

**MARILIA GONÇALVES**

**IMAGINÁRIO COLETIVO DE PROFESSORES DE  
IOGA BRASILEIROS: UM ESTUDO SOBRE  
CAMPOS PSICOLÓGICOS**

Tese de doutorado apresentada como exigência para obtenção do título de Doutor em Psicologia, ao Programa de Pós-Graduação na área de Psicologia como Profissão e Ciência, Pontifícia Universidade Católica de Campinas

Orientadora: Prof(a). Dr(a). Tânia Maria José Aiello-Vaisberg

**PUC-CAMPINAS**

**2008**

Ficha Catalográfica  
Elaborada pelo Sistema de Bibliotecas e  
Informação - SBI - PUC-Campinas

**t153.32 Gonçalves, Marília.**

G635i Imaginário coletivo de professores de ioga brasileiros: um estudo sobre campos psicológicos / Marília Gonçalves. - Campinas: PUC-Campinas, 2008. 103p.

Orientadora: Tânia Maria José Aiello-Vaisberg.  
Tese (doutorado) - Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Centro de Ciências da Vida, Pós-Graduação em Psicologia.  
Inclui bibliografia.

1. Imaginário. 2. Ioga - Estudo e ensino. 3. Psicologia do desenho. 4. Saúde mental. 5. Psicanálise. I. Vaisberg, Tânia Aiello. II. Pontifícia Universidade Católica de Campinas. Centro de Ciências da Vida. Pós-Graduação em Psicologia. III. Título.

22ed. CDD - t153.32

## BANCA EXAMINADORA

Presidente e Orientador Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> \_\_\_\_\_  
Tânia Maria José Aiello-Vaisberg

1º Examinador Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> \_\_\_\_\_  
Vera Engler Cury

2º Examinador Prof. Dr. \_\_\_\_\_  
Antonios Terzis

3º Examinador Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> \_\_\_\_\_  
Andrea de Arruda Botelho

4º Examinador Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> \_\_\_\_\_  
Maria Auxiliadora Motta Barreto

Campinas, 14 de fevereiro de 2008.

Às pessoas que me ajudaram a construir as  
fundações da minha vida:  
Clary Mendes Gonçalves,  
José Gonçalves (*in memoriam*),  
Eloísa Freitas,  
Humberto Freitas e  
Tereza Conceição Pinto.  
Aos irmãos, cúmplices de jornada:  
Renato Gonçalves (*in memoriam*),  
Carlos Alberto José Gonçalves (*in memoriam*) e  
João Bosco Gonçalves.

# AGRADECIMENTOS

À Livre Docente Dr(a). Tânia Maria José Aiello-Vaisberg,  
pelo acolhimento e pela sustentação do meu desenvolvimento científico, pela generosidade em compartilhar comigo o seu conhecimento e, finalmente, pelo estímulo para a conclusão deste trabalho.

Ao Departamento de Psicologia da Universidade Federal de São Carlos,  
pela confiança em meu trabalho.

Ao Departamento de Pós-Graduação em Psicologia da Pontifícia Universidade Católica de Campinas,  
pelo acolhimento da minha proposta.

Ao grupo de pesquisa "Atenção Psicológica Clínica em Instituições: Prevenção e Intervenção" da Pontifícia Universidade Católica de Campinas,  
pela reflexão conjunta incansável ao longo desses anos.

A Mirian Tachibana,  
pela parceria nos momentos de reflexão.

Às professoras doutoras Azair Liane do Canto, Rosemeire Scopinho e Susi Lippi Marques de Oliveira,  
por retirarem as pedras do caminho.

À professora Bernardete Hespanhol,  
pela generosidade em compartilhar comigo seu conhecimento sobre loga.

Aos professores Patrícia Villas Bôas Cuevas, Maria Inêz Stabalito Rodrigues Fonseca, Maria Inês Pignata, Maria Elisabete Burque e Adalberto Barbosa,  
pelo auxílio em diferentes momentos da redação deste trabalho.

A Fernando do Valle,  
pela generosidade, conhecimento e disponibilidade na manutenção da infra-estrutura para a realização deste trabalho.

A Iolanda Cordeiro, Kátia Maria Monteiro Rodrigues de Carvalho, Fanny Kaori Usami, Ariza Maria Aily, Diana Pancini, João Roque F. Cordeiro, Júlio Aquino, Fausto Penalva, Ernesto José Godoy Trondle, Naiah Cassab e Miriam Cassab,  
amigos das horas mais alegres e mais difíceis deste trecho da minha jornada.

Aos parceiros de loga,  
que me ensinaram na convivência.

Um agradecimento especial às professoras Maria, Anita, Raquel e Desirê<sup>1</sup>,  
que viabilizaram a realização deste estudo.

---

<sup>1</sup> Nomes fictícios

“Como gosto de lembrar a meus alunos: no fundo, no fundo, todos os homens são iguais, por isso o que interessa é a superfície...”

Fabio Herrmann (1982).

## RESUMO

GONÇALVES, Marília. *Imaginário coletivo de professores de ioga brasileiros: um estudo sobre campos psicológicos*. Campinas, 2008. 120 f. Tese (Doutorado) – Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Pontifícia Universidade Católica de Campinas. Campinas, 2008.

O presente trabalho teve como objetivo investigar psicanaliticamente o imaginário coletivo de professores de ioga, por meio da identificação de concepções imaginativas sobre equilíbrio psicológico e da captação dos campos psicológicos não conscientes, a partir dos quais emergem. O material clínico foi produzido no contexto de entrevista individual para a abordagem da personalidade coletiva, consolidando-se por meio do uso de dois procedimentos dialógicos: a Narrativa da História de Vida e o Procedimento de Desenhos-Estórias com Tema. Foram criados/encontrados os seguintes campos: fruição, devoção, ascese e infância feliz. O quadro geral permite concluir que os modos particulares pelos quais são forjadas as concepções imaginativas, articulam tentativas de atendimento a necessidades emocionais pessoais, conhecimento das doutrinas orientais e apropriação de idéias psicanalíticas socialmente circulantes.

Termos de indexação: imaginário coletivo, Procedimento de Desenhos-Estórias com Tema, professores de ioga, saúde mental, psicanálise.

# RESUMEN

GONÇALVES, Marilia. El Imaginario colectivo de profesores de Yoga brasileños: un estudio acerca de los campos psicológicos. Campinas, 2008. 120 f. Tesis (Doctorado) – Programa de Post Graduación en Psicología, Pontifícia Universidade Católica de Campinas. Campinas, 2008.

El presente trabajo tuvo como objetivo investigar psicoanalíticamente el imaginario colectivo de profesores de Yoga, a través de la identificación de concepciones imaginativas sobre el equilibrio psicológico y la captación de los campos no conscientes, a partir de los cuales emergen. El material clínico fue producido en el contexto de entrevista individual para el abordaje de la personalidad colectiva, consolidándose por medio del uso de dos procedimientos dialógicos: la Narrativa de historia de Vida y el Procedimiento de Dibujos Historias con Tema. Fueron creados/encontrados los siguientes campos: fruición, devoción, ascesis, niñez feliz. El cuadro general permite concluir que los modos particulares por los cuales son forjadas las concepciones imaginativas, articulan tentativas de atendimento a necesidades emocionales personales, conocimiento de las doctrinas orientales y apropiación de ideas psicoanalíticas socialmente circulantes.

Términos de indexación: imaginario colectivo, Procedimiento de Dibujos Historias con Tema, profesora de yoga, salud mental, psicoanálisis.



# ABSTRACT

GONÇALVES, Marilia. The collective imaginary of Brazilian Yoga teachers: A study of psychological fields Campinas, 2008 120 f. Thesis (Doctoral) in Psychology - Psychology Graduate Program of Pontifícia Universidade Católica de Campinas." Campinas, 2008.

The present study aimed at carrying out a psychoanalytical investigation of the collective imaginary of yoga teachers by identifying their imaginative conceptions of psychological equilibrium and by capturing the non-conscious psychological fields from which they emerge. This research study took place through a differentiated psychoanalytical framework called individualized meetings to approach the social personation and was consolidated with the help of the following dialog mediators: accounts of life stories and the thematic story-drawing procedure. The clinical material produced during these meetings was later analyzed psychoanalytically through the light of the field theory, which led to the identification of imaginative conceptions which articulate in the following non-conscious fields: the field of a happy childhood, the field of fruition, the field of asceticism, and the field of devotion, indicating the particular manners in which the people whom we talked with, forge their conceptions of psychological equilibrium during their training as yoga teachers in the light of their own personal needs and the Eastern doctrines to which they had access.

Index Terms: collective imaginary; Thematic Story-Drawing Procedure, yoga teachers, mental health, psychoanalysis.

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Budas .....	51
Figura 2 – Primeiro desenho-estória de Maria .....	62
Figura 3 – Segundo desenho-estória de Maria .....	63
Figura 4 – Primeiro desenho-estória de Marília para Maria .....	64
Figura 5 – Primeiro desenho-estória de Anita .....	71
Figura 6 – Desenho-estória de Marília para Anita .....	73
Figura 7 – Primeiro desenho-estória de Raquel .....	80
Figura 8 – Primeiro desenho-estória de Marília para Raquel .....	81
Figura 9 – Segundo desenho-estória de Raquel .....	82
Figura 10 – Segundo desenho-estória de Marília para Raquel .....	83
Figura 11 – Primeiro desenho-estória de Desirê .....	90
Figura 12 – Primeiro desenho-estória de Marília para Desirê .....	91
Figura 13 – Segundo desenho-estória de Desirê .....	92
Figura 14 – Segundo desenho-estória de Marília para Desirê .....	93
Figura 15 – Shiva Nataraja .....	95
Figura 16 – Postura de lótus .....	107

## LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AAA	= Associação dos Alcoólatras Anônimos
AC	= Antes de Cristo
AIDS	= Acquired Immune Deficiency Syndrome
CAPES	= Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior
FMU	= Faculdades Metropolitanas Unidas
INPS	= Instituto Nacional de Previdência Social, atual INSS
INSS	= Instituto Nacional de Seguridade Social
MCA	= Medicinas Complementares Alternativas
MT	= Medicina Tradicional
OMS	= Organização Mundial da Saúde
ONG	= Organização Não Governamental
OPAS	= Organização Pan-Americana de Saúde
PUC	= Pontifícia Universidade Católica
SAMDU	= Serviço de Assistência Médica Domiciliar de Urgência
SUS	= Sistema Único de Saúde
TMCA	= Terapêutica da Medicina Complementar e Alternativa
URSS	= União das Repúblicas Socialistas Soviéticas
ZLA	= Zen Center of Los Angeles

# SUMÁRIO

1	APRESENTAÇÃO.....	13
2	O INÍCIO DO CAMINHO.....	16
2.1	Breviário de uma aprendiz.....	17
2.2	Um movimento de integração.....	20
2.3	Promoção de saúde.....	22
2.4	loga.....	23
2.5	A loga no ocidente.....	28
3	NA TRILHA DO MÉTODO.....	37
3.1	Objetivo.....	44
3.2	Estratégias metodológicas.....	44
3.3	Narrativa das Histórias de Vida.....	47
3.4	O Procedimento de Desenhos-Estória com Tema.....	48
3.5	Compreendendo a dramática existencial.....	50
4	NARRATIVAS DAS CONSULTAS INDIVIDUAIS PARA A ABORDAGEM DE PESSOALIDADE COLETIVA.....	51
4.1	Maria.....	52
4.2	Anita.....	65
4.3	Raquel.....	74
4.4	Desirê.....	85
5	CONCEPÇÕES IMAGINATIVAS E CAMPOS PSICOLÓGICOS NÃO CONSCIENTES.....	95
5.1	Concepções imaginativas sobre equilíbrio psicológico.....	96
5.1.1	No início da vida.....	96
5.1.2	Mergulhando no viver.....	97
5.1.3	Em solitude no silêncio.....	97
5.1.4	O uno na diversidade.....	98
5.2	Campos psicológicos não conscientes.....	99
5.2.1	O campo da infância feliz.....	99
5.2.2	O campo da fruição.....	100
5.2.3	O campo da ascese.....	103
5.2.4	O campo da devoção: um encontro com a flor de lótus.....	105
6	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	107
7	APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....	113
8	REFERÊNCIAS.....	116

# 1 APRESENTAÇÃO

---

Na presente pesquisa investigamos as concepções imaginativas de equilíbrio psicológico vigentes num grupo de professores de Hataioga e identificamos, também, os campos psicológicos por meio dos quais se organizam essas concepções. Consideramos que as crenças articuladas em campos não conscientes determinam condutas de agentes de saúde que trabalham com as terapias complementares de saúde, e envolvem procedimentos que visam à melhoria da qualidade de vida das pessoas.

