

# **Psicoterapia**

## **Aula de Psicoterapia - Comunidade de Estudos Avançados em Terapia Holística**

### **PSICOTERAPIA NA ABORDAGEM HOLÍSTICA - Associando técnicas milenares à psicanálise moderna**

#### **PSICOTERAPIA NA ABORDAGEM HOLÍSTICA**

Associando técnicas milenares à psicanálise moderna

Henrique Vieira Filho

Terapeuta Holístico - CRT 21001

SINTE - SINDICATO DOS TERAPEUTAS

#### **Resumo:**

A Psicoterapia é parte integrante do atendimento na Terapia Holística e um de seus maiores diferenciais em relação a outras profissões correlatas. Em publicação recente, já destacamos que uma das formas mais práticas e eficientes de introduzir a proposta em consultórios é a implementação de técnicas básicas de Aconselhamento. Outrossim, para este momento, a proposta é a de incrementar a idéia inicial, somando a esta outras formas de abordagens psicoterápicas, em especial, algumas correntes básicas da psicanálise.

Na transcrição, incluiremos paralelismos entre as idéias de Freud, Reich e Jung e as tradições terapêuticas milenares, mostrando que existe compatibilidade entre todos, passíveis de serem sintetizadas em procedimentos de consultório dos Terapeutas Holísticos.

#### **Introdução:**

A Terapia Holística, ainda que sob outros nomes, existe desde os primórdios da humanidade, tendo na figura dos xamãs-sacerdotes a sua personificação conhecida mais antiga. Desde o princípio, nossa profissão aplicou a devida importância à conversação e à empatia como caminhos para obtenção de melhores resultados terapêuticos. Além de manter-se sempre bons ouvintes, várias técnicas eram acrescentadas para ampliar a compreensão do que estava além do alcance das palavras. Neste quesito, fatores subjetivos como os sonhos eram bastante valorizados como portal para o autoconhecimento, sendo a sua interpretação facilitada pela indução a estados alterados de consciência. Os próprios sintomas físicos do Cliente e, até mesmo, os acontecimentos sociais, eram passíveis de análise com estas mesmas técnicas.

Naqueles tempos, o paradigma Holístico reinava absoluto, porém, a partir do século V a.C., sacerdócio e terapia iniciam seu divórcio e a abordagem “científica-reducionista-elitista” cria uma nova personagem, a medicina, nascida antagônica à

Página 1 / 21

# Psicoterapia

aborgadem “empírica-holística-acessível” de nossos ancestrais xamânicos. A Terapia Holística, forçada a se adaptar para sobreviver às fogueiras da inquisição e, mais modernamente, à ditadura do “cientificismo”, mudou várias vezes de nome, fez concessões demais, na tentativa de incorporar a postura reducionista e mecanicista de seus algozes. Simplesmente, focou no físico, ignorou os aspectos sócio-culturais e perdeu a “alma”, desprezando o psíquico e o transcendente, esquecendo do poder das abordagens Psicoterápicas.

No começo do século 20, Sigmund Freud inicia o movimento da Psicanálise, com a divulgação de estudos que demonstravam sintomas físicos sendo criados ou suprimidos mediante sugestões hipnóticas e, numa evolução da proposta, onde se otimiza condições para que os Clientes por si só encontrem origens e explicações para seus sintomas incomodativos, que se “dissolvem espontaneamente” no decorrer destes procedimentos (método catártico).

A Psicanálise recebeu a adesão e contribuição de grandes pensadores, sendo que dois deles, em especial, podem ser assimilados com maior ênfase e compreensão à Terapia Holística: Wilhelm **Reich** e Carl Gustav **Jung**.

Um dos tópicos de maior atenção na Psicanálise é o desenvolvimento de teorias sobre as **Estruturas da Personalidade**. Freud, influenciado por sua formação, buscava explicar percepção, memória, pensamento, afetividade, enfim, que todo objeto de discussão relacionado ao psiquismo, a uma sistematização sobre neurônios, modificações fisiológicas, enfim, que todos os processos psíquicos repousassem sobre aquilo que fosse FÍSICAMENTE mensurável. Contudo, tamanha limitação de visão foi desacartada, libertando Freud para sistematizar de forma subjetiva, estruturando didaticamente, a Personalidade em Id, Ego e Superego, aqui resumidos, de forma ultra-simplificada, em Inconsciente (a parte “inacessível” de nossa personalidade, impulsos em busca de satisfação), Consciente ( “eu”) e Censor (“juiz” do Ego, o Ego “Idealizado”).

Dissidindo de Freud em vários aspectos, **Reich** “corporificou” o inconsciente, identificando suas informações como uma bioenergia circulante (por ele denominada “orgone”). A negação das emoções, impulsos, desejos oriundos do Id se dá pelo impedimento da livre passagem da bioenergia por meio da musculatura corporal, quer seja pela tensão excessiva (mais facilmente identificável...), ou pela ausência desta (falta de tônus), pois em ambas as situações, é prejudicado o livre fluxo energético. Observa-se aqui, um grande paralelismo (jamais assumido...) com as teorias da **Terapia Tradicional Chinesa** e seus **Meridianos** (caminhos preferenciais da energia circulante). Analisando os Clientes, Reich e seus discípulos identificaram regiões corpóreas estatisticamente predominantes, nas quais os traumas psíquicos específicos a cada fase da vida tendem a ser sua energia-informação retida em sua circulação em direção ao inconsciente. Tal mapeamento aproxima-se e muito das zonas tradicionalmente definidas para os **Chacras** (centros de energia), tanto nas tradições milenares da China, quanto da Índia.

Enquanto na abordagem freudiana, o Cliente segue seu próprio ritmo espontâneo de resgate do inconsciente, por meio de associações livres de idéias durante as consultas, na análise reichiana introduziu-se o **TOQUE** nas zonas musculaturas

# Psicoterapia

específicas (“courageas”), provocando a circulação da bio-energia e, com isso, o contato consciente com as emoções e lembranças reprimidas. Aqui, encontramos novos paralelos com as **técnicas milenares de terapia pelo toque**, atualmente conhecidas como Tui-ná, Shiatsu, Sei-Tai, dentre muitas outras.

**Jung**, por sua vez, em mais uma dissidência em relação a Freud, ampliou o conceito inicial de **Inconsciente**, que era tido como individual, ou seja, “separado” para cada indivíduo, introduzindo nele o adjetivo de **Coletivo**.

A análise dos sonhos (por sinal, mais uma **TRADIÇÃO MILENAR** de todos os xamãs, pajés e sacerdotes, ou seja, os ancestrais dos Terapeutas Holísticos de todas as culturas...) dos Clientes ostentavam, frequentemente, idéias e conceitos universais, expressos nas mais variadas culturas, perpetuadas em suas lendas e tradições. Tais coincidências significativas (**Sincronicidades**) nos levam a supor que, apesar de indivíduos, temos acesso, ainda que de modo **INCONSCIENTE**, a informações universais e oriundas do conhecimento **COLETIVO**. Na abordagem junguiana, os acontecimentos psíquicos estão em Sincronicidade com os físicos e igualmente relacionados com o Universo em seu todo. Ou seja, uma abordagem verdadeiramente **HOLÍSTICA**. Nem tanto por Jung em si, que era apreciador do I Ching como instrumento pessoal para o autoconhecimento, mas sim, por seus seguidores modernos, temos aqui mais uma “ponte” de união entre a Psicanálise e várias outras técnicas igualmente adotadas na Terapia Holística.

