

Lucy Penna <www.lucypenna.com>

■ Psicoterapeuta
■ Doutora em Psicologia Clínica

A Calatonia e os Níveis de Consciência

Este artigo apresenta uma reflexão sobre as condições psicológicas durante a aplicação do método calatônico, focalizando as variações no continuum consciência-inconsciente. Utiliza-se o diagrama de Fischer (1971) sobre os níveis de ativação fisiopsíquica ergotrópica e trofotrópica, para situar o processo calatônico do ponto de vista da experiência subjetiva e objetiva. A rede de experiências sincronísticas que ocorre durante a aplicação da calatonia é semelhante a uma innernet porque surgem conexões intrapessoais, interpessoais e transpessoais, que devem ser observadas com atenção no trabalho clínico.

O deslocamento da consciência para níveis profundos durante os toques calatônicos, uma experiência conhecida por quem pratica o método, cria uma qualidade especial na comunicação que merece uma análise cuidadosa. Em artigo anterior (O Tempo e o Espaço na Calatonia, Hermes10) avalei os aspectos do tempo e do espaço nas imagens calatônicas, mostrando o deslocamento da consciência para o futuro e para o passado, assim como para outros ambientes fora da sala de terapia (PENNA, 2006). Aceitar que o envolvimento calatônico processa mudanças no nível de consciência de quem aplica e de quem recebe é um pressuposto básico para continuarmos a reflexão sobre esse tema.

A rede de experiências sincronísticas durante a aplicação do método calatônico é como uma innernet, na medida em que gera conexões intrapessoais, interpessoais e transpessoais. Durante o processo calatônico a comunicação bipessoal é amplificada exponencialmente, abrindo possibilidades de contatos mais vastos do que os da internet comum. Enquanto, nesta última, pessoas distantes comunicam-se em nível consciente, a innernet estimulada durante os toques calatônicos abre as portas da comunicação, não só no plano consciente, como também inconsciente.

Como acontece no romance de Jack London, "Andarilho das Estrelas", as viagens imaginárias podem ser longas em direção ao passado ou ao futuro. Nesses momentos é como se a pessoa sintonizasse uma frequência cósmica dentro de si mesma, o que lhe possibilita encontrar-se com conteúdos individuais e coletivos até então inconscientes. Além daquela parte individual e específica onde nos identificamos com a organização somática e psíquica isolada atual (o ego), temos participação no todo transpessoal, a totalidade psíquica descrita por Jung como Self e interpretada por London e outros mestres da arte de maneira alegórica em suas obras.

A experiência para além das fronteiras do ego não precisa acontecer só durante os sonhos, ocorrendo também em estado consciente. Uma paciente relatou que durante a seqüência dos toques nos pés teve impressões claras de entrar em conteúdos internos especiais: *"Tive a sensação de estar num estado fetal, sendo embalada dentro do útero, em meio aquoso. Foi uma experiência muito profunda. Eu me senti segura, tranqüila, parece que algo se renovou dentro de mim. A Calatonia me deixa mais centrada. Para mim que sou extrovertida, isso é muito importante. Sentir-me no útero, pequena diante do universo, mas tendo parte nele, me ajudou bastante para ter consciência da minha responsabilidade no meu processo individual. Também no processo coletivo, em última instância."*

A compreensão de relatos como este, que combina diferentes fatos de natureza fisiopsíquica, é possível pelo estado de consciência próprio da relaxação. Mas o que significa estar relaxado? Os diversos estados de consciência são experiências internas de difícil comunicação. Na década de 1960 começaram a surgir inúmeras pesquisas com resultados sugestivos indicando o aumento do interesse por este tema. Integrando informações de psiquiatria e farmacologia com outras áreas científicas, FISCHER (1971) propôs-se a ordenar os caminhos subjetivos, sugerindo que as alterações de consciência acontecem em duas direções, trazendo recarregamento ou dispêndio de energias. Utilizando os conceitos de Fischer, farei uma comparação com o processo calatônico a partir das observações que tenho realizado junto aos pacientes, bem como minhas autopercepções.