No primeiro capítulo, “O início do caminho”, apresentamos a trajetória profissional e acadêmica da docente/pesquisadora, além de algumas vivências pessoais que consideramos fundamentais na constituição da proposta de pesquisa que se segue. Entendemos que, na pesquisa dos fenômenos humanos, o pesquisador é parte do fenômeno investigado e, assim, torna-se necessário esclarecer, o máximo possível, aspectos fenomênicos individuais envolvidos no delineamento da pesquisa proposta.

No segundo capítulo, ingressamos na “Trilha do método”, em que apresentamos nossa experiência mais relevante na área de pesquisa para o presente estudo, além do interesse pela psicanálise, pela loga e, intuitivamente, pela fenomenologia. Associamo-nos ao grupo de pesquisa “Atenção Psicológica Clínica em Instituições: Prevenção e Intervenção” que, entre outras propostas, dispõe-se à investigação dos modos contemporâneos de atendimento em clínica psicanalítica. E, juntos, criamos/encontramos um método de investigação com base em práticas investigativas já consagradas: a narrativa da história de vida, reveladora da dramática existencial, e o uso dos “Desenhos-Estória com Tema”, facilitadores da expressão de concepções não conscientes que determinam condutas. Posicionamo-nos como pesquisadores que buscam compreender as concepções imaginativas individuais como manifestações simbólicas das coletividades.

Em seguida, apresentamos a narrativa das consultas individuais para a abordagem da personalidade coletiva e dos “Desenhos-Estória com Tema”, produzidos pelos professores de Hataioga. Optamos pela apresentação das partes das narrativas que contribuiriam para o presente estudo, sem, contudo,

expor o material produzido na íntegra, visando proteger a identidade de colaboradores que são entendidos como favorecedores da visibilidade de um sistema de crença presente na coletividade.

Utilizando o material produzido, empenhamo-nos num esforço introspectivo, com o intuito de identificar as concepções imaginativas e os campos psicológicos dos quais emergem as crenças sobre o que seria equilíbrio psicológico, termo que foi utilizado como favorecedor da emergência das crenças em torno da temática saúde emocional.

Em considerações finais refletimos, ainda que rapidamente, sobre o contexto e as condições culturais em que se constituíram as concepções imaginativas de equilíbrio psicológico.

## **2 O INÍCIO DO CAMINHO**

---



## **2.1 Breviário de uma aprendiz**

Minha convivência com o ambiente médico aconteceu desde muito cedo, em razão do convívio com minha mãe, que era enfermeira. Passar, ao menos uma vez por dia, no final do período escolar, pelo ambulatório do antigo Serviço de Assistência Médica Domiciliar de Urgência (SAMDU), mais tarde Instituto Nacional de Previdência Social (INPS) e, atualmente, Serviço Único de Saúde (SUS), fez parte da minha infância. Muitas pessoas, além de serem atendidas por minha mãe nos dias de trabalho e nos plantões, também recorriam a sua ajuda nos finais de semana, para uma injeção ou um curativo que precisava ser refeito. Alguns eram pacientes, outros eram amigos e pacientes. Assim foi na infância, na adolescência e em parte da vida adulta.

Recordo, ainda hoje, filas intermináveis de pessoas buscando senhas para serem atendidas pelo serviço médico. Chegavam ao INPS de madrugada, às duas, três, quatro horas da manhã. Sobre elas, minha mãe dizia:

Setenta por cento dessas pessoas querem ser ouvidas, precisam muito mais de atenção que de remédio, precisam de orientação.

Enfermeiras e médicos empenhavam-se, na medida do possível, em atender às demandas de tratamento, em fazer curativos e dar atenção às necessidades dos pacientes. Escrevendo este trabalho, ouço, hoje, o eco dessas palavras que jamais esquecerei: "... precisam muito mais de atenção... muito mais de orientação...".

O prazer de minha mãe com o exercício profissional era evidente. Chegava em casa exausta, mas realizada e com paciência para brincar e ler uma história antes que meus três irmãos e eu fôssemos dormir.

Havia muitos volumes em casa, desde os de anatomia até os de histórias para crianças, do Monteiro Lobato e dos irmãos Grimm. Além deles, havia exemplares diferenciados, nos quais figuravam letras estranhas. Tratava-se,

como vim a saber mais tarde, do “*Mahabharata*”<sup>2</sup>, um épico da história indiana, que contém o célebre “Bhagavad Gita”, um dos livros no qual ocorre a conhecida conversa entre Arjuna<sup>3</sup>, o grande guerreiro da época, e Krishna, a divindade hindu, que, por escolha própria, havia nascido entre os homens. Arjuna preferira a companhia da divindade ao uso de armas potentes para levar adiante uma disputa pela posse do reino, que se dava entre parentes consangüíneos. Ao entrar no campo de batalha, postando-se entre os contendores, dando-se conta do fato de que haveria de travar uma luta contra os seus, Arjuna entristeceu e viu-se acometido do desejo de abandonar a guerra. Decidiu, então, aconselhar-se com Krishna, com quem manteve um longo diálogo, revelador de uma boa parte dos motivos e das significações vivenciais advindas das tradições culturais indianas, versando sobre a constituição do mundo, do sagrado, da ética, da saúde e da vida.

É claro que, na infância, mal prestei atenção à obra, pois as histórias de Monteiro Lobato, nas quais uma menina chamada Narizinho tinha uma boneca de pano que falava, andava e fazia travessuras, bem como os contos de fadas dos irmãos Grimm eram muito mais interessantes e estimularam-me a ler. Decorre daí, que me considero uma filha de Lobato, que muitas vezes habitou, no imaginário, o Sítio do Pica-Pau Amarelo.

Recordo algumas vivências marcantes do início da adolescência. Lembro-me, muito vivamente, de uma manhã de sol em que brincava num balanço, embaixo de uma parreira, e ouvia os barulhos matutinos na casa de minha tia. O rádio tocava tropicália<sup>4</sup>: “Sobre a cabeça os aviões, sob os meus pés os caminhões, aponta contra os chapadões meu nariz...” Caetano Veloso, Os Novos Baianos e os ares da contracultura impregnavam o ambiente social. Em minha memória, vivi, naquele instante, uma forte experiência de sentido e de

---

<sup>2</sup> Atribui-se a autoria do “*Mahabharata*” a Krshina Dvapayana Vyasa, figura mítica, de cuja existência não há provas, a não ser a própria obra, supostamente escrita no período védico, no século VI AC.

<sup>3</sup> Arjuna, o guerreiro, representa a alma confusa sobre como manter-se íntegro diante da destruição de seres humanos, sem deixar de ser um deles. Então, Senhor Krishna, passa a instruí-lo sobre a natureza e função do homem na cosmogonia, por meio da filosofia indiana.

<sup>4</sup> Tropicália, música composta por Caetano Veloso em 1967, é uma obra artística lembrada como representante da contracultura (COELHO, 2002)

consciência da minha existência. Mais tarde, outros momentos nos quais experimentaria essa mesma consciência aconteceriam. Eles se relacionavam, a meu ver, com os fundamentos de minha subjetividade encarnada e da escolha profissional que vim a fazer. Nos anos de 1970, o Brasil passava por profundas transformações políticas, sociais e artísticas. O movimento da contracultura surgia nos Estados Unidos e atingia todo o mundo ocidental.

Ingressei no ensino médio na época em que estudar em colégios técnicos se tornara moda. Cursei edificações e, no trabalho de final de curso, um dos meus professores chamou-me a atenção: “Marília, você fala mais das pessoas e das suas relações que da obra de edificação, que é o objetivo do nosso curso”. Então soube que o verdadeiro foco do meu interesse eram as pessoas e os relacionamentos interpessoais. Não teria sido surpreendente se me tivesse tornado enfermeira, considerando a proximidade com o ofício materno. Entretanto, mantendo-me fiel ao ensinamento de minha mãe, de que as necessidades emocionais e existenciais eram as verdadeiramente fundamentais, resolvi, no início da vida adulta, graduar-me em Psicologia. Se no momento mesmo da escolha não havia muita clareza de motivos, vejo hoje que a decisão se harmoniza muito bem com a minha história.

Mantive encontros importantes com uma literatura mística, enquanto vivia os anos de 1970 sob os efeitos subliminares da ditadura militar brasileira e da contracultura. É difícil precisar que caminhos foram efetivamente trilhados no processo de constituição subjetiva, mas o fato é que me abri para uma busca constante de compreensão dos sentidos vividos.

Durante a graduação, senti atração significativa pela perspectiva psicanalítica, que era a vertente psicológica que me parecia melhor traduzir a complexidade dos sentidos da vida humana, então concebidos como essencialmente vinculados à idéia de uma interioridade produtiva. No presente continuo vendo, na psicanálise, uma grande fecundidade heurística, que deriva do fato de permitir a compreensão acerca dos sentidos dramáticos e emocionais do viver. Entretanto, a consideração da mente como ocorrência intrapsíquica, descolada das condições concretas de existência, advinda da metapsicologia, veio a ser, posteriormente, substituída por uma compreensão de psique como

fenômeno inter-humano de produção de sentido. Tal modificação, fortalecida com frequência pelo texto de Bleger (1983), coaduna-se com uma concepção dialética de interdependência dos fenômenos, segundo uma visão do ser em rede ecológica.

Alguns anos mais tarde, já graduada em Psicologia, tive a oportunidade de realizar a leitura do “Bhagavad Gita” (III AC /1998), o que descortinou uma vivência similar a da minha infância, mas mais intensa, através da qual, comungando com a cosmogonia indiana, percebi que não apenas existo, mas que minha existência, como a de todos, tem um significado maior. O pensamento indiano soava-me familiar e permitia que me sentisse emocionalmente íntegra e encarnada em um corpo sede de múltiplos sentidos.

Mais tarde, no final da década de 1990, iniciei exercícios para atingir o estado meditativo, travando conhecimento inicial com práticas tais como: a Vipássana, a Hataioga, o Zazen e a Rajaioga. Participei, desse modo, de vivências culturais que se apresentavam às pessoas como possibilidades ricas de subjetivação. Atualmente, sou aprendiz de Hataioga, prática que se tem revelado mais produtiva na busca do silêncio interior.

A experiência de uma vida enriquecida por uma formação pessoal, na qual se integram conhecimentos oriundos dessas diferentes fontes, proporciona-me a convicção da impossibilidade da posição neutra do pesquisador diante dos fenômenos inter-humanos, sendo ele mesmo uma parte essencial do próprio acontecer. Todo trabalho científico traz as marcas dos modos de subjetivação do pesquisador. De acordo com essa postura, apresento-me como pesquisadora-aprendiz, que desenvolve seu próprio percurso como profissional e cientista, buscando constante diálogo com diferentes saberes.

## ***2.2 Um movimento de integração***

Nesses 20 anos de vivência profissional, segui praticando a Psicologia com base em um referencial psicanalítico, que considero o mais fecundo, quando a intenção é abordar os sentidos emocionais das condutas humanas. Busquei

também, pela prática da loga e pelo estudo da filosofia indiana, equilíbrio psicológico e amadurecimento pessoal. O doutorado surgiu como oportunidade de fortalecer movimentos que, de fato, vêm sendo esboçados há muitos anos, com o objetivo, agora consciente, de integração da psicóloga clínica, da pesquisadora<sup>5</sup> e da docente<sup>6</sup>, com a praticante da loga. Ao que tudo indica, o fortalecimento desse elo está estreitamente vinculado ao fato de ter encontrado, na Pontifícia Universidade Católica de Campinas, um ambiente de pesquisa em que o uso do método psicanalítico depende de uma postura fenomenológica, o que permitiu um verdadeiro redimensionamento da reflexão sobre a psicanálise, na linha da crítica ao mecanicismo metapsicológico<sup>7</sup>. Essa postura engloba um conhecimento substancial, advindo da convivência com a psicanálise contemporânea, fundamentada, principalmente, no *corpus* criado por Donald W. Winnicott (1896/1971) e nas formulações teórico-metodológicas de José Bleger (1923/1972), que nos têm provido para atingir as transformações desejadas, ainda em curso.

Entendendo que o conhecimento dessa clínica deve ser tão dinâmico como é o próprio desenvolvimento psicológico, então, partimos daí para a aventura do conhecimento, na busca de apreender e de sustentar-nos em uma concepção transformadora do fenômeno inter-humano. O interesse mais sistematizado pela meditação, mais especificamente pelas concepções de equilíbrio, saúde e sofrimento emocional de praticantes de Hataioga, surgiu há alguns anos, em virtude da prática pessoal na loga e da constatação da crescente penetração, por essas práticas, na área da saúde e da psicologia preventiva. Além disso, observamos, em uma parcela significativa da população, um temor persistente, relativo ao atendimento psicológico, em especial às intervenções preconizadas pela metapsicanálise, muito provavelmente herdado dos

---

<sup>5</sup> O presente doutorado deriva de pesquisa desenvolvida no Grupo de Pesquisa “Atenção Psicológica Clínica em Instituições: Prevenção e Intervenção” da Pontifícia Universidade Católica de Campinas, liderado pela Dr<sup>a</sup>. Tânia Maria Jose Aiello-Vaisberg e pela Dr<sup>a</sup> Vera Engler Cury.

<sup>6</sup> Sou docente do Departamento de Psicologia da Universidade Federal de São Carlos, responsável por disciplinas que se reúnem em torno do eixo saúde e diagnóstico psicológico.

<sup>7</sup> Considera-se que a leitura psicanalítica da metapsicologia, na medida em que homogeneiza os constituintes ideofetivos em modelos pré-estabelecidos na psicanálise freudiana clássica, afasta-se de um método elaborado por meio da vivência clínica concreta, mediada por experiências dramáticas de pessoas reais (BLEGER, 1983)

preconceitos que envolvem o universo do conhecimento popular sobre os transtornos mentais<sup>8</sup>. Em contrapartida, estudos apontam para uma crescente busca pelas terapias complementares para o tratamento e a manutenção do bem-estar físico e emocional. Com base em nossa vivência, consideramos que a colaboração entre essas duas áreas de conhecimento, loga e Psicanálise, poderá promover um refinamento da atenção em saúde oferecida por ambas. Enfatizamos a importância de utilizarmos o conceito de equilíbrio psicológico<sup>9</sup>, ou mesmo de saúde afetivo-emocional, para nos distanciarmos claramente do imaginário veiculado pela crença de que todo sofrimento psicológico está ligado a uma doença mental, advinda de falhas no funcionamento orgânico, que, transmitido por meio de herança genética, configuraria condição dificilmente modificável. Assim, a partir do desejo de enriquecimento recíproco entre os dois domínios do conhecimento, a psicanálise e a loga, decidimos abordar o imaginário<sup>10</sup> de professores de loga no âmbito do equilíbrio psicológico, que é um tema fundamental no campo da Psicologia da Saúde.

### **2.3 Promoção de saúde**

A Conferência Internacional Sobre Cuidados Primários de Saúde, que aconteceu em Alma-Ata, União das Repúblicas Socialistas Soviéticas (URSS), em setembro de 1978, foi um marco importante na história da política de promoção de saúde (OPAS, 1978). Um dos resultados desse encontro foi a Declaração de Alma-Ata, documento que fornece as primeiras diretrizes internacionais para ações no nível primário da saúde. Nessa conferência ficou definido que:

[...] a saúde – estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não simplesmente a ausência de doença ou enfermidade – é um direito humano fundamental, e que a consecução do mais alto nível de saúde é a meta social mundial, cuja realização requer

---

<sup>8</sup> AIELLO-VAISBERG (1999) apresenta parte de um rico universo de produção imaginária, onde reflete sobre a existência de um temor não consciente da loucura, que promove condutas de afastamento e rejeição ao atendimento psicológico.

<sup>9</sup> Utilizaremos, neste trabalho, as expressões: saúde afetivo-emocional e saúde psicológica como sinônimas de equilíbrio psicológico.

<sup>10</sup> Definimos imaginário coletivo como o conjunto de complexos ideoafetivos que integram vários sistemas de regras não-conscientes e que determinam condutas individuais e coletivas (AIELLO-VAISBERG, 2006).

a ação de muitos outros setores sociais e econômicos, além do setor de saúde. (OPAS, 1978, p.1)

A decisão da comunidade internacional aponta para a importância da atenção e da prevenção na área da saúde e da prevenção de doenças num âmbito global, o que também inclui a saúde psicológica. A política da OPAS consiste em estimular, em nível primário, iniciativas para a constituição de um *corpus* de conhecimentos sobre ações preventivas que respeitem as diferenças regionais. Além disso, incentiva a interlocução entre os atores sociais interessados em desenvolver experiências na esfera da promoção da saúde, destacando a importância do papel dos agentes informais de saúde na comunidade. Considerando tais diretrizes, buscamos desenvolver uma pesquisa que identificasse as concepções de equilíbrio psicológico em um tipo específico de agente informal de saúde – os professores de Hataioga – por meio do método psicanalítico, buscando investigar e compreender alguns dos campos psicológicos<sup>11</sup> envolvidos nessas concepções.

## **2.4 Ioga**

Para investigarmos o imaginário de equilíbrio psicológico em um grupo de professores de ioga que utilizam a prática da hataioga para a promoção e manutenção da saúde, de si mesmo e de seus alunos, consideramos importante contextualizar minimamente as concepções de saúde e as condutas em prol desta, presentes na literatura corrente entre os adeptos dessa prática.

A proposta de estrutura e dinâmica da mente presente na ioga considera dois aspectos do funcionamento mental: um funcionamento consciente muito restrito e um amplo funcionamento inconsciente. O consciente, considerado a

---

<sup>11</sup> O Campo Psicológico constitui-se de um sistema de regras não-conscientes que organizam e determinam as relações nas experiências vividas. (HERRMANN, 2004).

função mental menos predominante, possui como qualidades: instabilidade, movimento, turbilhão, idéias, modificação, turbulência. (ELIADE, 2001)

No nível do subconsciente, estão interligados conjuntos de crenças em constante movimento, tendendo à realização que provocam no homem comum reações, comportamentos. Essas crenças são produtos da interpretação de vivências, no transcurso dessa vida e, quando ativadas por alguma vivência atual promovem lembranças que produzem agitação nos processos do pensamento que, por sua vez, se manifestam por meio das emoções: os medos, a ansiedade, a angústia, a raiva. Assim gerando, também, comportamentos condicionados por tais vivências, automatismos que muitas vezes dominam a personalidade da pessoa identificada com estas experiências.

Num nível do inconsciente mais profundo encontramos crenças de origem geracional, memórias de um povo, uma nação ou ainda de vidas passadas. A ioga integra em seus conhecimentos o conceito de transmigração, isto é, de reencarnação. A encarnação humana é considerada uma dádiva que permite que o homem possa reconhecer a sua natureza divina, atingindo o estado meditativo (samadhi).

O objetivo da ioga é, através das suas práticas, viabilizar a consciência da natureza divina a partir da qual o homem se reconhece como parte interdependente do cosmos, como uma célula desse espírito (Atman) que a tudo permeia. A ausência dessa compreensão desencadeia as cinco dores, as cinco fontes da miséria existencial (Kleshas): 1) a ignorância do divino em si; 2) um funcionamento regido por satisfações imediatas dos desejos; 3) a valorização das paixões; 4) a aversão a tudo o que provoca desprazer ou frustração; 5) o apego à vida.

A ioga, então, oferece um caminho para a construção da paz pessoal necessária para o encontro com a natureza numinosa em cada pessoa e, para tanto, dispõe de uma tecnologia complexa que busca propiciar estado de equilíbrio ao corpo físico, emocional, mental e espiritual. (ELIADE, 2001)



O aporte técnico da ioga indica uma seqüência integrada de práticas na vida diária do iogue. Essa seqüência deve corresponder a um caminho evolutivo que propõe a harmonização das funções corporais, emocionais, mentais e espirituais. A hataioga é o primeiro passo na vida da pessoa que decidiu seguir o caminho de transformação pessoal através dessa técnica. Assim, inicia com o processo de harmonização das funções corporais, mentais e espirituais, orientando a alimentação, a respiração, posturas corporais, mentais e afetivo-emocionais. A harmonização tem como objetivo auxiliar o iogue a ir, paulatinamente, dissipando os condicionamentos aos quais esteja submetido.

Os condicionamentos são tendências que podem ser: positivas harmoniosas de leveza e bondade ou tendências para a irritabilidade, ou ainda ser tendências que levam à inércia e à obscuridade mental, ignorância.

Os diversos condicionamentos tendem a se reunir formando núcleos da personalidade e nessa reunião fortalecem suas qualidades. Quando o iogue consegue dissipar alguns desses núcleos, outros passam a predominar. Essa dinâmica mental, este estado de contínua agitação da mente, impede a pessoa de saber quem ela é e, pela ignorância da sua natureza, o ser numinoso está em constante sofrimento.

Para a ioga, cinco são as principais causas do sofrimento e da dor:

- 1) O homem ignora sua própria natureza numinosa;
- 2) Desse modo, passa a se identificar com a matéria: (estados mentais, estados físicos, etc.);
- 3) A identificação promove o apego (a pessoa é o que vê e o que sente);
- 4) O apego gera o seu oposto, a aversão a tudo com o que não se identifica;
- 5) O apego e a aversão geram um desejo desmedido de viver, a necessidade da continuidade da experiência de ser aquilo que não se é (valores e apegos mentais).

O sofrimento pode vir a promover o desejo de mudança e o esforço para não sofrer e, desse modo, a pessoa dirige-se na busca da prática da meditação. (ELIADE, 2001)

A hataioga faz parte de um dos primeiros passos desse sistema de conhecimento, de prática, e busca o estado de equilíbrio físico e emocional.

Inicialmente faz-se necessária uma postura ética diante da vida, que consiste na atitude de nunca dar sustento à violência, o cultivo da verdade, da generosidade, e finalmente da abstinência sexual.

Ao mesmo tempo o iogue, por meio da hataioga, deve colocar em prática a transformação do estado orgânico-corporal destituído de saúde, para um corpo leve e saudável, por meio de disciplinas, da alimentação, de posturas que visam à descoberta do equilíbrio, leveza e força corporal (ássanas), de exercícios respiratórios (pranaiamas) e outros métodos de eliminação de toxinas físicas, emocionais e mentais.

Para a ioga os estados mentais e emocionais estão intrinsecamente ligados aos estados orgânicos, sendo impossível separá-los quando se busca equilíbrio e saúde. Para fim de compreensão, definem-se oito etapas para o seu aprendizado:

1. Iama (princípios morais universais, a ética);
2. Niama (princípios de autopurificação);
3. Ássanas (posturas psicofísicas);
4. Pranaiama (controle rítmico da respiração);
5. Pratihara (retenção dos sentidos);
6. Dharana (concentração);
7. Dhiana (meditação);
8. Samadhi (união do corpo, mente e alma com Deus). (ELIADE, 2001)

A ética (Iama) corresponde à dissolução dos desejos de matar, roubar, por meio da contemplação dos movimentos emocionais desses desejos, sem

juízo ou culpa. A atitude contemplativa levará à compreensão da natureza transitória desses desejos e à desidentificação com os mesmos. O iogue não responde aos impulsos provocados pelo desejo, por meio de comportamentos e reações. Ele apenas observa os movimentos do desejo, que se apresenta de muitos modos, com o objetivo de conhecer na práxis a natureza transitória dos mesmos e do funcionamento mental.

As práticas psicofisiológicas, (Niyamas) princípios de auto-purificação, tratam de diversas técnicas de limpeza do corpo: através da limpeza do estômago, dos olhos, do nariz, entre outros.

Através das posturas corporais (asanas) se busca promover saúde física, já que essas posturas alteram funções corporais, como, por exemplo, a digestão, ou o alongamento de grupos musculares. Além disso, estas posturas visam a busca dos pontos de equilíbrio do corpo nos mais diferentes movimentos que este venha a assumir.

Os exercícios respiratórios (pranaiamas) para o domínio do fluxo respiratório têm a função de revigorar o sistema circulatório e, por consequência, o sistema nervoso, o rendimento intelectual e as faculdades mentais.

Quanto à contemplação (pratyahara), é a atitude de seleção das impressões às quais o iogue está exposto. Desse modo, o iogue mantém o domínio sobre as emoções e pensamentos para a manutenção dos processos mentais no momento presente, nem no passado, nem no futuro, mantendo-se no agora. Este treino leva a capacidade de concentração num só ponto (dharana), um passo importante, para atingir o estado meditativo, o silêncio interior. É no silêncio interior, no intervalo entre um pensamento e outro, que o iogue atinge a iluminação, a compreensão da unidade com o cosmos e da inter-relação de tudo que existe. Essa percepção está livre das interpretações promovidas por condicionamentos provocados por complexos de memória desatualizados.

Característica fundamental desse sistema é que não existe separação entre a psicofisiologia, a saúde emocional e física e os objetivos espirituais. A

cada passo conquistado o iogue vai experimentando um bem estar físico e mental cada vez mais abrangente e constante. (ELIADE, 2001)

A partir desse conjunto de regras os iogues brasileiros criam/encontram, a organização de um conhecimento, de uma cultura, que se desenvolveu em condições diferentes daquela que o Brasil se encontra hoje.

## **2.5 A Ioga no ocidente**

Consideraremos, inicialmente, a posição atual da Organização Mundial da Saúde (OMS) e da Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS) sobre as terapias complementares para, em seguida, fazermos uma breve explanação sobre a Hataioga, com o intuito de clarear minimamente a concepção da Ioga com a qual trabalharemos. Contextualizaremos, também, a emergência de grupos ligados às práticas meditativas, sem, contudo, fazermos uma apresentação ou análise histórica desses movimentos, tendo em vista a existência de especialistas apropriadamente instrumentalizados para a realização dessa tarefa.

Existe um crescente interesse das ciências da saúde e das ciências humanas em torno das terapias complementares<sup>12</sup>, que focaliza sua eficácia e aplicabilidade como instrumento auxiliar, tanto no tratamento, como na prevenção de transtornos físicos e psicológicos.

Uma vez que a medicina alopática mantém uma posição hegemônica no mundo ocidental, a expressão medicina alternativa, que mantém um sentido veladamente pejorativo, tem sido usada para referir abordagens tradicionais. Entretanto, para evitar equívocos e preconceitos, a Organização Mundial da Saúde (OMS) redefiniu esse conceito em 2002. O termo Medicina Tradicional (MT) passou a abranger todas as práticas tradicionais, sejam elas: a Medicina

---

<sup>12</sup> As terapias complementares integram um grupo amplo de práticas de saúde, pertencentes às mais diversas medicinas tradicionais: a Ocidental, a Tradicional Chinesa, a Ayurveda hindu, a Unani árabe e as diversas formas de medicinas indígenas. São assim denominadas, terapias complementares, quando utilizadas em regiões distintas de sua origem. (OMS, 2002-2005).

Ayurvédica<sup>13</sup> (indiana), a Medicina Unnai (árabe), a Medicina chinesa e a Medicina Alopática Ocidental. Desse modo, reconhece como referência de tradição em saúde algumas práticas que, mesmo não sendo conhecidas em determinadas regiões, fazem parte do conhecimento tradicional da humanidade, entre as quais está incluída a meditação. Nos países em que algumas dessas MTs não forem reconhecidas pelo poder público vigente, a OMS recomenda a denominação Medicinas Complementares ou Medicinas Complementares Alternativas (MCA).

A Hataioga é uma prática meditativa, de saúde, advinda dos conhecimentos do *Ayurveda* e, desse modo, pode ser considerada, no Brasil, como Terapêutica da Medicina Complementar Alternativa (TMCA). A Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS) sugere que a qualidade e a quantidade dos estudos sobre as medicinas tradicionais, segundo os critérios quantitativos e qualitativos, ainda não é suficiente para respaldar seu uso em âmbito mundial. Desse modo, aponta um indicativo de áreas prioritárias para investigação nos próximos anos:

1-Efeitos de cada uma das terapias individuais: eficácia, segurança e custo-benefício;

2-Estudo dos mecanismos de ação das terapias individuais, incluindo padrões de resposta ao tratamento;

3-Estudo da natureza da MT/MCA, incluindo a investigação das motivações sociais para a busca de uma MT/MCA;

4-Estudo de novas estratégias de investigação que sejam sensíveis aos paradigmas das MTs/MCAs;

5-Estudo da eficácia dos métodos diagnósticos utilizados;

---

<sup>13</sup> O Yajur Veda um dos quatro religiosos do Hinduísmo e se constitui na base de um extenso sistema de escrituras sagradas do hinduísmo á a fonte dos conhecimentos da Medicina Ayurvédica.

6-Estudo da implantação das MTs/MCAs e seus efeitos em instalações sanitárias específicas. (OMS, 2002-2005).

No ocidente, os conhecimentos da medicina e da psicologia vêm sendo tratados, ainda, como pertencentes a duas áreas totalmente separadas. No conjunto dos conhecimentos do *Ayurveda*, a atenção à saúde física, emocional e espiritual é indissociável. Entretanto, como herdeira da cultura ocidental, e em virtude da nossa formação, utilizaremos em nossa pesquisa, como recurso metodológico, um enfoque na esfera da psicologia.

Consideramos que esta proposta, uma investigação psicanalítica do imaginário coletivo, sobre equilíbrio psicológico entre professores de Hataioga, possa vir a colaborar com o esforço científico para compor um conjunto de conhecimento no campo de investigação das Medicinas Complementares Alternativas.

O termo Hataioga designa um conjunto de regras e métodos tradicionais por meio dos quais se busca o domínio do corpo e de suas funções. É uma técnica complexa, mas básica, do conhecimento do *Ayurveda*, tendo em vista tratar-se de medicina que não se separou do conhecimento filosófico-religioso. Tem como objetivo a preparação da iogue para o estado meditativo por meio da eliminação de toxinas produzidas por pensamentos, sentimentos, hábitos alimentares e atividades. A eliminação das toxinas faz-se, principalmente, por intermédio de exercícios respiratórios, associados a posturas corporais. Essas limpezas visam à dissolução de bloqueios físicos e emocionais que impedem a prática do silêncio mental<sup>14</sup>. Segundo o *Ayurveda*, a ausência de obstruções promovidas pelas toxinas, as posturas corporais (ásanas) e os exercícios respiratórios (pranaiamas) permitem a vivência integral do momento presente.

Desse modo, o exercício da Hataioga distingue-se das práticas físicas ocidentais, uma vez que seu objetivo final é facilitar a meditação, enquanto que a

---

<sup>14</sup> O silêncio mental refere-se a um estado de contemplação das experiências senso-perceptivas. A atitude contemplativa deve, aqui, vir destituída de reações. O julgamento das experiências é colocado em suspensão até que cesse a existência dele. Essa atitude tem como objetivo a busca do conhecimento sobre o funcionamento dos processos mentais e sobre os movimentos psíquicos das identificações com pessoas, objetos, valores, lugares e acontecimentos da vida. (ELIADE, 1954/2001)

atividade física no ocidente visa o cultivo de desempenho físico para efeitos de competição ou mesmo de adequação a padrões estéticos pré-estabelecidos (ELIADE, 1954/2001). Essa modalidade da loga tem sido amplamente utilizada e relativamente estudada como técnica auxiliar na medicina ocidental, sendo também indicada como coadjuvante no tratamento e na prevenção de transtornos mentais (GOONERATNE, 2007; SHARMA, 2007; BOOTH-LAFORCE, 2007; SMITH, 2006; COWEN, 2006; PILKINGTON, 2005; COWEN, 2004; SCHENEIDER, 2002).

O primeiro passo para a prática de qualquer tipo de loga (Hata, Raja, Jnana, etc.) é a vivência de uma conduta ética. O discípulo deve almejar o domínio dos desejos de matar, roubar, mentir e praticar sexo. Essas são preliminares inevitáveis, porque a proposta da meditação tem origem em correntes de conhecimento vinculadas a fundamentos filosófico-religiosos.

Para a loga, eximir-se de matar significa não causar dor a nenhum ser, jamais e por nenhum meio. A veracidade consiste na consonância entre a palavra, os pensamentos e os atos. A palavra e o pensamento devem corresponder ao que se viu, ouviu ou deduziu. A finalidade de pronunciar a palavra é comunicar o conhecimento vivido. A palavra deve ser esclarecedora, clara para cumprir sua função, que é trazer conhecimento. A palavra não deve ser enganosa, confusa, estéril nem causar prejuízo às pessoas. Para a loga, o domínio dos desejos conduz a uma atitude ética<sup>15</sup>, que confere força mental e espiritual. O domínio do desejo sexual, a última habilidade a ser atingida nesse nível de disciplina, pode evitar que a força que daí decorre seja consumida, diminuindo a capacidade de concentração do praticante.

Recomenda a loga que os impulsos não sejam reprimidos, tendo em vista que se tornariam complexos ideofetivos promotores de fixação inconsciente. Além disso, considera que a sublimação, tal como ocorre entre os místicos que buscam a transcendência por meio da devoção – a Bhakti loga, a da

---

<sup>15</sup> As atitudes éticas na Ioga são chamadas Yamas e Niyamas. Yama designa uma atitude de refreamento dos desejos, que não coincide com a repressão, mas com a inação e a contemplação diante da vivência do desejo. Niyamas são as disciplinas da verdade, do não roubar, do domínio do desejo sexual e da avareza.

devoção aos deuses e ao desapego dos resultados de qualquer ação<sup>16</sup> – não promove o silêncio mental. Entende que a atitude contemplativa dos desejos promove um conhecimento profundo com base na experiência, o que amplia a capacidade autodomínio. O iogue que atingiu esse estágio pode brincar com essas manifestações, como o faz o ator ao encarnar um personagem no teatro, sem com ele se confundir. O aprendizado para atingir o estado meditativo é um processo em que o domínio dos desejos de mentir, de roubar, de matar e sexual não ocorrem de imediato (ELIADE 1954/2001).

O Brasil tem sido, historicamente, um campo de articulação das mais variadas culturas. Aportaram aqui portugueses, africanos, espanhóis, italianos, japoneses, entre outros. Desse encontro tem resultado uma influência intercultural nos hábitos e costumes e uma certa disposição para novas experiências culturais.

Em “Casa Grande e Senzala”, Gilberto Freire (1933/2006) ilustra muito bem a assimilação dos hábitos, na alimentação, na linguagem e em outros âmbitos do universo existencial do brasileiro, em decorrência da inter-relação entre os diversos grupos étnicos que migraram para o país, ao longo da história do país. Essa interpenetração desenvolveu-se em meio a diversas formas de enfrentamento social que vêm ocorrendo, continuamente. Entre as inúmeras influências, na constituição dos modos de vida no Brasil, escolhemos pensar sobre aquela das práticas meditativas, a yoga, não só em decorrência da nossa formação, mas também de sua importância psicossocial no domínio dos conhecimentos e práticas de saúde, importante área de investigação, ensino e intervenção.

A importância das práticas meditativas, religiosas e outras atividades consideradas curativas e interpretativas, no contexto do fenômeno cultural denominado “Nova Era” vem sendo investigada pela antropologia urbana. Num desses estudos MAGNANI (1999) encontrou na cidade de São Paulo – nos bairros Vila Mariana, Pinheiros, Jardins, Perdizes, Moema e Campo Belo – uma região onde predominam ambientes considerados esotéricos, entre os quais se encontram os grupos de meditação.

---

<sup>16</sup> São considerados praticantes da Bhakti Ioga os ascetas: Shivaístas, Vishnuístas, Brahmanistas, entre outros.



Nesses espaços, são utilizadas diversas fontes de informações sobre religiões e sobre ciências das religiões, para compor um esoterismo ampliado. Configura-se, desse modo, um universo cultural que vem tomando grandes proporções e no qual se incluem as mais diversas instituições, associações, núcleos, centros e lojas dedicadas às práticas esotéricas e atividades meditativas. Nesse complexo cultural, estão inseridas desde instituições mais antigas, como a Ordem dos Templários, a Ordem Rosacruz e os teosofistas<sup>17</sup>, estudiosos da obra de Helena Petrovna Blavatsky.

Em alguns grupos mais recentes, há uma mistura das regras de diferentes abordagens teosóficas e de conhecimentos advindos da ciência ocidental. Nesse universo, caracterizado pela diversidade de costumes, encontram-se os núcleos dedicados à prática da loga. O fenômeno denominado “Nova Era” marcou a confluência das já atuantes organizações espiritualistas e de grupos ligados a contracultura, incentivando novas experiências que influenciaram a moda, roupas, a política, a expressão artística e outros recursos de objetivação do imaginário social. (MAGNANI, 1999)

Num levantamento de espaços que se instalam em páginas virtuais da *web*, encontramos uma página<sup>18</sup> que congrega 750 professores de loga cadastrados e distribuídos pelos mais diversos estados, com exceção de Acre, Roraima e Paraíba, que não contam, ainda, com professores praticantes de meditação. Verificamos, também, a existência de 198 páginas<sup>19</sup> das mais diversas linhas do budismo (*Theravada, Mahayana, Vajrayana*), que, em sua maioria, apresentam núcleos de meditação da comunidade budista. Além disso,

---

<sup>17</sup> Teosofia designa sabedoria divina. O termo tem sido utilizado para referir movimentos místicos, bem como conjuntos de doutrinas religiosas de caráter sincrético, místico, acrescidas eventualmente de reflexões filosóficas, que buscam o conhecimento da divindade e, assim, a elevação espiritual. Dentre estas várias doutrinas, destaca-se a doutrina espiritualista fundada no século XIX por Helena Blavatsky (1831-1891), ligada à tradição ocultista e às religiões orientais (HOUAISS, 2001).

<sup>18</sup> <[www.iogamala.com.br](http://www.iogamala.com.br)>. Acesso em: 20/10/2007.

<sup>19</sup> <[www.dharmanet.com.br](http://www.dharmanet.com.br)>. Acesso em: 20/10/2007.

encontramos cursos superiores no Templo Zu Lai<sup>20</sup> e na Universidade de Ioga, Unloga.

Apresentamos, aqui, parte da extensão desse universo cultural, que vem tomando corpo em praticamente todo o Brasil. Essa rápida delimitação do tema denota a existência de uma organização de grupos que procuram constituir novos campos intersubjetivos, na busca de sentidos para o viver (MAGNANI, 1999).

Tivemos a oportunidade de realizar uma entrevista com a primeira monja zen budista brasileira a Monja Coen<sup>21</sup>, durante a qual pudemos abordar a questão da interpenetração das culturas e da nova onda de consumo dos produtos da cultura oriental no Brasil. Nessa ocasião, ela considerou que, a seu ver, esse consumo pode estar parcialmente apoiado na necessidade de uma renovação de desgastados símbolos da nossa cultura, que sofreram uma decadência de sentidos graças a um uso indiscriminado e profano.

Os estudos científicos desenvolvidos no Brasil sobre meditação, que incluem uma interface com a Psicologia e suas práticas, estão se constituindo num campo de pesquisa recente. Em levantamento na Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior, CAPES<sup>22</sup>, encontramos 13 dissertações que continham a palavra Ioga como assunto. O primeiro trabalho, que envolve mais especificamente Psicologia Transpessoal e Ioga, data de 1998 e trata da conceituação do caminho para a iluminação entre diversos autores da

---

<sup>20</sup> O templo Zu Lai recebeu Sua Santidade, o Dalai Lama, no dia 27 de abril de 2006, com o apoio do Governo do Estado de São Paulo e com a participação de um grupo de pesquisadoras da Universidade Federal de São Paulo, com quem Sua Santidade tem um relacionamento de colaboração em pesquisas em torno dos processos da mente. (OFFICE OF H.H. THE DALAI LAMA, 2005-2008).

<sup>21</sup> Monja Coen Sensei é missionária oficial da tradição Soto Shu - Zen Budismo, com sede no Japão. Formou-se em comunicação no Brasil e tinha uma carreira promissora na área quando decidiu mudar a direção de seus estudos. Atualmente é a Primaz Fundadora da Comunidade Zen Budista, criada em 2001, com sede no bairro Pacaembu, em São Paulo. Iniciou seus estudos budistas no Zen Center of Los Angeles - ZCLA. Foi ordenada monja em 1983, mesmo ano em que foi para o Japão, onde permaneceu por 12 anos, sendo que os oito primeiros anos residiu no Convento Zen Budista de Nagoia, Aichi Senmon Nisodo e Tokubetsu Nisodo. Hoje é uma personalidade com importante atuação nos grupos inter-religiosos que promovem ações efetivas pela promoção da paz no Brasil. Realizamos uma entrevista com a Monja Coen em 2003, na qual conversamos sobre a crescente procura da meditação como técnica terapêutica. A comunidade sob sua orientação comunica-se por intermédio da página na web <<http://www.monjacoen.com.br/>>. Acesso em: 10/11/2007.

<sup>22</sup> Esse levantamento foi realizado no banco de dissertações e teses, em 23 de dezembro de 2007.

área, comparando-os com o mais importante documento da tradição indiana, o “*Iogasutra*”<sup>23</sup> (PINTO, 1998).

Alguns estudos vêm sendo desenvolvidos, no Brasil, num campo que estabelece uma interface entre a área da saúde e a as práticas meditativas<sup>24</sup> (MARCUCCI, 2000; SALES, 2006; KOSAKA 2002).

Vale observar que encontramos, também, no acervo de dissertações de mestrado em Lingüística da Universidade de São Paulo (USP), um trabalho de tradução comentada, do sânscrito para o português, do “*Iogasutra*” (GULMINI, 2002).

A Sociologia e a Antropologia são as ciências que vêm, tradicionalmente, refletindo sobre essa temática, bem antes da Psicologia. Entretanto, Jung (1940/1990) começou a se interessar pelo complexo fenômeno cultural das práticas meditativas, no início do século XX, abordando o funcionamento psicoemocional decorrente de um sistema complexo de conhecimento que envolve Filosofia, Medicina, Psicologia e Prática Religiosa. Pensando sobre uma proposta de Ioga para o ocidente, o autor demonstrou uma forte convicção na impossibilidade de o homem ocidental vivenciar os benefícios da meditação oriental, em virtude das diferenças culturais que caracterizam os dois continentes.

No Brasil contemporâneo, essas duas culturas vêm se aproximando paulatinamente, seja pela imigração de tibetanos, indianos, seja pela facilidade de deslocamento, das pessoas interessadas nas práticas meditativas, aos países do eixo oriental. Concordamos com Jung (1940/1990) sobre as dificuldades de interlocução entre duas culturas tão distintas, entretanto, superando tais

---

<sup>23</sup> “*Iogasutra*”, obra da cultura hindu que data, aproximadamente, do século II AC e que se compõe de 194 enunciados concisos, ou sutras, que reúnem os principais aspectos do sistema da Ioga (GULMINI, 2001).

<sup>24</sup> Em 30/10/2007, Geshe Lhakdor –assistente por 16 anos de Sua Santidade o Dalai Lama, chefe de estado e orientador espiritual Nepales, em asilo político na Índia – ministrou, na Universidade Federal de São Paulo, uma palestra sobre o Abidharma, um texto clássico do budismo que aborda os estados mentais provocados por crenças. Esse encontro faz parte das atividades da Universidade Federal de São Paulo em conjunto com o Centro de Estudos Tibetanos de Dharamsala, na Índia. Incluímos a referência do budismo em nosso trabalho, considerando que a origem das práticas budistas remete à história da Índia (ELIADE, 1954/2001)

dificuldades, um grupo crescente de pessoas vem buscando compreender e assimilar os hábitos e costumes associados ao campo da meditação e vem, também, constituindo um imaginário coletivo que produz cultura.

Sempre que nos referirmos à Ioga, estaremos nos fundamentando, conceitualmente, nos trabalhos de Eliade (1954/2001)<sup>25</sup>, um estudioso cuja obra traz um profundo conhecimento científico sobre a Ioga e o contexto cultural que envolve a meditação, numa linguagem acessível ao público e ao estudioso, que pode não ter acesso às escrituras originais. Assim, no presente estudo, o termo Ioga é utilizado para designar as técnicas de meditação, mais especificamente a Hataioga, compiladas por Patañjali<sup>26</sup> e investigadas por Mircea Eliade, no início do século XX, na Índia.

---

<sup>25</sup> Mircea Eliade, é considerado um importante estudioso das religiões. Nasceu em Bucareste, formou-se em Filosofia também lá e dedicou parte de seus estudos à História e à Filosofia das Religiões. Realizou o doutorado na Universidade de Calcutá (1928-1931), tendo residido num templo dedicado à meditação em Rishikesh, no Himalaia. Publicou, em 1954, pela primeira vez, a obra “Yoga, Essai sur les Origines de la Mystique Indienne”. Em 1945, mudou-se para Paris, para ministrar Mitologia Comparativa, na École George Dumézil e Religião Comparada na École des Hautes Études, na Sorbonne. Mais tarde, lecionou em Zurique, no Instituto Jung. Em 1958, foi convidado a chefiar o Departamento de Re religiões da Universidade de Chicago, reformulou a primeira edição da obra sobre o Ioga e publicou-a novamente em 1967. Trabalhou na Universidade de Chicago até 1986, ano do seu falecimento.

<sup>26</sup> Patañjali: gramático do século II AC, autor de uma das principais obras sobre o sistema do Ioga – “O Yogasutra”. (ELIADE 1954/ 2001).

### **3 NA TRILHA DO MÉTODO**



Durante a experiência docente/pesquisadora, ministrando a disciplina Pesquisa, na realização de estudos monográficos, foi-se delineando um método de trabalho inspirado no estudo “The Stages of Mindfulness Meditation: A Validation Study”, que havia sido conduzido na Califórnia, nos Estados Unidos da América (BROWN & ENGLER, 1980), com meditadores e a Prova de Rorschach. A experiência vivenciada fazia-nos pensar numa outra função da Prova de Rorschach que não somente aquela cujos índices sinalizavam o caminho das escolhas afetivo-emocionais das pessoas e de seus potenciais psicológicos.

Os trabalhos monográficos realizados por uma dupla de alunos, que descreveriam o perfil emocional de pessoas que praticavam loga. Os parâmetros norteadores dos trabalhos eram: a) a pesquisa qualitativa; b) a Prova de Rorschach; e c) a história de vida dos voluntários.

Nesses estudos de caso clínico, éramos sempre quatro pessoas: dois estudantes, o voluntário e a docente da disciplina Pesquisa. Dois casos eram sempre discutidos, passo a passo, pela dupla e pela orientadora, durante o tempo que fosse preciso para se estabelecer o que, naquele momento, poderia ser relevante do ponto de vista psicológico, para compartilharmos com cada voluntário. Os trabalhos duravam em torno de dois anos, período designado institucionalmente para a disciplina.

Realizamos simulações de entrevistas com trocas de papéis entre os alunos, a fim de que pudessem compreender qual era o tipo de escuta necessária para a apreensão dos conteúdos psicológicos e sua inter-relação com os índices da Prova de Rorschach. Em campo, os estudantes entrevistaram um voluntário, praticante de loga, que lhes contava sua história de vida. Enquanto um dos alunos conversava com o praticante, o outro presenciava para, mais tarde, contribuir com suas observações sobre o processo.

Esta pesquisadora, então docente responsável pela disciplina Pesquisa, estava encarregada de realizar as aplicações da Prova de Rorschach, na presença dos estudantes, com a anuência da pessoa que tinha consentido em participar do estudo. Os iogues voluntários eram informados da dinâmica da pesquisa e estavam cientes de que poderiam desistir em qualquer momento do

processo, sem que isso incorresse em ônus para os alunos. Como as pessoas entrevistadas já haviam estabelecido vínculo com o entrevistador e seu acompanhante – o outro aluno da dupla – e autorizavam a reflexão sobre a dinâmica afetiva emergente, tínhamos a oportunidade de estabelecer um campo relacional descontraído entre todas as pessoas que faziam parte do estudo.

As perguntas que norteavam as pesquisas poderiam ser colocadas da seguinte forma: Quem é você? Gostaria de falar na primeira pessoa, contar sua história? Qual é a sua história? Já sabemos que você é um iogue, o que mais é importante para você? Nós buscávamos aprender sobre as manifestações humanas e estávamos abertos para a experiência.

Estabelecido o ponto final do trabalho, solicitávamos, novamente, a presença do iogue voluntário e compartilhávamos impressões sobre o modo como seu funcionamento ideoafetivo influenciava sua vida pessoal. Se necessário, fazíamos encaminhamentos para auxiliá-lo a viver com maior conforto emocional. Era perceptível que alguns voluntários ficavam mais à vontade, quando a conversa acontecia com a docente. Entretanto, houve casos em que o estabelecimento de vínculo com o aluno foi tão feliz – e isso se deu na maioria deles – que a presença dele nesse encontro reflexivo, de compartilhamento, tornava-se imprescindível. Consideramos que, tanto a identificação conjunta das necessidades afetivo-emocionais e cognitivo-intelectuais, como a assistência do grupo na procura de alternativas por meio das quais as pessoas pudessem reconduzir seus empreendimentos na busca de realização promoviam um estado de segurança emocional. Os participantes dos projetos eram adultos, residentes na comunidade, produtivos, e sentiam-se limitados em alguns aspectos de suas vidas, com graus variáveis de percepção acerca dos motivos causadores de seu mal-estar.

Durante esses exercícios, foi possível perceber que a aplicação da Prova de Rorschach era, muitas vezes, usada de um modo que consideraríamos, hoje, como transicional, o que favorecia a emergência de uma segunda interlocução sobre a história de vida relatada. Atualmente, entendemos o espaço transicional como campo do brincar e do criar, que se constitui no contexto da

relação do recém-nascido com a mãe e transforma-se e perpetua-se durante a vida (WINNICOTT, 1971/1975).

Nesses trabalhos com os alunos<sup>27</sup>, a presentificação de conteúdos eventualmente aflitivos se fazia de forma usualmente clara. A trajetória habitualmente empreendida era: 1) entrevista realizada pelos alunos com o voluntário; 2) aplicação da Prova de Rorschach conduzida pela docente; 3) elaboração de uma hipótese de funcionamento psicológico; 4) reflexão sobre os resultados, com a participação de todos os envolvidos no trabalho, e encaminhamentos, quando necessário. Se alguma mudança, nesse percurso, favorecesse o bem-estar afetivo-emocional das pessoas – como, por exemplo, solicitar a presença de um de seus familiares ou, durante o percurso da investigação, encaminhá-la para psicoterapia – as modificações eram prontamente incorporadas aos projetos. Assim, num dos casos estudados, foi necessário encaminhar imediatamente, durante a aplicação da Prova de Rorschach, a voluntária para um tratamento psicoterapêutico, com acompanhamento psiquiátrico, tendo em vista a hipótese de alto risco de suicídio.

A metodologia de trabalho revelou-se produtiva na prática, do ponto de vista da pesquisa, da atenção psicológica clínica dispensada ao entrevistado voluntário, e atendeu, também, o objetivo de formação profissional e científica dos alunos. Entretanto, o modo como trabalhávamos teoricamente o material clínico padecia, em nossa prática, das mesmas incoerências teórico-epistemológicas que marcam todo discurso psicanalítico em vertente metapsicológica, que introduz um viés positivista, incompatível com uma visão da psicanálise como humanismo.

A situação foi-se definindo à medida que passamos a pesquisar como membro do Grupo de Pesquisa Atenção Psicológica Clínica em Instituições: Prevenção e Intervenção, no âmbito do qual uma rigorosa busca de coerência teórico-metodológica tem permitido perceber que a concretização plena do método psicanalítico só ocorre quando o pesquisador adota uma atitude fenomenológica e integra, firmemente, o paradigma intersubjetivo de produção de conhecimento. Desse modo, o eixo principal das pesquisas clínicas está centrado,

---

<sup>27</sup> Foram realizadas, até o presente, seis estudos monográficos com o tema “Hataioga: um estudo de caso clínico com a Prova de Rorschach”, disponíveis no Departamento de Psicologia da Universidade Federal de São Carlos.



naturalmente, nas experiências emocionais de indivíduos e grupos, com base em uma perspectiva que considera a personalidade individual sempre como manifestação emergente de um fundo coletivo.

Nesse processo, o pesquisador será sempre um co-autor que sustentará encontros inter-humanos, sobre os quais refletirá, posteriormente, produzindo narrativas do acontecer clínico. Sua presença tornar-se-á transparente e transformadora à medida que incluir sua experiência autobiográfica no exercício da pesquisa, afetando a compreensão da relação inter-humana. Essa presença, contudo, deve ser maximamente contemplativa, tendo em vista que já é, por si mesma, promotora de modificações no campo relacional (AIELLO-VAISBERG, 2005).

Entretanto, os estudos realizados durante o doutoramento, processo formativo ainda tutelado, conduziram-nos não apenas a um aperfeiçoamento do uso do método psicanalítico na configuração do encontro e da análise posterior do material clínico, como nos motivaram a realizar um aprofundamento conceitual sobre imaginário coletivo, tal como tem sido proposto por Aiello-Vaisberg (2006). Foi a descoberta dessa concepção de imaginário coletivo que favoreceu uma releitura das pesquisas realizadas, até aquele momento. Modificamos, assim, a estratégia de pesquisa do fenômeno inter-humano<sup>28</sup> coletivo, com base na abordagem da personalidade individual<sup>29</sup>.

Dessa perspectiva, imaginário manifesta-se num tempo histórico-social-pessoal e caracteriza-se por ser um conjunto de condutas humanas de caráter vivencial, que agrega significados e sentidos. Essa manifestação é multidimensional, complexa, indivisível e está em constante mutação. A pessoa, além de produto histórico-social, é co-criadora e transformadora da cultura e, portanto, de sua própria natureza humana.

---

<sup>28</sup> O fenômeno humano designa a condição existencial do ser constituído por múltiplas determinações (AIELLO-VAISBERG, 2004).

<sup>29</sup> O conceito de personalidade coletiva designa os grupos sociais que se reúnem em torno de vivências comuns aos indivíduos desses grupos (AIELLO-VAISBERG, 1999). O conceito se aplica ao nosso estudo sobre o imaginário coletivo de equilíbrio psicológico num grupo de professores brasileiros, que ensinam e praticam a Hataioga.

Adotamos a compreensão de conduta preconizada por Bleger (1984) e passamos a considerar todas as manifestações do ser humano – quaisquer que sejam suas características de apresentação: o choro, a alegria, o medo, as crenças, respostas por meio das quais a pessoa integra as tensões cotidianas – como conduta. Compreendemos ainda, que seu estudo deve abarcar três áreas coexistentes e interdependentes: a dos fenômenos mentais, a dos fenômenos corporais e a dos fenômenos do mundo externo. Como toda manifestação do ser humano, a conduta dá-se no nível psicológico e pode ser estudada pela Psicologia em qualquer das áreas supracitadas. Esta unidade tríplice acontece nas três áreas, entretanto, podem alternar o predomínio de uma sobre a outra.

A concepção de campos psicológicos não conscientes em Herrmann (2001) sobre o método psicanalítico auxiliaram na compreensão dos determinantes não conscientes das condutas. Entendendo que os campos psicológicos assinalam a existência de um espaço intermediário entre o inconsciente teórico da psicanálise e a consciência, uma zona virtual onde se instauram sistemas de regras que determinam condutas. Esses sistemas e as regras são alimentados pelas culturas e, pela convivência com pessoas que compartilham hábitos e tradições.

Um campo é o lugar das regras que determinam as relações que concretamente vivemos (daí ser razoável a expressão inconsciente relativo), é o lado oculto, produtor [...]. (HERRMANN, 2004, p.28).

Assim, os campos psicológicos comportam também uma dimensão coletiva. A emergência desses sistemas, intermediada por mediadores dialógicos, poderia proporcionar movimentos de integração entre a conduta e seu significado, proporcionando momentos mutativos. Muda-se de campo e de regras. Algumas pessoas transitam em vários campos, outras estão presas a um ou a alguns campos. Enfim, todas estão respondendo, por meio, de suas condutas, a um sistema de regras subjacente à consciência.

Fortaleceu-se o reconhecimento de que a pessoa é um fenômeno existencial concreto, isto é, pertencente a uma classe social, a um grupo étnico, cultural, religioso, bem como a um contexto histórico, geográfico. Estes fatores,

entre outras determinações, constituem o modo de ser no mundo, que acontece de modo processual e reflexivo. Assim, a cada momento, está colocada a possibilidade da emergência de novas potencialidades, das quais novas subjetividades são criadas, num movimento incessante. (WINNICOTT, 1979/1983)

Concordando com Santos (2001), colocamo-nos na busca por um método que correspondesse, na prática, à adoção do exercício de um paradigma com ações que refletissem o rigor do pensamento científico e almejasse a melhoria das condições de vida das pessoas. Encontramos, nessa procura, o grupo de pesquisa: “Atenção Psicológica Clínica em Instituições: Prevenção e Intervenção”, no âmbito do qual os trabalhos usam o método psicanalítico, para estudo das manifestações humanas, e abordam a conduta de uma perspectiva psicológica, como experiência dramática dotada de múltiplos sentidos existenciais (BLEGER, 1984).

Deparamo-nos, nessa concepção de investigação psicanalítica, com um aporte que proporcionou uma ampliação, um redirecionamento e um aprofundamento no caminho da pesquisa. Hoje, consideramos esse método de investigação o mais adequado para o estudo das manifestações psicológicas do acontecer inter-humano.

Então, em consonância com nossa prática pregressa em psicologia clínica psicanalítica, decidimos abordar a personalidade coletiva por meio da investigação realizada na esfera individual da existência, para refletir sobre algumas das concepções de equilíbrio psicológico presentes no imaginário de professores de loga que, em virtude das características de seu trabalho, operam numa interface com a Psicologia da Saúde, favorecendo experiências mutativas. Chegamos, desse modo, a estabelecer como objetivo do presente trabalho a pesquisa psicanalítica do imaginário coletivo de professores de loga sobre equilíbrio psicológico.

### **3.1 Objetivo**

O presente estudo tem como objetivo investigar, psicanaliticamente, o imaginário coletivo de professores de loga, por meio da identificação de concepções imaginativas sobre equilíbrio psicológico e da captação dos campos psicológicos não conscientes dos quais emergem essas concepções. Considerando que equilíbrio psicológico é um conceito presente tanto em diversas escolas da Psicologia, como na doutrina da loga, buscamos investigar os modos de apropriação dos conhecimentos doutrinários e de idéias que circulam no ambiente cultural, em termos de experiência vivida, por pessoas que apresentam como característica comum o fato de serem dedicadas praticantes de loga.

### **3.2 Estratégias metodológicas**

A pesquisa-intervenção psicanalítica, realizada por meio de consultas individuais para abordagem de personalidade coletiva, foi inspirada na linha paradigmática pela qual se configura a consulta terapêutica idealizada por Winnicott (1971/1984). Essa linha consiste, exatamente, no uso de mediadores brincantes, estratégias que imitam, paradigmaticamente, o Jogo da Espátula e o Jogo do Rabisco, para a instauração de um espaço transicional.

O espaço transicional, originalmente fundado na relação mãe-bebê, foi reeditado, viabilizando a investigação, a identificação e a compreensão dos campos psicológicos não-conscientes que se encontravam subjacentes às condutas (WINNICOTT, 1971/1975). Trata-se de um espaço existencial, no qual se estabelece a relação entre o que é percebido objetivamente e subjetivamente, no qual se realizam as primeiras experiências psicológicas de caráter existencial, imaginariamente constituído numa zona intermediária entre o sonho e a realidade compartilhada.

A constituição de um espaço transicional e o uso dos mediadores dialógicos favoreceram a emergência plena do imaginário individual, num ambiente acolhedor, que amenizou o impacto emocional provocado pela

lembrança eventual de acontecimentos sofridos durante a trajetória vital. Em consideração à constituição desse espaço, conservamo-nos numa atitude afetivamente acolhedora e respeitosa em relação às necessidades de cada pessoa.

O uso dos mediadores dialógicos, como o Jogo da Espátula e o Jogo do Rabisco, além de facilitar a emergência de conteúdos não conscientes, possibilitou-nos delimitar um âmbito existencial no espaço-tempo a ser investigado.

O Jogo da Espátula foi concebido por Winnicott (1941/2000) na observação de bebês, enquanto realizava as consultas pediátricas. O psicanalista percebia que, frente às espátulas, colocadas sobre sua mesa de trabalho, o comportamento dos bebês seguia etapas similares. Primeiramente, a criança permanecia parada, alerta em relação à mãe e ao médico, alcançando a espátula com as mãos. Se os adultos, presentes na consulta, não interferissem, o jogo continuaria. Provavelmente o bebê deixaria de se interessar pela espátula para, posteriormente, manifestar seu desejo pelo objeto, chegando mesmo a salivar. A criança tomava o objeto para si e começava a brincar novamente. A espátula tornava-se qualquer objeto que o bebê desejasse, por exemplo, o cachimbo do papai. Na seqüência, jogava a espátula no chão, recebendo-a, sucessivas vezes, dos adultos e, depois, descia do colo da mãe continuando a brincar com a espátula no chão. Em algum momento, o bebê substituíam a espátula por outro brinquedo. Nesse momento, completava-se a experiência. Então, as etapas se constituíam em: hesitação, envolvimento e desapego. O Jogo da Espátula era usado como um mediador dialógico, um brinquedo, que favorecia a comunicação das vivências afetivo-emocionais.

O Jogo do Rabisco, outra criação de Winnicott (1971/1984) consiste numa prática de desenho em co-autoria, usada em consulta com crianças que já haviam adquirido a capacidade de comunicação por meio da produção gráfica. A proposta era desenhar, completando o rabisco um do outro, e não obedecia a regras pré-concebidas. O processo instaurava-se numa perspectiva de criação da relação interpessoal.

Influenciados pela experiência winnicottiana, propusemos uma pesquisa-intervenção por intermédio da realização de consultas individuais para abordagem de personalidade coletiva, utilizando a narrativa da história de vida e o Procedimento de Desenhos-Estória com Tema como mediadores dialógicos facilitadores da instauração de um espaço potencial, no qual realizamos a criação conjunta da concepção de equilíbrio psicológico, vivenciada no encontro entre esta pesquisadora e professores de loga voluntários, que consentiram em participar deste estudo.

A partir do convite para a participação na pesquisa, as pessoas entrevistadas foram expostas à temática em pauta – concepção de equilíbrio psicológico – que mais tarde, num encontro marcado, iriam considerar. Certamente, elaborações ideofetivas foram ativadas desde o primeiro momento, a partir do qual foram informadas acerca da possibilidade de contar com um tempo para se expressarem livremente.

O Procedimento de Desenhos-Estória com Tema é um mediador dialógico criado por Aiello-Vaisberg (1999), com base no Procedimento de Desenhos-Estória idealizado por Trinca (1997), para realização de psicodiagnósticos. Esses mediadores dialógicos, aplicados às atividades de caráter visivelmente brincante, vêm sendo utilizados em diversas investigações e têm demonstrado ser um instrumento dotado de valioso potencial heurístico no contexto da pesquisa psicanalítica (BARRETO, 2006; BARRETO & AIELLO-VAISBERG 2007; TEIXEIRA, 2007; MARTINS, 2007; TACHIBANA, 2006)

Os encontros ocorreram por um período de tempo que variou entre quatro e seis horas. Houve um caso em que ocorreram dois encontros, de três horas, outro em que permanecemos quatro horas seguidas e realizamos o encontro em uma única vez. A flexibilidade nas estratégias dos encontros deveu-se à disponibilidade de tempo das pessoas e a nossa compreensão da importância da manutenção de uma atitude fundamentalmente não-invasiva.

O enquadramento dessa pesquisa configurou-se seguindo as etapas: 1) A busca ativa do pesquisador por voluntários; 2) Os voluntários deveriam ter terceiro grau de instrução completo e serem especialistas em loga; 3) O *setting* foi

estabelecido de acordo com a escolha das pessoas envolvidas; 3) A realização de consultas individuais para abordagem de personalidade coletiva, com o uso da narrativa da história de vida e dos desenhos-estória como mediadores dialógicos; 5) A identificação e compreensão das concepções imaginativas de equilíbrio psicológico; 6) A descrição dos campos psicológicos nos quais se manifestaram as concepções.

### **3.3 *Narrativa das Histórias de Vida***

Os colaboradores procurados, para compor o estudo, primeiramente de ambos os sexos, acabaram por ficar restritos ao sexo feminino, uma vez que, no decorrer do trabalho, somente professoras se dispuseram a participar efetivamente da pesquisa.

A narrativa da história de vida foi solicitada, considerando-se que contar a história pessoal favorece o diálogo e convida os interlocutores ao estabelecimento de uma relação de confiança. Desse modo, a criação do espaço transicional iniciou-se por interação facilitadora para suscitar a emergência de temas significativos, à luz dos quais buscaríamos captar as concepções imaginativas sobre equilíbrio psicológico. Seguimos, desse modo, a estratégia metodológica já utilizada, com sucesso, por Machado (1995), quando investigou concepções de pacientes psiquiátricos sobre loucura e/ou doença mental, com base no estudo psicanalítico de histórias de vida.

As pessoas foram convidadas a contar a sua vida a partir da vivência que consideravam mais importante naquele momento. Entendemos que esse tipo de solicitação instaura uma possibilidade de opção, em rigorosa observância ao método da associação livre e ao uso de um paradigma fenomenológico de pesquisa, prevenindo, na medida do possível, condutas submissas às demandas da pesquisadora.

Buscamos manter o espaço transicional por meio de uma postura muito própria da prosa mineira, uma conversa descontraída, comprometida com os múltiplos sentidos da experiência possível de ser compartilhada. Dessa forma, o

contador da história estabelece uma aliança afetiva e de confiança, considerando que seu relato será acolhido amorosamente. Estabelece-se o ritmo da conversa, sendo que a quem escuta cabe expressar, algumas vezes, a disposição da continuidade na participação do encontro. O contador vai falando sobre os temas que conferem sentido às suas experiências. Há momentos em que se detém em alguns desses temas para, no instante seguinte, saltar para outro assunto, de modo que não existe nenhum *a priori*, a não ser o conforto para o estabelecimento da livre associação das idéias (TEIXEIRA, 2006).

Quando a comunicação se completa, o contador leva o ouvinte a perceber que a história se esgotou. Cuida-se, assim, maximamente, de permitir o desenrolar de uma “experiência completa”, vale dizer, não interrompida, que se caracteriza, essencialmente, pela sucessão espontânea e natural dos três momentos identificados no Jogo da Espátula: hesitação, envolvimento e desapego (WINNICOTT, 1941/2000).

Colocamo-nos, desse modo, maximamente disponíveis ao contato com a pessoa e, quando compreendíamos que a vivência estava esgotada, passávamos para a próxima atividade brincante: “O Procedimento de Desenhos-Estória com Tema”.

### **3.4 O Procedimento de Desenhos-Estória com Tema**

Quando percebíamos que as histórias de vida tinham sido narradas segundo o que compreendemos winnicottianamente como experiência completa, ou seja, finalizadas naturalmente pelo percurso dos estágios característicos do Jogo da Espátula (WINNICOTT, 1941/200) – hesitação, envolvimento e desapego –, sem submeter a pessoa entrevistada a uma experiência de interrupção, dávamos início à confecção de produções gráficas, solicitando ao participante que desenhasse uma pessoa em equilíbrio psicológico. Nos casos em que a figura desenhada não correspondia a um iogue, convidávamos a pessoa a fazer um segundo desenho: o de um iogue em estado de equilíbrio psicológico.



Entendendo a realização da atividade gráfica como recurso dialógico, desenhávamos, do mesmo modo que o colaborador, mantendo a livre associação. Em seguida, solicitávamos à pessoa que escrevesse a história da figura que ela desenhou, atividade também realizada pela pesquisadora, com respeito ao seu próprio desenho. Finalmente, o colaborador e a pesquisadora liam um para o outro as histórias criadas.

Optamos por acompanhar a pessoa entrevistada realizando a mesma tarefa, para mantermo-nos próximos da configuração de mutualidade, característica do Jogo do Rabisco winnicottiano. Convém esclarecer que as produções desta pesquisadora, elaboradas no cultivo da atenção flutuante e da associação livre, foram realizadas conservando o foco nas pessoas que participaram das consultas individuais, para as quais foram confeccionados os desenhos-estórias.

O uso psicanalítico do Procedimento de Desenhos-Estória com Tema implica a prática da livre associação<sup>30</sup> e da atenção equiflutuante<sup>31</sup>, que são etapas constitutivas da instauração do método psicanalítico. Herrmann (2001) explicitou esse método de modo bastante compreensível, apontando a ocorrência de três etapas distintas: “deixar que surja”, “tomar em consideração” e “criar”. Essas são as condições necessárias à emergência da expressão dramática do acontecer humano, por meio da linguagem escolhida pela pessoa ou pelo grupo.

O método que utiliza a articulação do brincar e da pesquisa psicanalítica vem sendo realizado como um modo de viabilizar a investigação dos sentidos das experiências humanas, individuais e coletivas e, ao mesmo tempo, estabelecer, temporariamente, um momento propício às transformações de condutas cristalizadas, que impedem a vivência em continuidade das expressões do ser (AIELLO-VAISBERG, 2005).

---

<sup>30</sup>A associação livre, técnica utilizada na clínica psicanalítica, consiste na expressão indiscriminada de todos os pensamentos que ocorrem à pessoa, com base em um elemento que lhe é apresentado ou mesmo quando ocorre de maneira espontânea (LAPLANCHE & PONTALIS, 1995).

<sup>31</sup>Atenção equiflutuante é o modo como o psicanalista deve ouvir seu paciente. A escuta do psicanalista não deve privilegiar nenhum elemento do discurso *a priori*, deixando a atenção funcionar o mais livre possível de motivações conscientes (LAPLANCHE & PONTALIS, 1995).

Esse procedimento exige, do mesmo modo que a Narrativa da História de Vida, a presença e a consciência transparente do envolvimento do pesquisador-participante, sendo impossível a manutenção de uma condição de neutralidade científica. Se outro pesquisador-participante realizasse outra pesquisa com um grupo composto pelas mesmas pessoas, esse seria outro grupo, pois nenhuma réplica pode ter lugar numa realidade cambiante.

Essa organização estratégica de procedimentos buscou integrar diferentes âmbitos da conduta, de modo que pudéssemos compreender a concepção de equilíbrio psicológico, procurando viabilizar, também, a ocorrência de movimentos genuínos da psique encarnada em corpos experientes, isto é, oferecendo um espaço para a expressão da gestualidade criadora<sup>32</sup>.

### **3.5 Compreendendo a dramática existencial**

Se faço sombra em meu caminho,  
é porque há uma lâmpada em mim que ainda não foi acesa.  
Tagore

Ressaltamos que os professores de loga que participaram desse estudo representam – a partir de sua singularidade, irreduzível – outras tantas emblemáticas que nos proporcionam uma visibilidade das crenças e das condutas nos campos encontrados. Entendemos que esses campos do imaginário são, coletivamente, produzidos e subjazem às experiências vividas.

Procurando mantermo-nos coerentes com a compreensão desses encontros – com os professores de loga – como manifestações simbólicas das coletividades, identificamos as concepções imaginativas de equilíbrio psicológico e os campos psicológicos nos quais se organizam essas concepções. Ressaltamos que não consideramos viável qualquer tentativa de normatizar as concepções criadas/encontradas.

---

<sup>32</sup> De uma perspectiva winnicottiana, gestualidade criadora é a manifestação concreta, genuína, decorrente das vivências pessoais e da capacidade de expressão dessas vivências.



Figura 1 – Budas

Na entrega à participação da pesquisa, emerge o imaginário coletivo. Imagem obtida em <http://www.dharmanet.com.br>

#### **4 NARRATIVAS DAS CONSULTAS INDIVIDUAIS PARA A ABORDAGEM DE PESSOALIDADE COLETIVA**

---

## 4.1 *Maria*

Maria, Maria é um dom, uma certa magia  
Uma força que nos alerta  
Uma mulher que merece viver e amar  
Como outra qualquer do planeta  
Maria, Maria é o som, é a cor, é o suor  
É a dose mais forte e lenta de uma gente que ri quando deve chorar  
E não vive, apenas agüenta  
Mas é preciso ter força é preciso ter raça  
É preciso ter gana sempre  
Quem traz no corpo a marca  
Maria, Maria mistura a dor e a alegria  
Mas é preciso ter manha, é preciso ter graça  
É preciso ter sonho sempre  
Quem traz na pele essa marca possui a estranha mania de ter fé na vida.

(Composição musical de Milton Nascimento e Fernando Brant)

A professora de loga, Maria, com quem fiz o primeiro contato, foi-me apresentada por uma amiga que praticava a Hataioga. Maria, sabendo de meu interesse pela loga e sobre o trabalho do doutorado, logo se ofereceu para colaborar como sujeito. Naquela época, ela estava terminando sua dissertação de mestrado nas Faculdades Metropolitanas Unidas (FMU). O curso de pós-graduação em loga congrega um grupo de professores de outras universidades, muito bem formado, segundo as prerrogativas acadêmicas, em cursos tradicionais no Brasil, como, por exemplo, Educação Física na Universidade de São Paulo. Em sua maioria, são mestres ou doutores e, além disso, cursaram pós-graduação nos institutos de formação na Índia. Ali, reúnem-se muitos dos candidatos às práticas meditativas do Estado de São Paulo. Assim, é uma comunidade com ramificações, em que muitos se conhecem. A pós-graduação é realizada em dois anos e já se formaram, em média, 300 alunos desde 2002. Aos poucos, Maria foi indicando meditadores com uma formação similar a dela e que vieram a colaborar para a efetivação deste trabalho.

Como tínhamos amigos em comum, encontramos-nos, eu e Maria, algumas vezes, ocasiões em que ela reafirmou sua disposição de participar deste trabalho. As dúvidas sobre esse modo de seleção ainda persistiam em virtude da influência do exercício de anos de pesquisa, em que buscava a neutralidade como um dos parâmetros fundamentais. Finalmente, mais afeita às indicações da fenomenologia, decidi iniciar o trabalho de campo com Maria.

Marcamos um encontro em minha casa, onde havia espaço suficiente para estarmos à vontade, sem sermos interrompidas. Maria chegou numa segunda-feira pela manhã, alegre e disposta. Logo indagou sobre o que iríamos fazer. Expliquei a ela que, num primeiro momento, solicitaria que me contasse sua história de vida, a partir do aspecto mais importante, para ela, naquele momento. Depois, realizaríamos desenhos e uma história sobre esses desenhos. Ao final dessa breve explicação, perguntei se ela estava disposta a participar da pesquisa. Maria respondeu afirmativamente, acrescentando que, certamente, a parte mais difícil seria desenhar. Eu lhe disse, então, que meu interesse não era pelo desenho de uma artista, mas, sim, pelo desenho dela. Assim esclarecida, concordou em realizarmos todas as etapas propostas. Começaríamos com a história de vida, a partir daquilo que fosse mais importante para ela.

Contou, então, que considerava o nascimento como o mais importante, apresentando a mãe por meio das habilidades artesanais e dizendo que ela sempre fora uma mulher sensível.

*[...] Tudo em que minha mãe coloca a mão fica maravilhoso, ela é uma artista.*

Em seguida, apresentou seu pai como um homem muito atrasado, antiquado, doente e louco, como a família dele. