esperança.

Sem a existência, ou pelo menos o reconhecimento do potencial de um nível da vida que transcenda o nosso dia a dia, a condição humana seria, algumas vezes, desesperançosa, complexa e confusa. Sem um vislumbre para além da realidade existencial, a tarefa de realizar uma vida plena seria opressiva. O contato com essa dimensão misteriosa também promete aumentar o desenvolvimento das funções física, emocional e mental.

É somente através do despertar da dimensão transpessoal que as respostas às mais profundas questões existenciais podem ser descobertas. É essa dimensão que constrói uma ponte entre o funcionamento cotidiano da personalidade e o Eu mais profundo do qual a maioria dentre nós tem pouca consciência.

Uma lei fundamental da Psicossíntese é que cada pessoa contém dentro de si, potencialmente, tudo aquilo que necessita para crescer e desenvolver-se. Deixo à

especulação se esta lei é verdadeira ou não. O que podemos tomar como verdade é que trabalhar psico-espiritualmente dentro de uma estrutura afirmativa e positiva conduz a resultados mais saudáveis e efetivos.

Trabalhar no domínio transpessoal favorece o sentido de quem sou, onde quero ir com a minha vida e desenvolver a força e as qualidades que me capacitam para mover-me na direção escolhida. Inclui uma busca pelo significado (sentido), valor e propósito, busca da harmonia e do balanceamento da personalidade e por um Eu autêntico.

Todas as nossas experiências transpessoais são elaborações distantes de emanções, qualidades e energias do Eu; não é o Self em si. Podemos usar a analogia do Sol para ilustrar isto: o Eu (transpessoal) é como o sol que está no centro distante do nosso sistema solar e que permanece lá, ainda que seus raios e sua energia penetrem em todo o sistema solar. Assim, a radiação e as emanções do Eu penetram em todo nosso ser. É praticamente impossível descrever adequadamente a experiência. No Oriente é descrita como vácuo, o ponto do "nada", o Tao, ser puro, energia essencial, a joia no lótus. Não é uma experiência; é a fonte de toda experiência - assim como o Sol é a fonte de toda luz.

O conhecimento a respeito do nosso Self conecta-nos com as qualidades do supraconsciente de perfeita paz, tranquilidade, unidade e serenidade que apontam para uma realidade transcendente. Há uma combinação de individualidade e universalidade, de sentir-se único e, também parte de um todo maior, uma solidariedade com toda a vida. Existe um paradoxo entre tornar-se e ser: o de continuamente desenvolver-se na direção de algo que é maior do que somos neste momento ainda que sabendo e sendo plenamente o que somos. O Eu é descrito simplesmente como um centro de autenticidade, bondade e inteireza interior, de essência.

O supraconsciente é o termo usado para designar a mais alta, ou mais profunda região espiritual da psique. A diferença entre o supraconsciente e a personalidade é de nível mais do que de natureza. Experiências supraconscientes consistem fundamentalmente em uma conscientização que emerge da atividade que ocorre nos níveis mais altos da consciência humana. Eles trazem consigo uma carga qualitativa e transcendem nossa consciência habitual. Colocam-nos em contato com uma

dimensão atemporal e sem formas pré-estabelecidas, favorecendo uma percepção rara e preciosa da realidade não plenamente conhecida por nós.

Podemos ver o Eu irradiando um campo magnético à sua volta, que chamamos de supraconsciente. Outra faceta do Eu é ele nos servir como força diretriz que nos guia. Baseada num princípio já colocado: o de que a pessoa tem consigo tudo quanto necessita para crescer e desenvolver-se, inclusive as respostas para suas questões pessoais, podemos dizer que cada um de nós possui uma fonte interior de sabedoria. Esta fonte contém dentro dela um lugar de verdade escondido e geralmente esquecido. À medida que essa fonte se desvela, emerge um senso de ser que permeia nossa consciência.

Outro aspecto importante é o de revermos nossa relação com os outros. Habitualmente, vemos as pessoas e os outros elementos da vida de um modo superficial e percebemos-os como partes separadas de nós e um tanto quanto diferentes. Sentimo-nos como fundamentalmente isolados dos outros; o contato com a dimensão transpessoal remete-nos de forma consistente a um senso de solidariedade com todos os seres e com o fato de sermos essencialmente parte de um todo maior.

Assagioli escreveu: "Uma concepção espiritual da vida é de grande ajuda. Tal concepção capacita-nos a olhar para os seres humanos, nossos companheiros, não como corpos ou personalidades separadas que é um fim em si mesmo, mas como seres espirituais, peregrinos do caminho da realização."

Diana Whitmore: *Psicoterapeuta; MA em Educação Confluente, pela Universidade de Califórnia; estudando PhD em Educação pela Universidade de Surrey; fez treinamento didático com Dr. Roberto Assagioli, fundador da Psicossíntese; fez treinamento de Psicossíntese Humanística no Instituto Esalen, Califórnia.*

Presidente, e anteriormente Diretora Executiva, do "Psychosynthesis & Education Trust" Centro de Psicossíntese de Londres, que foi fundado pelo Dr. Roberto Assagioli em 1965; Diretora Fundadora do "COUI / UK - Children: Our Ultimate Investment"; Vice-Presidente do Conselho do "COUI / USA - Children: Our Ultimate Investment"; dirige atualmente o programa "Teens & Toddlers" para prevenção de gravidez nas adolescentes; Membro do Conselho de Diretores do "Findhorn Foundation College"

Com mais de 28 anos de prática de psicossíntese, ela treinou numerosos profissionais em psicoterapia, aconselhamento e educação em toda Europa. Autora dos livros "The Joy of Learning - A Guide to Psychosynthesis in Education" Ed. Crucible / The Aquarium Press, UK - 1990 e "Psychosynthesis Counselling in Action" Ed. SAGE Publications, London - 2000.