Aplicação prática da **teoria da sincronicidade** junguiana e do paradigma holístico, faz uso da estreita conexão existente entre o objeto da análise e o instante universal em que ele se apresenta, o qual se torna interpretável por técnicas que exponham símbolos e arquétipos do inconsciente coletivo (astros, números, cartas, hexagramas, etc), pontos estes de referência sobre os quais tanto o profissional, quanto o Cliente projetam seu psiquismo, intuição e o pensamento não-linear, identificando por “insight” simultaneidades significativas acausais, aflorando à consciência a síntese uma série de fatores até então não compreendidos. Desta forma, perante uma abordagem de linha junguiana, podemos incorporar métodos tradicionais e modernos de análise, tais como radiestesia, paranormalidade, astrologia, numerologia, tarot, I Ching, búzios, runas e similares para conhecimento e compreensão da personalidade e habilidades de um indivíduo.

Com este breve paralelo entre três grandes nomes da Psicanálise e as semelhanças (ainda que JAMAIS assumidas...) entre suas abordagens e as terapias milenares, fica aqui a propositura de que se pode (e deve...) visitar as técnicas ancestrais, sem desprezar o que a modernidade acrescentou de bom...

A proposta aqui apresentada busca RE-incluir a Psicoterapia no dia-a-dia das técnicas de abordagens somáticas (tais como Acupuntura, Fitoterapia, Terapia Corporal, Cromoterapia, Cristaloterapia, etc.). Para tal, convém incluímos o clássico, ou seja, a PSICANÁLISE, nome moderno que se dá àquilo que tão bem já praticavam nossos antecessores sacerdotes-xamãs.

Este trabalho é reflexo da experiência pessoal do autor, o qual, de 1982 a 1989, atuou sob o paradigma reducionista-mecanicista com Hipnose, Acupuntura,

# Psicoterapia

Auriculoterapia, Shiatsu e, a partir de 1990, integrou técnicas de Relaxamento, Terapia Floral, Psicoterapia Transpessoal (Vivências sobre Sonhos e Acontecimentos, Regressão/Progressão, etc), Psicanálise Reichiana e Junguiana ao seu consultório, iniciando o novo século, crendo-as bem integradas para fazer justiça à sua titulação de Terapeuta Holístico.

## **Material e Metodologia:**

### **1. Definições**

**ACONSELHAMENTO:** processo interativo, caracterizado por uma relação única entre Terapeuta Holístico e Cliente, levando este ao autoconhecimento e a mudanças em várias áreas, sendo as mais comuns: comportamento, elaboração da realidade e/ou preocupações com a mesma, incremento na capacidade de ser bem-sucedido nas situações da vida (aumento máximo das oportunidades e minimização das condições adversas), além de conhecimento e habilidade para tomada de decisão. O Aconselhamento é parte integrante do trabalho de todo verdadeiro Terapeuta Holístico, independentemente de quais outros métodos adote.

**PSICANÁLISE:** método terapêutico iniciado por Freud que consiste fundamentalmente na interpretação, por um analista, dos conteúdos inconscientes de palavras, ações e produções imaginativas de um indivíduo, com base nas associações livres e na transferência.

**ARQUÉTIPOS E SÍMBOLOS:** são padrões ou motivos universais que emanam do Inconsciente Coletivo (ou, como preferia Jung\*, Psique Objetiva), que foram incorporados por experiências reiteradas, coletivas e significativas da humanidade. Irrepresentáveis em si mesmos, contatamos seus efeitos quando se manifestam na consciência como imagens e idéias arquetípicas, ou seja, os Símbolos (melhor expressão possível para algo essencialmente desconhecido). Arquétipo e Símbolo\* são opostos complementares. O primeiro representa o passado, o herdado, o coletivo, aquilo que é a Verdadeira Realidade, a qual não pode ser contactada diretamente pelo nosso racional, mas apenas indiretamente, pelos seus efeitos. O segundo, constitui a cultura, o adquirido, o individual e se manifestam na realidade relativa de nosso conhecimento e consciência. Assim sendo, os arquétipos representam a dinâmica de nosso inconsciente e os símbolos\*, são as referências de nossa consciência. As estruturas arquetípicas podem ser comparadas ao eixo, ao “molde-informação” de um cristal: este, ao formar-se, obedece a um padrão de forma pré-determinado por um eixo axial, o qual não possui, entretanto, existência própria, sendo, pois, pura forma. Mesmo assim, ele pré-determina a estrutura geométrica do cristal, não impedindo, porém que surjam particularidades que os diferenciem uns dos outros. Igualmente, as estruturas arquetípicas são pura forma, que dão estrutura aos símbolos\*. O arquétipo não é, necessariamente, um resíduo de experiências realmente acontecidas, sendo mais um desejo, que como tal, busca realizar-se e repetir-se. Por exemplo, não que alguma vez haja existido um “Ancião Sábio”, que a tudo conhecia. O que sempre houve foi o desejo universal no homem de que ele existisse... O universo dos arquétipos é nosso passado vivo e nosso futuro possível, coordenadores de nossas energias, moldes comportamentais aos quais recorreremos e incorporamos inconscientemente ou não, atraídos que somos

# Psicoterapia

pela ressonância entre nossa situação e a que eles representam.

**TERAPEUTA HOLÍSTICO**, em geral, procede ao estudo e à análise do cliente, realizados sempre sob o paradigma holístico, cuja abordagem leva em consideração os aspectos sócio-somato-psíquicos. Faz uso da somatória das mais diversas técnicas, pois cada caso é considerado único e deve-se dispor dos mais variados métodos, para possibilitar a opção por aqueles com os quais o cliente tenha maior afinidade: promove a otimização da qualidade de vida, estabelecendo um processo interativo com seu cliente, levando este ao autoconhecimento e a mudanças em várias áreas, sendo as mais comuns: comportamento, elaboração da realidade e/ou preocupações com a mesma, incremento na capacidade de ser bem-sucedido nas situações da vida (aumento máximo das oportunidades e minimização das condições adversas), além de conhecimento e habilidade para tomada de decisão. Avalia os desequilíbrios energéticos, suas predisposições e possíveis conseqüências, além de promover a catalização da tendência natural ao auto-equilíbrio, facilitando-a pela aplicação de uma somatória de terapêuticas de abordagem holística, com o objetivo de transmutar a desarmonia em autoconhecimento.

**PSICOTERAPEUTA HOLÍSTICO** — procede ao estudo e à análise do cliente, realizados sempre sob o paradigma holístico, cuja abordagem leva em consideração os aspectos sócio-somato-psíquicos. Atua dentro de uma proposta de transcendência dos limites da personalidade, conectando o cliente consigo mesmo, trazendo à consciência aspectos de seu "eu" mais profundo, integrando-o, ainda, com seu próprio corpo, sociedade e universo; as sessões são realizadas individualmente ou em grupo, utilizando técnicas tais como terapia corporal, relaxamento, terapia transpessoal, neurolinguística, parapsicologia, regressão, terapia floral, vivências, dentre outras, como forma de introdução a estados profundos de autoconsciência e, desse modo, permitir o aflorar tanto de emoções reprimidas, lembranças traumáticas e sonhos (para serem trabalhados na Terapia Holística), quanto o despertar de uma sabedoria interior e intuitiva no cliente, capaz de orientá-lo na tomada de decisões ou, até mesmo, na resolução de questões de saúde.

**CLIENTE** — usuário de serviços de Terapia Holística, em pleno gozo de suas faculdades mentais que, a seu juízo, ou, quando for o caso, mediante autorização de seu representante legal, aceita a proposta de trabalho terapêutico apresentada pelo profissional.

**PARAPSIKOLOGIA**: estudo de uma série de fenômenos psíquicos, fisiológicos e físicos, inabituais, ainda não explicáveis pelas leis naturais conhecidas, os quais comumente, atuam como que dotados de intencionalidade e inteligência. Linha terapêutica que trabalha especificamente os chamados fenômenos paranormais, tais como, desdobramento consciente ("viagem astral"), regressão a vidas passadas, "poltergeist", possessão e similares.