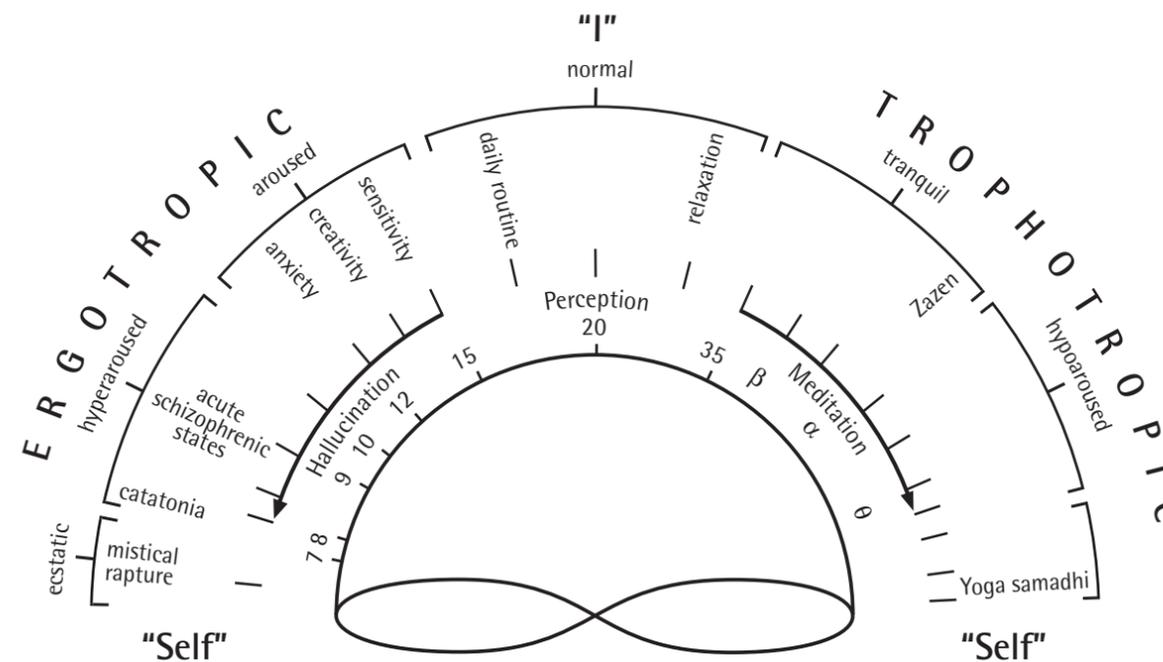


FIGURA 1 – MAPA DOS NÍVEIS DE CONSCIÊNCIA (Fischer, 1971).

Variações de estados de consciência mapeados em um continuum percepção/alucinação de crescente ativação ergotrópica (esquerda) e um continuum percepção – meditação de crescente ativação trofotrópica (direita). Esses níveis de ativação são interpretados pelas pessoas como normal, criativo, psicótico e estados extáticos (esquerda), bem como Zazen e samadhi (direita). O "loop" (infinito) conectando êxtase e samadhi representa a mudança para o pólo oposto (rebound) que se observa em resposta à intensa excitação ergotrópica. Os números 35 – 7 no continuum percepção-alucinação são os coeficientes de variação de Goldstein, especificando a diminuição na variabilidade da amplitude do EEG, com crescente ativação ergotrópica. Os números 26 a 4 no continuum percepção – meditação, no outro lado, referem-se às ondas beta, alfa e teta (medidas em hertz) que predominam durante, mas não são específicas, desses estados.

Referência: Fischer, Roland. A Cartography of the Ecstatic and Meditative States Science: 174 (4012): p. 898

“
o que significa
estar relaxado?
”

A JORNADA ARREBATADORA

Existem duas vias de tráfego através do que estou chamando innernet: a ergotrópica e a trofotrópica (Figura 1). Roland Fischer baseou-se nas pesquisas de HESS (1925) e de outros que destacaram a participação sensorio-motora nos diversos níveis de consciência. Hess e Fischer avançaram no entendimento de que a categoria dos fenômenos psíquicos e cerebrais depende da postura corporal, da presença de sons, estímulos luminosos, olfativos e táteis, bem como de estimulações provenientes do meio orgânico interno. A partir dos sistemas de inervação autonômica periférica, conhecidos como Adrenérgico e Colinérgico, Hess defende a idéia de que haveria um sistema auto-regulador responsável pela regulação da atenção, da sensibilidade, da tonicidade muscular, agindo também sobre diversos ritmos biológicos.

A via ergotrópica é pavimentada pela excitação: desgasta o corpo e a mente, seu combustível é a energia (ergo) das emoções intensas. Arrebatado, quem viaja por esse rumo encontra momentos de arroubos extraordinários, sai de seu eu cotidiano, excede, ultrapassa o costumeiro em vôos arriscados. O ponto culminante da jornada seria encontrar-se com o "eu maior", algo assim como atingir o todo, o *Self* no dizer junguiano. Nem sempre as pessoas que trafegam na via ergotrópica estão controlando o ritmo e a direção. Trombadas com figuras tenebrosas, sustos, pesadelos acontecem tanto quanto sensações de paz. Há quem alcance um êxtase místico. Santos católicos, bem como iniciados em antigas tradições espirituais de vários continentes são companheiros na ultrapassagem das fronteiras egóicas através da exacerbação dos estímulos sensoriais e motores.

Os exercícios dinâmicos, ativados com tambores e outros instrumentos, por exemplo, são indispensáveis para viajar pela via ergotrópica. Em prazerosa entrega aos movimentos de uma dança extática, uma dançarina do ventre sente desmanchar sua auto-imagem. Escuto relatos sobre essa percepção, e tenho disto experiência própria, de que esse tipo de dança anula o medo, derrota a timidez, enquanto a energia do arquétipo da deusa inunda a personalidade. A conexão sagrada gera frutos para o auto-conhecimento que vão desde a revitalização de órgãos corporais até a canalização da energia para centros superiores, levando a um tipo de "iluminação".

O deslocamento da consciência pela via ergotrópica influencia e é influenciado pela presença de mediadores bioquímicos endógenos no sangue, tais como adrenalina, acetilcolinesterase, endorfinas, serotonina e outros. Estes mediadores alteram o campo perceptual interno e externo. O aumento do tono muscular acompanha-se de um estado de alerta mesencefálico, tornando a mente capaz de captar informações novas e inusitadas. Em graus extremos, leva a experiências onde há intensa dinamização do imaginário, sem que as acompanhe uma adequada e concomitante elaboração. O ego, nosso aspecto consciente e em vigília, entendido como o núcleo psíquico que controla o grau em que se percebe a identidade no aqui e agora, submerge na corrente caudalosa das informações.

Imagens são informações, mas nem toda informação traduz-se em imagem consciente que pode ser captada convenientemente pelo ego. Mantenho, por exemplo, muitas informações da sala onde trabalho fora do campo consciente para focalizar a atenção na tarefa de escrever. Tais informações subliminares são estocadas sem minha percepção consciente. Digo que não vi, não ouvi, não sei. Quando, porém, o telefone toca,

a informação penetra no plano consciente onde é percebida com um significado específico. A imagem, portanto, é uma informação que ultrapassou o limiar mesencefálico. Em termos psicológicos, o que era simples informação torna-se a minha percepção, a minha dor, a minha alegria, a minha recordação e assim por diante.

As viagens ergotrópicas carregam-se de conteúdos passados e futuros que se apresentam e ressignificam diante do centro egóico. Quando uma pessoa está centrada e mantém-se equilibrada, então a assimilação dos conteúdos acontece de maneira tranqüila. Se o centro consciente estiver enfraquecido por insuficiências de ordem física, emocional, mental ou espiritual, os conteúdos carregados pela enxurrada não podem ser assimilados adequadamente e tornam-se ameaçadores para a integridade pessoal. São as "más viagens", os "bodes", sentidos como pesadelos que causam pânico.

Das viagens não bem assimiladas também resultam estados de inflação do ego, enfraquecido diante do poder do arquétipo. Voltando ao exemplo da dançarina, suponhamos que seja uma pessoa que precisa melhorar sua auto-estima, sentir-se mais atraente, segura em suas funções femininas. A dança do ventre pode ajudar bastante nessas condições, desde que a mulher mantenha sua personalidade normalmente ajustada e não vá sair das aulas convencida de que é "uma deusa", comportando-se como uma odalisca egípcia reencarnada. (PENNA, 2006)

O acréscimo de informações que entram no campo consciente, junto com sua carga emocional e o ritmo acelerado dessa invasão caudalosa literalmente torna-se algo como uma enxurrada no complexo egóico. Por causa do fluxo excessivo em extrema rapidez, a elaboração consciente é dificultada ou bloqueada. Lembremos que as funções psicológicas do pensamento e do sentimento que usamos para categorizar as sensações e as intuições entrantes são mais lentas porque operam através de razões, raciocínios, comparações.

Fischer coloca os quadros esquizofrênicos agudos como estações na cartografia ergotrópica. As informações não processadas adequadamente tornam-se parte do "lixo" mental. Às vezes classificam-se como alucinações, ou como ver fantasmas, criações "erradas" da mente, tristes restos de mergulhos angustiados sem paralelo no plano objetivo.

Mas as imagens recebidas durante a ativação ergotrópica podem ser interpretadas criativamente, gerando produtos originais. Além disso, há casos em que a pessoa fica fora de si, mas tem suporte espiritual para interpretar as imagens como um encontro com o divino. Alcançar o êxtase místico tem sido uma meta procurada por várias tradições religiosas ocidentais, embora a inclinação da cultura ocidental para uma predominância de valores racionais, lógicos e materialistas ainda impeça que as pessoas comuns entrem tranqüilamente nos espaços internos. A necessidade de conferir um certificado de comprovação científica racional às experiências subjetivas edificou um paredão na mente humana. O grau de lógica, a objetividade e o enquadramento tridimensional predominantes na formação da personalidade tornam o ego ocidental mais "masculino" tanto para homens quanto para mulheres. Entretanto, é próprio da atitude mais "feminina" orientar-se pelos vínculos do que pela lógica, uma condição a ser mais bem explorada por todos nós, quando procuramos ampliar as fronteiras do ego.

“
A conexão sagrada
gera frutos para o
auto-conhecimento
”

“
Das viagens não bem
assimiladas também
resultam estados de
inflação do ego
”

A psique coletiva brasileira tende a cultivar certa atração pelas experiências do tipo ergotrópicas. Os tambores indígenas há milênios despertam os dançantes para o transe e seus pés, batendo no chão, transferem vibrações que também estimulam o chão dessa terra. Em outra fase da história do país, os descendentes africanos trouxeram as tradições do Candomblé, onde os Orixás descem girando pela via ergotrópica. Os iniciados acreditam que são possuídos pela entidade e sentem-se protegidos porque sua religião acolhe o poder das entidades. O intercâmbio entre o real concreto e o real transcendente torna-se possível porque outros estados alterados de consciência estão bem presentes no Candomblé, como explica Monique Augras:

"Do mesmo modo que a iniciação exprime a necessidade de morrer para renascer em plano transcendental, a possessão mostra que o homem pode desdobrar-se para manifestar os deuses, e que os deuses se devem duplicar para manifestar no plano concreto. A dança dos deuses e dos homens, que se confundem mutuamente, recria o Múltiplo e o Único no instante da eternidade". (AUGRAS, 1983, p. 289)

A psique coletiva, ainda em formação no Brasil, mostra-se bem à vontade com o modelo ardente mediado pelo sistema nervoso simpático. O carnaval perdura há séculos invadindo os dias do ano e transgredindo a regra dos costumes sociais. Transformado hoje em grandiosa manifestação dionisíaca, o gingado do samba nasceu dos pés escravos para expressar a vitalidade e o desejo de superação daqueles que tinham o corpo e a alma feridos, e para mostrar ao mundo a sua ânsia de liberdade. A via ergotrópica oferece opções quando se procura superar de maneira intensa e ardente os limites cotidianos.

A liberação extrovertida dos controles que ajustam nossas percepções diárias tem variações no Norte e no Nordeste. Os folguedos animados do maracatu, jongo, boi, festa de reis, tambor de crioula, festa do Espírito Santo, bem como a marujada, festa do Çairé e congada representam um estilo intermediário de alterar a consciência. Seus figurantes não estão aparentemente desvairados e nem fora de si, mas perdem, nas manifestações, as identidades comuns. Naquele lugar e dia os homens são reis, as mulheres são rainhas, qualquer um é boi, pássaro, santo, mascarado, encantado das matas e das águas e tudo está bem assim. O calor é um aspecto importante nas jornadas ergotrópicas. O forró, o coco e o frevo provocam um calor exacerbado e no plano psíquico há um trânsito para outros níveis mais inconscientes de maneira rápida, produzindo alegria esfuziante. Outras manifestações populares em Minas, por exemplo, usam tambores em marcação lenta, cantos arrastados que conduzem o corpo e a mente para uma realidade imaginária, mas os movimentos são menos desgastantes.

O procedimento ritualístico da Calatonia contrasta com o alvoroço brasileiro. Ao mesmo tempo em que parece combinar com o jeito carinhoso do povo que gosta de carícias, inaugura um modelo diferenciado, pausado, introvertido. Algo mais próximo da outra mão de acesso ao universo interno apontado por Fischer.

A VIA DO SILÊNCIO

Há quem prefira, ou precise deslocar-se no universo interior através de outros métodos tranqüilos. Através do silêncio, em contemplação, percorrem-se longas distâncias no mundo interno por uma via que é usada há milênios pelo yoga, por

exemplo, chamada trofotrópica (do grego trophos: recarregamento). Trata-se de algo familiar para os seguidores de Allan Kardec, fundador da doutrina espírita, que se deslocam no tempo e no espaço internos em postura deitada ou sentada. Uma parte do povo brasileiro mostra afinidade com essa maneira de comunicar-se com outras dimensões. O maior expoente dessa tendência entre nós talvez seja Francisco Cândido Xavier (1910-2002), o médium de Uberaba. Grande místico, Chico psicografou mais de 400 obras em postura calma e silenciosa, na escuta fluente de seus mentores espirituais. Sem outros movimentos a não ser o da mão fluindo rápida pelo papel, Chico Xavier transitava pela Grécia, Roma Antiga, Atlântida e espaços siderais trazendo romances, poesias, conselhos, sabedoria. Medicou e aconselhou milhares de pessoas em incansáveis atendimentos semanais.

Chico trabalhava com espíritos brasileiros e do mundo todo. Suas obras mostram a possibilidade da comunicação entre vivos e mortos, rompendo com preconceitos. Homem humilde, que mal aprendeu a ler e escrever, teve consciência clara de sua identidade e de sua dignidade. Atendia a um "telefone que só toca de lá para cá" e obedecia a Emmanuel, seu guia espiritual. A pesquisa jornalística feita por Marcel Souto Maior recolhe as palavras lúcidas de Chico Xavier:

"Os livros não me pertencem. Eu não escrevi livro nenhum. 'Eles' escreveram – Chico repetiu ao longo de sua vida até morrer, no dia 30 de junho, na cama estreita do quarto da casa onde morava com o máximo de simplicidade, em Uberaba. Graças a Deus aprendi a viver apenas com o necessário – dizia." (MAIOR, 2004, p. 34)

Um poder tranqüilo como o de Chico Xavier é mais comum naqueles que peregrinam pelos caminhos da via silenciosa que não faz transpirar porque quase não movimenta o corpo. É um treinamento que cansa pelo esforço da enorme introspecção concentrada, absorvendo a energia emocional no movimento interiorizado. Embora o deslocamento subjetivo na direção da restauração de energias seja característica da via trofotrópica, ocorre esgotamento mental e nervoso nos médiuns, e em outros praticantes de métodos yogues. Alterações de humor, nos ritmos biológicos e na disposição vital devem ser observados com cuidado. As práticas espíritas e yogues estão bastante espalhadas pelo país e a sua crescente popularidade revela uma face introvertida em parte da população. Uma tendência introvertida que muda certos costumes e que prefere, por exemplo, retiros na natureza durante os feriados do carnaval.

Edgar Cayce, (1877-1945) o médium americano conhecido como "profeta adormecido", é um famoso peregrino da via trofotópica, assim como Madame Blavatsky, (1831-1891) a polêmica fundadora da Sociedade Teosófica. Quando saía de sua mente ordinária, Cayce recebia informações de sua própria memória ancestral (akásica), ou ainda, de fontes transpessoais externas. Seus relatos registrados por terceiros compõem inúmeros volumes abrangendo fatos histórico-culturais da Antiguidade. Retratam a precisão como Cayce elucidava pensamentos, dirimia dúvidas, fazia diagnósticos e receitava, mesmo à distância. Deixou instituições universitárias, clínicas médicas, bem como pesquisadores envolvidos em continuar suas orientações. Blavatsky sentava-se à mesa de seu escritório e lia telepaticamente livros em bibliotecas distantes, obras proibidas do Vaticano e de organizações secretas. Assumiu a missão de revelar à humanidade os antigos códigos do conhecimento das tradições

“
a iniciação exprime
a necessidade
de morrer para
renascer em plano
transcendental

“
Os livros
não me pertencem.
Eu não escrevi livro
nenhum.
'Eles' escreveram

que buscam a verdade perene, influenciando as mudanças espirituais que marcaram o século vinte.

O dinamismo trofotrópico é caracterizado pelo predomínio da ativação parassimpática, presente nos estados de relaxação e do sono. Ao contrário da ativação simpatotônica da atividade ergotrópica, esse caminho não conduz à excitabilidade motora e sensorial. Induz à diminuição do tônus da musculatura esquelética e às vivências de isolamento, acompanhadas de tranqüilidade e crescente interiorização. O predomínio desse tipo de ativação biopsíquica dirigiria a consciência para a observação e análise das imagens. Assim, o encontro com os conteúdos emergentes durante a relaxação se realiza em condições favoráveis para a ordenação, classificação e interpretação egóica consciente das informações.

A via do silêncio tem várias estações, das quais o relaxamento seria a mais acessível. O transe mediúnicamente está mais distante da percepção habitual. A introspecção espontânea que corresponde ao predomínio trofotrópico também acontece, cotidianamente, nos diferentes estágios do sono. A abertura ao inconsciente onírico, porém, torna-se mais estreita no sono do que na relaxação pelo baixo poder de memorização durante o dormir.

O processo calatônico e outros métodos de relaxamento, como o Treinamento Autógeno, permitem alcançar um estágio no qual a introspecção aprofunda-se enquanto o ego registra as imagens. Não é fácil induzir um estado de auto-observação tranqüila, permitindo o fluxo interno de imagens sem interferir criticamente. Conseguir esse trajeto na innernet exige treinamento seqüenciado e autodisciplina. Entretanto, o ser humano explora essa via através de métodos que envolvem concentração há milênios, utilizando inclusive jejum e dietas para expandir os limites do ego cotidiano sem ferir a capacidade de memorização e a elaboração consciente.

O treinamento da jornada trofotrópica se realiza geralmente em ritmo lento e gradual, sob a orientação de pessoas mais experientes, ou também de mentores espirituais. A entrega interior exige disciplina física, equilíbrio emocional e domínio da mente concreta. Os ganhos são proporcionais aos esforços, passo a passo. Na estrada ergotrópica, há experiências em que o ego é arremessado no rodopio do desconhecido pela ação de um cogumelo selvagem, uma picada de alucinógeno ou pela disfunção bioquímica da crise esquizofrênica. Enquanto durar a ação do agente farmacológico, ou do agente endógeno, a pessoa está sujeita aos processos inevitáveis decorrentes, com pequeno raio de controle das próprias respostas. Os aprendizados em danças extáticas mencionados acima (via ergotrópica) quando realizados dentro do contexto religioso, são também ordenados, contínuos e orientados por mestres, o que reduz o risco de causarem problemas de desajustamento da personalidade.

Então, dispomos hoje de diversas modalidades para acessar a estrutura universal da innernet. Algumas metodologias apóiam-se em atitudes, outras são compostas de características que combinam disciplina física, emocional e mental, de maneira que existem formas intermediárias entre a via trofotrópica e a ergotrópica.

Nada garante que um estado de profunda introspecção não venha a tornar-se criativo, inspirado e até agitado. Depois de momentos de êxtase arrebatador, de modo

inverso, é comum a pessoa experimentar uma queda nos tônus muscular e psíquico, mostrando-se cansada e entrando em descanso prolongado. O arrebatamento e o aquietamento profundo são fases intercambiáveis e complementares. Esse é o significado do movimento helicoidal entre os extremos do dinamismo ergotrópico e trofotrópico que vemos na figura.

O resgate da unicidade com o Si Mesmo, talvez um instante de entrega máxima ao todo, permanece um mistério, apesar das múltiplas escolas de treinamento. Uma situação de morte simbólica para o ego pessoal não se consegue antes de vencer o medo. As vivências extremas das jornadas pelo universo interno alcançam picos onde o ar é rarefeito e os abismos insondáveis, situações ameaçadores para o equilíbrio fisiopsíquico de qualquer pessoa. Mas onde fica a estação que alcançamos durante a Calatonia?

ESTAÇÃO "CALATONIA"

A Calatonia como procedimento para acesso à innernet conduz à profunda introspecção, em condição desperta e motivada para encontrar-se com o mundo interno. São essas circunstâncias que favorecem a memorização das experiências vividas durante o processo calatônico. Cria-se um movimento interior em estado de silenciosa escuta. "Na vivência calatônica, o corpo é acolhido na sua dimensão de um grande vaso alquímico no sentido de que tudo contém e onde tudo acontece", interpreta ARCURI (2005). Parte desse efeito deve-se ao condicionamento gerado pela postura básica do método.

Há uma pitada de yoga na Calatonia. A posição inicial da técnica básica é análoga à Uttara Shavásana, ou postura do morto, em sânscrito, significando ficar como morto, quieto. Há praticantes que treinam apenas essa postura por anos a fio, assegura a médica e yoguina hindu Uma Krisnamurti, durante um final de semana de práticas yogues (relato pessoal). O corpo e a mente se aquietam facilmente quando a pessoa fica em posição de decúbito dorsal, com as pernas afastadas, o pescoço solto, as palmas das mãos voltadas para cima. Quem permanecer por 20 minutos diários em shavásana alcançará o equilíbrio da consciência agitada. A postura também é indicada pelo professor brasileiro De Rose, que a aconselha para induzir o descanso profundo e provocar o desligamento do mundo exterior, considerando que esta postura potencializa a ação do sistema nervoso autônomo parassimpático (DE ROSE, 1977).

O que experimentamos durante a Calatonia assemelha-se aos resultados previstos na Uttara Shavásana: uma parada dos turbilhões da mente com abertura para o fluxo das imagens profundas em estado de tranqüilidade. Eventualmente pode acontecer de a pessoa precisar falar, tossir, chorar, assim como ficar agitada por causa do conteúdo que foi acessado internamente. Porém, o estilo geral da experiência durante os vinte e poucos minutos da técnica básica, por exemplo, é trofotrópico, com predominância do sistema nervoso parassimpático.

Outra qualidade yogue apresenta-se nas instruções iniciais da Calatonia: "Observe, deixe acontecer". Em contraste com a diretividade que era mais comum no início das técnicas de relaxamento, Sandor inscreve seu modelo na prática do não envolvimento com as imagens internas, uma lição tipicamente yogue. O estilo de não iden-

“
A via do silêncio
tem várias estações,
das quais o
relaxamento seria
a mais acessível

“
Uma situação
de morte simbólica
para o ego pessoal
não se consegue antes
de vencer o medo

tificação com os estados emocionais ficou mais presente nas orientações pós-modernas em psicologia, veja-se a prática da "desidentificação" na psicossíntese, por exemplo. O objetivo dessa prática é apontado por Uma Krisnamurti:

"Pensar entra pelo esforço, puxa a atenção, indica uma leve tensão no sistema nervoso. Os pensamentos passam como ondas. A consciência precisa libertar-se deles e passar entre duas ondas-pensamento para ir além. Ela vai em direção à mente supra-consciente, onde as visões vêm de dentro, onde a intuição é predominante e o ego está presente apenas sutilmente" (KRISNAMURTI, relato pessoal).

Quem pensa e deseja muito relaxar, já entra em tensão. Pensar requer esforço. Meditar requer relaxamento. A abordagem de Sandor traz um elemento oriental à relaxação, uma qualidade yin, contemplativa e acolhedora, uma atitude receptiva ao fluxo das imagens profundas. A posição de Sandor corresponde a um avanço conceitual e prático sobre outros procedimentos que induzem à relaxação através de comandos verbais ou de auto-sugestões mentais. Esses outros métodos abordam o trânsito interior de maneira mais yang, enérgica. Sugerem, ou mesmo dirigem abertamente, o contato com as imagens inconscientes.

Cada modalidade alcança naturalmente um espaço de benefícios próprios e tem limites para superar a dualidade corpo-mente ainda tão arraigada na mentalidade contemporânea. "O toque suave, porém, não mobiliza o sentimento invasivo e mesmo pessoas muito recatadas permitem a soltura sem constrangimento", pondera a psicóloga Rita HASSE (2002). "O trabalho corporal sutil propicia a mobilização consciente em diferentes faixas do campo de força dos chakras, levando à expansão do corpo de luz" – complementa Rita. Em seu trabalho clínico, ela observa especialmente o fluxo energético na coluna vertebral, aplicando toques que podem desmobilizar os bloqueios. Perceber a si mesmo como luz é uma experiência transcendente que tende a tornar-se freqüente na prática clínica mediada pelo método calatônico.

Durante minha própria prática, tive diversas vezes a visão de partes internas iluminadas, em meu corpo e nos pacientes. Algo já mencionado pelos yogues como expressão da energia vital que circula através dos chakras em toda a unidade fisiopsíquica. A Física de Einstein não demonstra que matéria é energia?

O corpo de luz é uma expressão análoga ao corpo sutil, corpo subjetivo e corpo onírico. São resgates de percepções milenares que nas tradições yogue, xamânica e gnóstica, entre outras, mencionam o contato com outras dimensões do ser. Dimensões além daquelas que vivemos com as sensações físicas. Caminhos na internet que precisamos conhecer porque os hábitos limitados à percepção egóica estão gerando neurose mais do que saúde.

A busca pelo equilíbrio entre a normalidade que está dentro dos padrões convencionais e a originalidade criativa que transpõe as margens do socialmente correto está na ordem do dia. A Calatonia nos encoraja a viver o extraordinário bem dentro do cotidiano. Ela age facilitando o acesso ao corpo sutil em estado de vigília. E, mais do que isso, ela mostra que a experiência pode ser compartilhada.

Os estados alterados de consciência vivenciados na clausura, durante penosos

jejuns, gerados através de solitários flagelos ficaram no passado. A troca que os novos métodos de acesso ao sutil e criativo estão propondo é uma alegre celebração do amor humano desinteressado. Uma troca fraternal, solidária, compassiva, talvez, seguindo a tendência igualitária da transformação aquariana.

Quando Arnold Mindell propõe o resgate do corpo onírico na vida cotidiana, através dos sinais corporais e dos sonhos, ele aponta para uma síntese que combinaria os métodos da moderna psicologia com a antiga prática xamânica.

Como entender que algumas vezes conseguimos encontrar um momento quieto no meio do caos e em outros momentos parecemos submergir na corrente dos problemas diários, como se a vida nos empurrasse? A resposta da psicologia é que caímos nos nossos aspectos sombrios não resolvidos que devem ser trabalhados. No xamanismo a resposta é diferente. Os curadores nativos dizem que um espírito influenciou o seu estado mental. O futuro da psicologia e do xamanismo depende de conciliarmos essas duas abordagens. (MINDELL, 1993, Introduction)

A conciliação que Mindell pesquisa leva a treinamentos que usam meios tranquilos, assim como arrebatadores. Expressões artísticas, dança, canto, bem como longas meditações nas mais inusitadas posturas. Quando Sandor traduziu os primeiros livros de Mindell para leitura dos nossos grupos de estudos, deu um exemplo de abertura mental e receptividade. Estive com Mindell em 1996, no Rio de Janeiro, falei da Calatonia, entreguei-lhe o material em alemão produzido pelo grupo de alunos do workshop sobre Calatonia que realizei no ano anterior, em Stuttgart. Uma contribuição com mais um ponto na rede que já existe conectando esses dois pioneiros da navegação no espaço interior. Dois pilotos que seguem cartografando os mapas que precisamos para ir atrás deles através do universo. 📍

“
Quem pensa
e deseja muito relaxar,
já entra em tensão
”

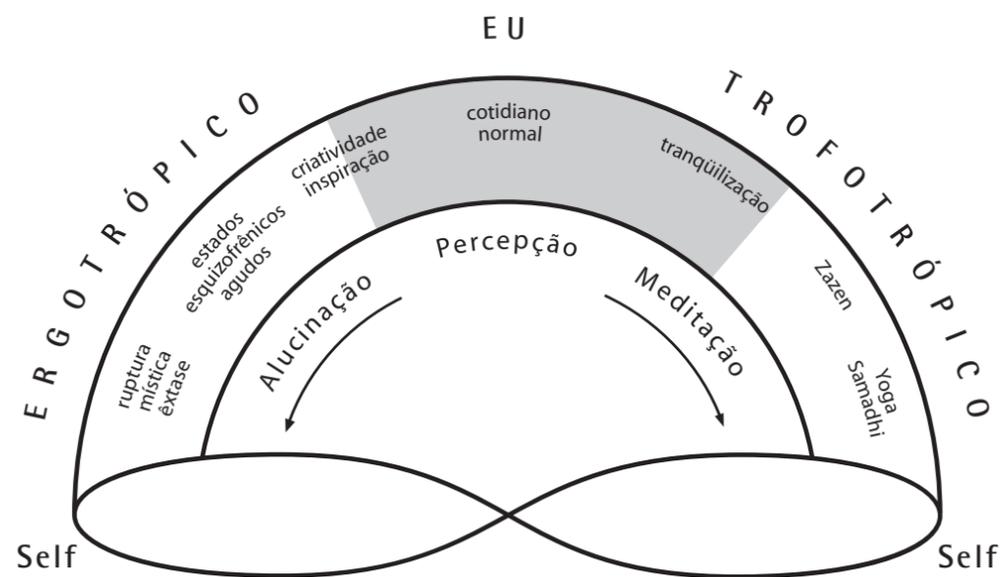


FIGURA 2 - A CALATONIA E OS NÍVEIS DE CONSCIÊNCIA

Adaptação de Penna (2007) a partir de Fischer (1971).

Para efeitos didáticos, adapto o mapa de Fischer (1971) focalizando o campo de experiências aberto através do método calatônico (área em cinza no gráfico). Dependendo da técnica abordada, a posição da experiência pode alterar-se. Por exemplo, a técnica básica promove um deslocamento no continuum percepção-meditação que é lento e prolongado, perdurando seus efeitos por alguns segundos depois que o terapeuta suspende os toques.

Os toques da Descompressão Fracionada modulam a estimulação no tempo da respiração do paciente, isto é, há uma troca de estímulo em questão de segundos. Isto pode, ao menos potencialmente, limitar o deslocamento da consciência para um estado de crescente meditação. A resposta do paciente seria ficar mais perto da percepção egóica, embora em contato com as nuances emocionais eventualmente desveladas pelo contato.

Os Toques de Reajustamento nos Pontos de Apoio, na maioria, são realizados em questão de dois ou três minutos em um local. Como são aplicados preferencialmente na posição de pé, a relaxação da musculatura esquelética tende a ser muito rápida. O deslocamento da consciência egóica parece ser também rápido, começando com a pessoa ainda de pé e prolongando-se, dentro de variações individuais, por alguns minutos depois que ela "desmontou". A resposta a esses toques é complexa. É comum que no início a percepção se altere na direção da tranquilização trofotrópica.

Observa-se, então, uma resposta compensatória ("rebound") com aumento da ativação ergotrópica. Enquanto a consciência perceptiva se anima, a pessoa assiste a uma seqüência rápida de imagens, ou "flashes", enquanto os níveis de mediadores colinérgicos e adrenérgicos se reequilibram.

Em todos os três conjuntos de técnicas considero que há uma alteração no estado de consciência. O efeito posterior aos toques leva a estados criativos, quando a inspiração para mudanças se oferece em consequência ao contato regenerador com a dinâmica inconsciente. Isto é, por manter-se mais perto do núcleo de si mesmo, *Self*, ainda que por apenas alguns segundos. Conseqüências existenciais, materiais, afetivas e ideativas acontecem no decorrer de dias, e até em semanas posteriores.

Bibliografia

- ARCURI, I.P.G. *Psicologia transpessoal, arteterapia e calatonia*. Hermes (10): 101-111, 2005.
- AUGRAS, M. *O duplo e a metamorfose – a identidade mítica em comunidades nagô*. Petrópolis: Rio de Janeiro: Vozes, 1983.
- DE ROSE. *Prontuário de Svásthya Yoga*. 3ª ed. Rio de Janeiro: Ground, 1977.
- FISCHER, R. *A cartography of the ecstatic and meditative states*. Science 174 (4012): 897-901, 1971.
- HASSE, R. C. *Integração Fisiopsíquica*. Material didático do curso de especialização. Faculdade de Ciências da Saúde (Facis/Ibehe), 2002.
- HESS, W.R. *Über die Wechselbeziehungen zwischenpsychischen und vegetativen funktionen*. Archives of Neurology (16): 285-288, 1925.
- MAIOR, M. S. *Por trás do véu de Isis*. São Paulo: Planeta, 2004.
- MINDELL, A. *The Shaman's Body*. San Francisco: HarperSanFrancisco, 1993.
- PENNA, L. *Calatonia: a sensibilidade, os pés e a imagem do próprio corpo em psicoterapia*. Dissertação de Mestrado, Instituto de Psicologia/USP, São Paulo, 1979.
- PENNA, L. *O tempo e o espaço na calatonia*. Hermes (10):92-100, 2005
- PENNA, L. *Dance e recree o mundo – a força criativa do ventre*. 4ª. ed. São Paulo: Summus, 2006.