**VIVÊNCIAS**: realizadas individualmente ou em grupo, utiliza tanto da Terapia Corporal, quanto do Relaxamento como introdução a estados profundos de autoconsciência e, desse modo, permitir o aflorar tanto de emoções reprimidas, lembranças traumáticas e sonhos (para serem trabalhados na Terapia Holística),

# Psicoterapia

quanto o despertar de uma sabedoria interior e intuitiva no cliente, capaz de orientá-lo na tomada de decisões ou, até mesmo, na resolução de questões de saúde.

**RELAXAMENTO:** vários métodos são utilizados para a obtenção de uma relaxação muscular e psíquica, dentre eles a Terapia Corporal, a Musicoterapia, a Cromoterapia, a Cristaloterapia, a Acupuntura e a sugestão verbal.

**"INSIGHT":** termo utilizado na terapia junguiana e transpessoal — "lampejos" repentinos de uma consciência maior (quer seja sob a forma de lembranças ou de imagens simbólicas a serem decifradas) que possibilita apreender na forma de síntese uma série de fatores até então não compreendidos.

**TERAPIA TRANSPESSOAL:** a proposta é a transcendência dos limites da personalidade, conectando o cliente consigo mesmo, trazendo à consciência aspectos de seu "eu" mais profundo, integrando-se, ainda, com seu próprio corpo, sociedade e universo.

**TERAPIA DE REGRESSÃO E PROGRESSÃO:** técnica terapêutica que faz uso de diversos recursos de indução para conduzir o cliente a estados profundos de autoconsciência e, desse modo, induzir "insights" sobre a infância, a vida intra-uterina e a até mesmo transpessoais (informações além da personalidade e livres no tempo e espaço), com o aflorar de emoções reprimidas, lembranças traumáticas e sonhos (para serem trabalhados na Terapia Holística), além de despertar a sabedoria interior e intuitiva no cliente, capaz de orientá-lo na tomada de decisões ou, até mesmo, na resolução de suas questões, possibilitando desbloqueios e harmonia emocional.

Os conteúdos vivenciados durante o processo terapêutico devem ser elaborados conjuntamente pelo Cliente e pelo Terapeuta Holístico, o qual fará uso de aconselhamento, sendo este parte fundamental e integrante da terapia.

Realizada individualmente, utiliza tanto da Terapia Corporal, quanto do Relaxamento como introdução a estados profundos de auto-consciência e, desse modo, permitir o aflorar tanto de emoções reprimidas, lembranças traumáticas e sonhos (para serem trabalhados na Terapia Holística), quanto o despertar de uma sabedoria interior e intuitiva no cliente, capaz de orientá-lo na tomada de decisões ou, até mesmo, na resolução de questões de saúde.

A interpretação do material psíquico aflorado como sendo um fato real ou meramente simbólico é de exclusivo direito do cliente, que o fará de acordo com sua filosofia e crenças religiosas, jamais devendo o Terapeuta Holístico impor seu ponto de vista pessoal. Quer seja interpretado como fato concreto, quer seja considerado uma fantasia do inconsciente, tecnicamente, o que importa é que a vivência proporciona "insights" sob a forma de lembranças ou de imagens simbólicas a serem decifradas em conjunto pelo Cliente e Terapeuta Holístico, o que possibilita apreender na forma de síntese uma série de fatores até então não compreendidos, os quais, via aconselhamento, proporcionam ao Cliente condições de elaborar a vivência em autoconhecimento.

# Psicoterapia

**RELAXAMENTO:** vários métodos são utilizados para a obtenção de uma relaxação muscular e psíquica, dentre eles a Massagem, a Musicoterapia, a Cromoterapia, a Cristaloterapia, a Acupuntura e a sugestão verbal. Ver, também, Vivências.

**LEITURA CORPORAL:** método de avaliação onde a interpretação do formato corpóreo ou de seus gestos, posturas e movimentos é capaz de expressar sua história de vida ou, até, mesmo, seus próprios sentimentos e pensamentos.

**TERAPIA CORPORAL:** uso de técnicas de toque, respiração, posturas e movimentos específicos, obtendo uma reestruturação corporal e, a partir daí, a conscientização e desbloqueio de conteúdos psíquicos traumáticos, a serem trabalhados verbalmente.

**TRANSFERÊNCIA E CONTRATRANSFERÊNCIA:** Transferência é a vivência de fortes sentimentos do Cliente deslocados para o profissional, no relacionamento terapêutico. São elementos reprimidos, muitas vezes, infantis, que ganham nova expressão no espaço emocional, criado pelo encontro "Profissional - Cliente", sem que este tenha consciência do fenômeno em questão. Numa direção paralela, temos os sentimentos despertados no profissional pelo cliente, que Freud denominou CONTRA-TRANSFERÊNCIA.

## **2. Procedimentos**

### **ADAPTAÇÕES DE TÉCNICAS PSICANALÍTICAS À TERAPIA HOLÍSTICA:**

O consultório deve estar aparelhado para proporcionar temperatura ambiente adequada ao conforto da pessoa atendida, luz amena, minimização de ruídos, bem como privacidade, inclusive do Cliente para com o Terapeuta Holístico.

Na sequência, abordaremos algumas opções complementares:

#### **Análise de Sonhos:**

Um dos grandes indícios do bom andamento do processo terapêutico é o emergir constante de sonhos significativos. O sonho é parte natural do psiquismo, veículo e criador de Símbolos (melhor expressão possível para designar algo desconhecido ou incapaz de ser descrito por palavras). Contribuem no processo de individuação (percepção consciente da realidade psíquica única de um indivíduo, incluindo forças e limitações; leva à constatação de que o centro regulador da personalidade transcende o ego). Tratados com a devida atenção, ampliarão nosso autoconhecimento, trazendo subsídios para uma vida melhor.

Há milênios o material onírico é visto como um contato com o transcendente (algo além dos limites da personalidade), por isso recorriam aos antecessores dos Terapeutas Holísticos para interpretá-los, ou, ainda, para evocá-los como orientação para a vida, por meio de rituais sagrados. Podemos observar em diversas passagens do Nei Ching, milenar tratado terapêutico chinês, a importância dos sonhos para a avaliação psicofísica. Para os índios norte-americanos, os sonhos estabelecem a escolha dos xamãs; deles provém a terapêutica, o nome que se dará

# Psicoterapia

às crianças, além de orientar as mais diversas decisões. O Egito antigo atribuía aos sonhos um valor basicamente premonitório: ...”o deus criou os sonhos para mostrar o caminho aos homens, quando esses não podem ver o futuro”... Os sacerdotes interpretavam nos templos os símbolos oníricos de acordo com as “chaves” transmitidas de era em era, além de utilizarem de um recurso chamado “o sono sagrado”, onde a pessoa era colocada em estado de relaxamento e a sua imaginação era dirigida, provocando uma espécie de “sonho acordado”, muito semelhante à técnica que o autor destes textos pratica em meu consultório. Mais recentemente, a partir de Freud, a interpretação dos sonhos tenta adquirir um padrão “científico”. Para ele, o sonho é expressão ou a realização de um desejo reprimido, “a interpretação dos sonhos é a estrada principal para se chegar ao conhecimento da alma”. Após Jung, a tendência é tê-lo como uma compensação da visão limitada do ego (complexo central da consciência) vígil, uma “auto-representação espontânea e simbólica da situação atual do inconsciente”. O sonho seria, assim, um processo psíquico regulador, semelhante aos fenômenos compensatórios do funcionamento corporal.

A interpretação do sonho, assim como a decifração de seus símbolos, não é apenas resposta a uma curiosidade: leva a um nível superior as relações entre o consciente e o inconsciente e aperfeiçoam suas redes de comunicação. Uma das regras para trabalhar os sonhos é não avaliá-los isoladamente. É necessário conhecer vários sonhos da pessoa, ocorridos tanto em datas próximas, quanto de outras épocas, além de, é claro, conhecer a história do sonhador, a idéia que tem de si mesmo e de sua situação, o ambiente em que ele age e como este reage nele... Cada sonho faz parte de um conjunto imaginativo; é como uma cena de um grande romance de infinitos atos. Apesar de sua aparente descontinuidade, cada um pode ter íntima correlação com os demais.

Um dos recursos que podemos utilizar é o das associações, onde o sonhador é instigado a expressar tudo o que as imagens, os objetos, as palavras, os atos, etc., de seu sonho, tomadas em grupo ou isoladamente, evocam nele, podendo assim, surgir conexões entre diversos fatores que estavam apenas latentes, manifestando laços emotivos e imaginativos insuspeitos, a princípio. Apesar da importância deste recurso, é comum uma provável interferência do racional no livre fluxo das associações. Por isso, é necessária a devida cautela na avaliação do material “espontâneo” que aflora. Um modo de dinamizar e contornar resistências do racional às associações é a “dramatização”, onde a pessoa “encarna”, um a um, os personagens e imagens do sonho, passando a responder a perguntas do Terapeuta Holístico como se fosse realmente a figura “incorporada”. Outra ferramenta de interpretação é a “ampliação” do sonho, onde se é estimulado para “prolongar” o sonho, completando-o, dando-lhe continuidade às cenas, dirigindo-o, assim, até que se esclareça o sentido do sonho. Outra forma de “ampliação” é aquela em que o intérprete recorre, com a devida prudência, a paralelos históricos, mitológicos, etnológicos, retirados tanto do folclore, como da história das religiões e tradições, relacionando o sonho ao patrimônio psíquico e humano geral, extraído das imagens e idéias arquetípicas (padrões universais que constituem o conteúdo básico das religiões, mitologias, lendas, etc.), os subsídios para a interpretação.

Ninguém melhor que o próprio sonhador para interpretar seu sonho, já que “ele é o



# Psicoterapia

autor, o ator, a cena, o diretor, o público e o crítico”. O mesmo se aplica aos sintomas e às enfermidades, que podem e devem ser submetidos aos mesmos processos e técnicas com que trabalhamos os sonhos. Compete ao Terapeuta Holístico catalisar o processo, dando apoio ao Cliente, dirigindo suas associações, facilitando-as não só por meio de técnicas como as acima descritas, como também com o uso da Terapia Floral, de equilíbrio energético por meio da Calatonia Auricular, com a Terapia Corporal, ou técnicas similares. Aliás, com o auxílio destes recursos, todo processo psicossomatoterápico acontece com maior fluidez e rapidez, num ritmo raramente visto nos tratamentos convencionais.

## **Vivências induzidas pela TERAPIA DO TOQUE:**

Do mesmo modo como “evocamos” os sonhos para serem trabalhados e analisados, pode-se fazer o mesmo com o corpo, interpretando tensões, zonas flácidas, partes doloridas ou sensíveis. Uma abordagem pelo toque convencional, perante situações como estas, trataria apenas de relaxar as partes tensas e enrigecer as flácidas. Já um profissional pleno, um Terapeuta Holístico, avaliaria estes dados como uma “lingüagem corporal”, uma mensagem para ser decifrada e compreendida, tal qual o sonho: uma oportunidade de contato com o inconsciente. Separar o psíquico do corpo é impossível, já que ambos, na realidade, são um só, um continuum. Todo o material psíquico que tentamos manter longe de nossa consciência, corporifica, somatiza. Ou seja, o inconsciente individual é corporal. Quanto mais reprimido, quanto mais “pesado”, quanto maior o esforço para negar certos desejos e lembranças, maior será o grau de somatização, sendo esta a profunda e verdadeira causa das enfermidades. O único modo de realmente alguém se Harmonizar é através do autoconhecimento. Quanto mais material psíquico reprimido aflorar à consciência, mais e mais se revertem as somatizações. Metaforicamente, podemos dizer que fazemos parte de e que somos um Holograma Universal, onde tudo está intimamente ligado entre si, nada ocorrendo ao acaso. Microcosmos que somos, nossas energias formam um holograma onde toda e qualquer informação psíquica/física se encontra acessível em qualquer parte de nosso ser. Entretanto, decorrente do aprendizado de nossa espécie, ocorreram “especializações” funcionais, “desenhando-se” no holograma certos “caminhos” bioenergéticos pelos quais as informações circulam com maior facilidade e, até mesmo, com uma certa “tendência” a determinadas emoções-informações-energia específicas percorrerem, também, partes do corpo em particular. “Mapeando” esta tendência é que surgiram as teorias milenares dos Cinco Movimentos e dos “meridianos” de Acupuntura, na China milenar, e os “chacras” na Índia. Ao bloquearmos, consciente ou inconscientemente, as informações psíquicas, igualmente bloqueamos as informações biológicas, prejudicando nossa capacidade de auto-equilíbrio, predispondo-nos às somatizações. Ao reequilibrarmos a “circulação” energética, induzimos à “circulação” das informações psíquicas, ocorrendo os chamados “insights” (“flashes”, lampejos de uma consciência maior). Uma vez aflorando à consciência estas informações e que estas venham acompanhadas de suas respectivas emoções (ex-movere = mover para fora), aí sim haverá uma verdadeira mobilização, uma chance de uma mudança na vida da pessoa. À medida em que “digerir”, compreender e assimilar o material aflorado, somente aí é que ocorrerá o verdadeiro “equilíbrio energético”. O desconhecimento dos profissionais de hoje destes fatores que sempre foram as bases das Terapias

# Psicoterapia

Milenares tem feito com que se contentem unicamente com a remissão dos sintomas, o que não significa uma solução em si. Acaba ocorrendo, isto sim, um simples adiamento ou desvio do desequilíbrio, que voltará a se manifestar no mesmo local ou desviará para outra parte do organismo. Contudo, quando o Cliente realmente aprende mais sobre si durante o procedimento, o que se constata é uma verdadeira transmutação do desequilíbrio (que simplesmente deixa de manifestar-se, ou minimiza..) em autoconhecimento.

## **Regressão:**

Para os Clientes que trazem à terapia informes de traumas, estes podem servir de ponto focal para o exercício de imaginação, no qual o Terapeuta Holístico induzirá verbalmente a uma "volta" a estas ocorrências significativas, para que as RE-vivencie em ambiente "protegido" de consultório, sendo estimulado a que exteriorize toda a gama de emoções relacionadas.

Por sua vez, existe Clientes que não trazem à terapia informações de origens de seus traumas, o que pode ser contornado induzindo-o verbalmente a que "viage" imaginativamente "voltando no tempo" até o momento de origem do problema. Em alguns casos, artifícios imaginativos podem ser aplicados, tais como, por exemplos, a imagem de um relógio cujos ponteiros girem no anti-horário, calendários com dias, meses e anos retrocedendo e outras adaptações personalizadas que evoquem a idéia de "viagem no tempo"...

Quando bem sucedido o procedimento, manifestará uma catarse, expurgando sentimentos reprimidos, trazendo-os à consciência e exteriorizando-os, comumente em "explosões" emotivas, tais como raiva, tristeza, que devem ser acolhidas pelo Terapeuta Holístico, que prestará amparo e atenção ao Cliente.

Ainda que a catarse, por si só, produza inúmeros benefícios (sensações de alívio e bem-estar, que se traduzem nos aspectos físicos-psíquicos), o processo terapêutico tem sua continuidade com Cliente e Terapeuta Holístico interpretando conjuntamente as informações afloradas, ou seja, exercita-se o ACONSELHAMENTO e PSICANÁLISE para que o conteúdo vivenciado seja traduzido para o momento presente, ampliando-se o autoconhecimento e, com isso, a capacidade de ser bem-sucedido nas situações da vida (aumento máximo das oportunidades e minimização das condições adversas), além de conhecimento e habilidade para tomada de decisão.

## **Progressão:**

Para a Progressão, ainda que os procedimentos sejam os mesmos descritos acima (adaptando-se, é claro, o sentido dos artifícios do relógio e calendário a que "avancem no tempo"...), via de regra, ocorre espontaneamente durante as vivências, mas igualmente pode ser induzida, sendo aplicável para casos em que o Cliente esteja sofrendo com as possíveis repercussões futuras de suas decisões (ou falta destas...), comumente gerando ansiedades e temores.

## **Resultados:**

# Psicoterapia

Os anos de 1982 a 1989, época em que o autor atuou sob o paradigma reducionista-mecanicista com Hipnose, Acupuntura, Auriculoterapia, Shiatsu e similares, comparados com o período pós 1990, quando inclui-se as abordagens psicoterápicas que possuem o Aconselhamento e demais abordagens Psicoterápicas como pontos essenciais, apresentam uma receptividade por perfis diferentes de Clientes, bem como resultados quantitativos e qualitativos díspares.

A fase mecanicista atraía Clientes de uma vasta gama de idades, ambos os sexos em igualdade e das mais variadas classes sociais, queixando-se basicamente de sintomas físicos, via de regra, já em tratamento médico e que permaneciam em atendimento semanal até a remissão da sintomática, em média, de um a dois meses. Uma vez que a proposta terapêutica limitava-se a objetivos mais focados ao físico, a terapêutica era breve, resultando em alta rotatividade da clientela.

Nos anos 90 e seguintes, onde se incluiu o Aconselhamento e demais técnicas Psicoterápicas, tais como a **PSICANÁLISE**, a proposta de trabalho ampliou-se para critérios subjetivos, tais como incremento do autoconhecimento e qualidade de vida. O perfil da clientela igualmente mudou, com predominância do sexo feminino, idade adulta, classe social alta e média alta, queixas físicas, emocionais, existenciais em igualdade e que permaneciam em atendimento semanal por longos períodos de tempo, variando de 3 a 5 anos, resultando num mínimo de rotatividade.

## **Discussão:**

O longo período histórico em que a abordagem Holística na terapia foi duramente perseguida, culminou na perda da identidade dos profissionais da área, que passaram a “imitar” o modo de agir de OUTRAS atividades estabelecidas, em especial, a classe médica, herdando destes o modo impessoal de interagir com o Cliente, seu linguajar e até os uniformes. Como parte da herança, tanto profissionais, quanto a clientela, contentavam-se com o simples alívio dos sintomas incômodos, encerrando de forma breve o vínculo, o qual, por si só, mantinha-se na superficialidade. Desta forma, tanto Médicos, quanto Terapeutas Holísticos, disputavam o mesmo mercado e também compartilhavam a crescente insatisfação profissional, dependente cada vez mais da quantidade de atendimentos para se atingir a justa gratificação pessoal e financeira.

Com o crescente resgate e revalorização das tradições milenares, a Terapia Holística se dá conta de que a abordagem puramente somática e reducionista lhe é insuficiente. Assim sendo, a conversação, a análise de sonhos, a interpretação das sincronicidades entre sintomas, acontecimentos da vida, os anseios transpessoais de evolução dos Clientes, enfim, um enfoque bem mais SUBJETIVO foi reintegrado ao atendimento. Este DIFERENCIAL, na verdade, uma retomada das raízes da profissão, resulta em que o público alvo deixa de ser o mesmo da medicina, e o vínculo terapêutico se torna muito mais profundo e duradouro. Desta forma, a GRATIFICAÇÃO (em todos os sentidos) origina-se da QUALIDADE da relação. Uma vez que a proposta não mais se limita à remissão de sintomas incômodos, ela se abre ao infinito, já que o autoconhecimento é um caminho contínuo e a qualidade de vida sempre pode ser ampliada, independente do estado em que se encontra o Cliente.

# Psicoterapia

Tal movimento de resgate da Terapia Holística como ARTE é relativamente recente e se depara com o despreparo de muitas escolas, que esquecem de ensinar os fundamentos, no caso, o ACONSELHAMENTO, e que, contudo, ofertam em separado técnicas mais complexas, tais como Regressão/Progressão, Vivências Catárticas, resultando em pouco aproveitamento do potencial destes recursos. Desperdício equivalente ocorre nas escolas PSICANALÍSTICAS, as quais, mal conseguiram conciliar as várias vertentes dissidentes entre si e, muito menos, sequer cogitam a idéia de incluir em suas matérias as técnicas milenares, ignorando por completo as várias correlações e paralelismos entre tais abordagens.

Em contraponto, o Brasil apresenta-se pioneiro na (R)evolução da Terapia Holística, coordenando-se por meio do SINTE – Sindicato dos Terapeutas, em seus contínuos esforços para o aperfeiçoamento dos materiais didáticos disponíveis, simultaneamente ao estímulo de novos talentos, dispendo-lhes de oportunidades para exposição e publicação de seus trabalhos. Objetivando a democratização do acesso à boa informação, destaca-se o trabalho da Comunidade de Estudos Avançados em Terapia Holística, que incluiu o Aconselhamento como disciplina obrigatória em todos os seus cursos, além de incluir, a parti de 2007, mais variantes do imenso leque de abordagens da PSICOTERAPIA.

Cabe à categoria profissional vencer a inércia, unir-se e apoiar intensamente estas iniciativas.

## Conclusões:

A somatória das técnicas de abordagens somáticas com as de enfoque psíquico resultam em algo maior que a soma das partes. Bem integradas, constituem a essência da Terapia Holística e em Clientes e Profissionais vivenciando uma relação terapêutica mais profunda e GRATIFICANTE.

O Aconselhamento, cujo aprendizado é relativamente simples e intuitivo, em especial para quem exerce outras formas de Terapia, é de fácil integração às demais técnicas já adotadas em consultório. Tamanhos são os ganhos tanto para a Clientela, quanto ao Terapeuta Holístico, ampliando exponencialmente o leque de atuação, que este é um caminho obrigatório a qualquer profissional que deseje maximizar seus potenciais e sua realização na carreira.

Bem fundamentado nas técnicas de Aconselhamento, o Terapeuta Holístico mais facilmente pode diversificar, acrescentando outras formas de Psicoterapia ao seu currículo, tais como a **Psicanálise Freudiana, Reichiana e Junguiana e a Terapia Transpessoal** (que inclui regressão, progressão, vivências, etc...). A própria trajetória de consultório deste autor comprova que não é necessária uma dedicação exclusiva à Psicanálise, podendo conviver construtivamente com muitas outras técnicas igualmente adotadas pela Terapia Holística.

Considerando que a gratificação inclui parâmetros subjetivos, é impossível quantificar-se o ganho que se obtém ao enfatizar a abordagem psicoterápica aos consultórios. Do ponto de vista meramente financeiro, o mercado certamente valoriza crescentemente aos profissionais que integram abordagens corporais às

# Psicoterapia

psíquicas. Quanto ao incremento na satisfação pessoal e profissional, por serem ganhos QUALITATIVOS, só existe um modo de constatar: VIVENCIANDO... E o trabalho aqui apresentado convida a todos a experienciar esta proposta.

## **Referências bibliográficas:**

“O Corpo Fala” - Pierre Weil e Roland Tompakow - Editora Vozes;

“Counseling, Santé et Développement” em [www.counselingvih.org](http://www.counselingvih.org);

“Florais de Bach - Uma Visão Mitológica, Etimológica e Arquetípica” - Henrique Vieira Filho - Editora Pensamento;

“Jung e Reich - O Corpo Como Sombra” - Jonh P. Conger - Summus Editorial;

“O Microcosmo Sagrado” - 2a Edição - Henrique Vieira Filho - SinteBooks;

“Orgônio, Reich e Eros” - W. Edward Mann - Summus Editorial;

“O Processo de Aconselhamento” - Paterson / Einsenberg - Martins Fontes 1988;

“Teorias da Personalidade em Freud, Reich e Jung” - Reis, Magalhães e Gonçalves - EPU - Editora Pedagógica e Universitária Ltda;

“Tutorial Terapia Holística” - Henrique Vieira Filho - SinteBooks.

## **Anexos e Apêndices:**

1)

### **Terapia Holística: Ciência ou Arte ?**

Yin, Yang... Ciência, Arte...

Parentes opostos, com certeza, complementares,

ambas somam as faces da moeda do Conhecimento.

...

O conhecimento humano poderia ser dividido entre o conhecimento organizado e o conhecimento ingênuo. O conhecimento ingênuo nada mais seria do que um conhecer intuitivo que pode ter algum grau de reflexão, mas de que certo modo só pertence àquele ser que o percebeu e que sobre ele refletiu. É uma forma de conhecimento muito pessoal. Já o conhecimento organizado nos propicia o surgimento da própria civilização. Esse é o conhecimento registrado, que pode ser transmitido para outras pessoas sem a presença daquele que o desenvolveu, e que se despersonaliza no sentido de criar uma cultura, que pode se realimentar para criar conhecimentos novos, e mais sofisticados.

# Psicoterapia

Dentro do conhecimento organizado podemos encontrar uma nova subdivisão: ciência e arte.

...

Textos extraídos de [www.ricardohage.com/artigos/estetica.pdf](http://www.ricardohage.com/artigos/estetica.pdf)

A Ciência aplica a lógica formal e metodologia, resulta de uma atitude consciente em direção ao entendimento e um esforço fundamental de comprovação, objetivando a intervenção no que se conveniu chamar de realidade. Já a Arte, atua sobre uma lógica subjetiva, isenta de compromissos com a verificação e nasce de uma atitude inconsciente do ser humano, que no geral quer deixar sua marca nessa mesma realidade.

Com o advento da Modernidade, a sociedade ocidental pautou-se por uma crescente racionalização, assumindo a Ciência como o fundamento geral de nossa orientação no mundo. Nossa civilização passou por uma ditadura religiosa, onde os dogmas da Igreja constituíam a verdade inquestionável, para um atual estado de ditadura científica, na qual confundem aquilo que a Ciência não consegue explicar, como sendo algo impossível de existir.

A Terapia Holística, que sob outros nomes, existe desde os primórdios da humanidade, possui sua própria lógica singular, muito mais para a subjetividade da Arte, do que para a objetividade da Ciência. Os resultados obtidos pelos Terapeutas Holísticos não cabem nos moldes da pesquisa científica tida como “oficial”, resultando daí, ter sua validade e eficácia injustamente questionadas. Na Idade Média, milhares de nossos antecessores tiveram que negar suas práticas, ocultar seus conhecimentos, esconder suas poções, enfim, renunciar às suas essências (em vários sentidos...) para escapar das fogueiras da Inquisição. Ainda traumatizados com a perseguição histórica, nos tempos modernos, novamente renegam suas origens, tentando sobreviver à inquisição do que se convencionou chamar Ciência. Submetendo-se ao julgo de seus atuais algozes, a Terapia Holística perdeu parte de sua identidade, abrindo mão de seu linguajar, de seus fundamentos, gerando um sincretismo que não surtiu o efeito desejado. Incabíveis em tubos de ensaio, ao tentar “discursar em língua estrangeira” (“cientificês”...), a maior parte das técnicas terapêuticas milenares soaram ainda mais estranhas aos donos da verdade oficial e aí sim foram condenadas, de vez, às fogueiras purificadoras dos dogmas de laboratório. Algumas técnicas tiveram destino ainda mais cruel: tanto abriram mão de suas origens, tanto se adaptaram, que correm o risco de se transformar em “monstros transgênicos”, produtos artificiais adequados aos padrões de consumo “oficial”. A Terapia Tradicional Chinesa, por exemplo, se perder sua alma, transformará seus praticantes em meros espetadores de agulhas, máquinas automáticas de aplicações de tabelas... Já a Fitoterapia, se perder suas “raízes”, será mais um serviçal da indústria de patentes, do que ao bem-estar de seus adeptos.

Yin e Yang... noite e dia... ciência e arte... faces alternantes de um mesmo fenômeno. Em algum momento no tempo, a Terapia Holística será Ciência, também. No presente, há que ser percebida, compreendida e aceita como ARTE,

# Psicoterapia

pois esta é a faceta que agora se mostra. E se valoriza ! Afinal, enquanto a Ciência é inconstante e temporal (o que é fato científico hoje, pode ser a falácia teórica, amanhã...), a Arte é eterna... Resgatemos a auto-estima de nossa profissão, nossa herança milenar e assumamos que

## **A Terapia Holística é a ARTE da Qualidade de Vida !**

2)

### **A História da Terapia Holística**

“Em todo lugar e em todas as épocas,  
sempre existiram Terapeutas Holísticos”

(paráfrase sobre texto de 1986,

do historiador alemão Werner Jaeger,

uma das maiores autoridades em Grécia Clássica)

Boa parte das técnicas que aplicamos na Terapia Holística são anteriores à própria humanidade. Os animais utilizavam as plantas para se tratar, muito antes dos primeiros homens surgirem; também já faziam uso da geoterapia, alongamento, artes marciais, relaxamento... É natural presumir que, desde sua origem, os seres humanos herdaram tais conhecimentos instintivos e/ou rapidamente os apreenderam pela observação.

As enfermidades são mais antigas que o homem. Nosso mais antigo ancestral encontrado com evidências de desequilíbrios (no caso, eram problemas ósseos) era um Homo erectus de 800.000 anos atrás.

Nossos parentes da Idade da Pedra (Paleolítico - até 8000 a.C., Mesolítico - de 8000 a 6000 a.C. e Neolítico - de 6000 a 3000 a.C.) eram acometidos por muitas das mesmas disfunções que o homem moderno. Eram bons observadores, e deduziram a estrutura e funções básicas de vários órgãos e a ação terapêutica das plantas. Já possuíam uma relativa interpretação Holística dos acontecimentos; a aflição de um membro do grupo, era igualmente um caso para toda a comunidade, que de alguma forma, estaria em desarmonia com o Universo e isso se refletia em um ou mais dos integrantes da tribo. Alguns se destacavam em compreender e lidar com estas questões, surgindo assim, nossos mais antigos colegas de profissão: os Xamãs!

...

O xamã é, antes de tudo, o porta-voz oracular de seu povo. É ele o iniciado nos mistérios da natureza, nos segredos dos ciclos de vida e morte, nos fenômenos mórbidos ou climáticos que podem ameaçar sua comunidade. Professando um papel de agente equalizador de forças, mediante sua cumplicidade com a natureza,

# Psicoterapia

o xamã detém a sabedoria de interpretar os seus desígnios e escutar os seus apelos a fim de contrapor às vicissitudes e às intempéries da vida seus ritos e passes capazes de reinstaurar a ordem cósmica, garantindo assim a permanência de sua gente ao longo das gerações.

O xamã opera sempre atento aos sinais que possam ser lidos à sua volta; ele ouve as pulsações da terra, compreende o caráter dos ventos e tempestades, entende o que lhe dizem os animais, extrai conhecimento de plantas sagradas, vale-se das propriedades medicinais dos reinos mineral, vegetal e animal que o cerca, e prevê em razão de eventos observados a tendência das ocorrências vindouras.

O universo xamânico, podemos afirmar, é sincronístico; isto é, longe da relação de causa e efeito a que o mundo civilizado ocidental, filho da ciência moderna, acostumou-se a viver nos últimos três séculos de história, o modo de viver xamânico privilegia as sincronicidades. Tal termo, no sentido que lhe deu Jung (1875-1961), diz respeito ao fenômeno de coincidirem no tempo dois ou mais eventos objetivos, claramente perceptíveis na realidade exterior, sem relação causal entre os mesmos, mas que, simultaneamente, são consonantes com algum estado psíquico fortemente emocional, o que permite àquele que presencia tal experiência, abstrair dela algum significado súbito e evidente, capaz até mesmo de subverter suas próximas condutas, ainda que tal entendimento se faça por vias não racionais.

...

O xamã é aquele que atualiza em seu contexto cultural uma tendência inata da espécie humana, que consiste em criar símbolos e transformar inconscientemente o significado de objetos, seres vivos ou eventos naturais, de modo a conferir-lhes uma importância psicológica mais profunda (ou mesmo sagrada), para daí fazer uma leitura sincronística dos fenômenos todos que os agreguem.

...

Os textos acima foram obtidos em [www.amigodaalma.com.br](http://www.amigodaalma.com.br)

Existe uma imagem, talvez seja a mais antiga a retratar um ancestral de nossa profissão, ou seja, um Terapeuta Holístico que atuava entre 15.000 a 10.000 a.C, cuja figura foi pintada na caverna-templo de Trois Frères, sul da França, onde um indivíduo, com corpo de cavalo, patas de urso e chifres de veado está dançando. No mesmo local, também foi encontrada outra imagem de um homem vestindo pele de animais e tocando flauta.

Nas mais variadas culturas, o consenso era a de que o equilíbrio seria o estado natural e as desarmonias decorreriam por desagrado aos deuses, às forças da natureza, ao Universo. Toda enfermidade teria uma mensagem a ser compreendida, cuja importância ia além do indivíduo, sendo comum a participação de toda a comunidade no tratamento.

O xamã-sacerdote atuaria como intérprete da vontade das forças universais;



# Psicoterapia

compreendendo tudo como profundamente interconectado, pesquisaria nas estrelas do céu, nos ventos, na natureza, nos sonhos, enfim, buscaria por “sincronicidades”, por “sinais”, cuja leitura lhe transmitiria o caminho da terapia. Via de regra, os xamãs eram pessoas que se recuperaram de grandes perdas, traumas e situações de quase-morte, o que, inspiraria admiração e, em tese, implicaria que teriam intimidade e conhecimento maior junto as forças do universo. Este respeito adquirido destacava-os perante a comunidade, gerando o natural desejo de perpetuar este “status”, o que estimulou para que registrassem suas experiências, para poder transmitir seus conhecimentos aos sucessores, comumente, seus próprios descendentes. Oralmente, por canções, histórias e lendas, muito dessa sabedoria era perpetuada e transmitida de geração a geração.

A fitoterapia, associada a energizações e catarses induzidas pelo canto e dança, eram poderosos instrumentos terapêuticos conduzidos coletivamente pelo sacerdote. Ao atribuírem nomes significativos às plantas, vincular-lhes várias histórias e as sacramentarem para divindades específicas, de forma didática e lúdica, garantiam que suas utilizações seriam difundidas pelas gerações seguintes. Muitas vezes, somente os “iniciados” compreendiam as “instruções” incutidas nas lendas, histórias, cantigas...

O crescimento de grandes civilizações propiciou o advento da escrita, acrescentando mais um instrumento de perpetuação do conhecimento terapêutico e, ao mesmo tempo, de elitização, já que a leitura e a escrita eram privilégios para poucos. No período do 2o milênio a.C., a História “ocidentalizada” registra o surgimento das primeiras escolas no Egito e na Mesopotâmia, com a elaboração de tratados e códigos de conduta, muitos dos quais chegaram até nossos dias. A terapêutica era associada aos templos, continuando atribuição do sacerdócio, já que as desarmonias de cada um resultavam de sua inadequação perante os desígnios do universo, representados pelas divindades.

Na antiga civilização Grega, as obras de Homero (750 a.C.) divinizavam a terapêutica, atribuindo-a aos deuses e heróis mitológicos. Havia os templos destinados à terapêutica, muitas vezes sem a intervenção dos sacerdotes, com o povo rezando diretamente às divindades. A Grécia, em meados do século V a.C., começa a sistematizar a terapêutica, por meio dos filósofos pré-socráticos, culminando em Hipócrates, cujos textos pregavam a abordagem holística, mas cuja prática estimulou a separação da terapia dos demais ramos do conhecimento, dando nascimento ao que hoje se chama medicina. Além da elitização das escolas, observa-se o início da tendência a interpretar o binômio saúde-doença como elementos isolados do universo à sua volta. O sacerdócio começa a romper com a terapêutica, surgindo os primórdios da figura do médico atual e da abordagem “científica”, ruptura esta que culmina com Galeno, grego que atuava em Roma, em meados de 164 a.C., talvez sendo o primeiro “médico”, já que estabeleceu “doenças” como sendo de natureza orgânica, e o estudo do corpo pelo “desmembramento de seus componentes”. Por este personagem também se desenvolveu a justificativa para que surgissem diversas especialidades médicas, para fazer frente ao crescente número de “doenças” que passaram a ser identificadas e definidas suas formas de diagnósticos e procedimentos.

# Psicoterapia

Referindo-se a Galeno e suas conseqüências:

...

Exteriorizou de tal forma a complexidade das doenças que justificou o surgimento das diferentes especialidades médicas, nas quais o médico aprofunda seu conhecimento em determinado órgão ou sistema orgânico, quase sempre relegando a segundo plano a abordagem do ser como um todo. Isto é, o médico especialista tem um conhecimento vertical profundo e horizontal limitado. (Atribui-se a A. Einstein a observação de que o especialista sabe quase-tudo de quase-nada, numa crítica velada ao fragmentismo).

O método analítico cartesiano, inquestionavelmente, foi um dos pilares da fantástica evolução do mundo moderno. No entanto, é igualmente inegável que contribuiu para o descaso dos sentimentos íntimos do ser humano, em virtude da ênfase na abordagem mecanicista. Serviu, por exemplo, para criar confusão entre riqueza material e felicidade individual - e isto explica, em parte, os desequilíbrios sociais (que tão bem conhecemos) e a destruição sistemática do nosso ecossistema, a qual, realizada em nome do progresso, ameaça a existência da vida na terra, inclusive a humana.

Estas observações levam a uma constatação paradoxal: a ciência, apesar de seu desenvolvimento fantástico nos últimos 150 anos e criada para oferecer ao homem conforto, paz e felicidade, não foi capaz de fazer o homem descobrir a paz, a felicidade e, principalmente, o amor! Ao contrário, despertou um mundo dominado pelo egoísmo, crueldade, miséria, fome, opressão, guerras, destruição indiscriminada da natureza e descaso pelos verdadeiros valores do ser. O conhecimento, tal como é hoje, sufoca a sabedoria e se impõe desastrosamente a ela.

...

Os textos acima foram extraídos de  
[www.uninet.edu/cin2001/html/conf/teixeira/teixeira.html](http://www.uninet.edu/cin2001/html/conf/teixeira/teixeira.html);

trechos selecionados da palestra HOLISMO E MEDICINA,

de Hélio Teixeira, Professor Titular e Livre Docente

do Departamento de Clínica Médica

Universidade Federal de Uberlândia

Paralelamente a este “movimento separatista elitizado”, continuava a tradição xamânica, que manteve a terapêutica como indissociável do autoconhecimento. Pertinente observarmos que as escolas médicas, elitistas por natureza, eram exclusivas para os letrados abastados e ao gênero masculino; já as tradições xamânicas, diretamente vinculadas à Natureza, à espiritualidade, à intuição, à vocação, eram comparativamente mais democráticas, acessíveis a homens e

# Psicoterapia

mulheres, mesmo que originados da base da pirâmide social.

Na Idade Média, apesar das grandes transformações desencadeadas pelas invasões bárbaras e pela difusão do Cristianismo e Islamismo, mantiveram-se Hipócrates e Galeno como paradigmas incontestáveis, com sua abordagem “científica” e separatista. A Igreja Católica estabeleceu-se pela força como proprietária da verdade divina e seus sacerdotes já não atribuem mais a si o papel de terapeutas; na verdade, cada vez mais em oposição se estabeleciam os poderes da igreja e os da medicina, pois esta abraçara a ciência, cuja objetividade frequentemente se defrontava com a interpretação e até à existência em si, dos dogmas da fé. O povo, por sua vez, perante a inacessibilidade elitista dos médicos e o “consolo espiritual” da igreja, tinham que encontrar outros caminhos para tratar suas mazelas, cabendo-lhes recorrer aos que ainda mantinham as tradições terapêuticas, agora rebatizados de Feiticeiras... Propositadamente, apliquei o gênero feminino ao termo, para contrapor ao machismo da igreja e das escolas médicas, cujo protagonismo era exclusivo aos homens. Relegada a um segundo plano na sociedade, a mulher vivia em íntima relação com a Natureza, da qual intuía as propriedades terapêuticas, além de aprender pela transmissão oral entre as gerações. Herdeiras da sabedoria milenar, as feiticeiras não se submetiam nem à Igreja, nem ao Estado e muitas gozavam de grande prestígio pela eficiência de seus tratamentos e aconselhamentos. Acusadas de satanismo por um lado, e de viver de credices infundadas pelo outro, isso em nada abalou sua aceitação pelo povo, que encontrava respostas para suas questões físicas, emocionais e espirituais na terapia das Feiticeiras.

...

Dividiu-se habilmente o reino de Satã: contra sua filha, sua esposa, a feiticeira, se armou seu filho, a medicina. A Igreja, que odiava profundamente aos médicos, lhe deixou fundar o monopólio de sua arte com a extinção da feiticeira, declarando no séc. XIV que, se a mulher ousar tratar, sem ter estudado, será considerada feiticeira e deve morrer.

...

Texto extraído do livro A Feiticeira, do historiador Jules Michelet

Como as mulheres eram proibidas nas escolas médicas, resulta daí que todas as que ofereciam terapia, eram condenadas às fogueiras da Inquisição... Felizmente, nem todo o fogo da Igreja foi suficiente para queimar a sabedoria milenar, que gradativamente vem sendo resgatada e revalorizada em nossos tempos.

Já com o Renascimento, no alvorecer da Modernidade, muitos dos postulados clássicos começaram a ser revistos, sendo que até mesmo a medicina passou a se definir como uma ciência essencialmente humanística. Até mesmo o Iluminismo, que estabeleceu as bases do método científico contemporâneo, ainda estimulava que a medicina fosse tanto ciência, quanto arte, visão romântica que perdurou até a metade do século XIX, pois na sequência, com o desenvolvimento da microbiologia, da patologia, das análises laboratoriais e da indústria farmacêutica, a

# Psicoterapia

medicina tendeu a abandonar a sua visão humanística e passou a posar como ciência “exata”...

...

De fato, todo esse processo de supervalorização das ciências biológicas, da superespecialização e dos meios tecnológicos que acompanharam o desenvolvimento da medicina nestas últimas décadas trouxe como conseqüência mais visível, a “desumanização” do médico. Um sujeito que foi se transformando cada vez mais em um técnico, um especialista, profundo conhecedor de exames complexos, precisos e especializados, porém, em muitos casos, ignorante dos aspectos humanos presentes no paciente que assiste. E isso, não apenas por força das exigências de uma formação cada vez mais especializada, mas também em função das transformações nas condições sociais de trabalho que tenderam a proletarizar o médico, restringindo barbaramente a disponibilidade deste para o contato com o paciente, assim como para a reflexão e a formação mais abrangente.

Esses dilemas éticos de relação, entretanto, são apenas uma parte --importantíssima, sem dúvida, porém não exclusiva -- da questão.

A desumanização da medicina deve ser encarada não apenas do ponto de vista ético, de relação entre médico e paciente, mas também do ponto de vista epistemológico.

Será que, efetivamente, nas circunstâncias atuais, as ciências humanas – a história, a filosofia, a literatura e a psicologia – não têm mais nada a dizer no campo do diagnóstico e do tratamento médico?

...

Texto extraído de “A (re)humanização da medicina”,  
de autoria de Dante MC Gallian, do Centro de História  
e Filosofia das Ciências da Saúde da Unifesp - EPM

Com a evolução da sociedade, cada vez mais consciente e democrática, o questionamento aos valores estabelecidos fez surgir em pleno século XX, uma revolução silenciosa, pacífica, sem lideranças pré-definidas, que eclodia espontaneamente em várias partes do globo: a chamada “Revolução Aquariana”. Movimentos “hippies”, de contra-cultura, de revisitação das tradições, fez com que as feiticeiras, xamãs, sacerdotes, herdeiros das artes terapêuticas antigas, ressurgissem das cinzas da Inquisição e, à luz do dia, voltassem a exercer seus ofícios.

Nos últimos séculos, a sociedade havia saído de uma ditadura religiosa, onde um grupo de sacerdotes de elite determinavam o que era ou não verdade, de acordo com suas interpretações pessoais das leis divinas, emergindo para uma ditadura “científica”, onde um grupo de cientistas de elite determinam o que é ou não

# Psicoterapia

verdade, de acordo com suas interpretações pessoais das leis do universo... Nesta nova ordem, a medicina continua no poder, aliada íntima da ciência, dotada de grande prestígio, a tal ponto de dar-se ao luxo de dispensar de seus domínios certas técnicas que consideravam menos elitistas, permitindo a existência de psicólogos para cuidar da psique, dos fisioterapeutas para o corpo, odontólogos para a dentição e enfermeiros para o amparo diário. As técnicas milenares, então, lhes pareciam indignas de sua nobre atenção, já que em nada se enquadravam dentro dos dogmas científicos. Supunham que a sociedade, cada vez mais esclarecida, descartaria as terapêuticas milenares. Contudo, assim como na Idade Média, estas técnicas passaram a ser mais e mais procuradas. Se antes era por total falta de opção, nos tempos modernos a procura se dá por livre escolha.

Tão incomodados quanto a Igreja medieval, porém, sem poder lançar mão dos recursos das fogueiras, a elite atual fez uso de novo poder de fogo: a criação e interpretação distorcida das leis humanas... Antes, os tribunais da Inquisição, com suas fogueiras; agora, os juris cíveis e criminais, com suas prisões e multas. Temos que admitir que alguma coisa melhorou...

Novamente perseguidos, os herdeiros das tradições terapêuticas se viram na necessidade de miscigenar para sobreviver. Tentaram se expressar, vestir e portar à semelhança de seus perseguidores, numa tentativa de aceitação. Revisitaram suas teorias, adaptando-as àquilo que lhes pareceu ser mais "científico". Com isso, ao invés de garantirem seus espaços, acabou por surtir efeito contrário: os algozes, que tanto criticavam as técnicas, agora que as mesmas lhes foram apresentadas "traduzidas" para seu linguajar, passaram a desejá-las para si... E como MONOPÓLIO !

Na virada do século XX, iniciando o XXI, os perseguidos se deram conta que abriram mão demais, pois estavam perdendo justamente aquilo que lhes era o DIFERENCIAL; constataram, atônitos, que tanto cederam aos poderes dominantes, que estavam perdendo sua IDENTIDADE !

Em nova revolução silenciosa, se reorganizaram para resgatar sua herança, sua tradição e o orgulho de ser o que são. Revisitaram as técnicas ancestrais, sem desprezar o que a modernidade acrescentou de bom... Sem revanchismo, fizeram as pazes com o Estado, dando a Cesar o que é de Cesar, e reverenciaram a medicina, como uma irmã nascida do mesmo berço e com a qual devem se reconciliar e viver em paz.

Resgatando o milenar e abraçando o novo, contudo, sem jamais voltar a abrir mão da verdadeira identidade: sejamos TERAPEUTAS HOLÍSTICOS hoje, orgulhosamente herdeiros assumidos das terapias milenares de outrora.

ID de solução único: #1001

Autor: : Henrique Vieira Filho - Terapeuta Holístico - CRT 21001

Última atualização: 2008-05-06 14:13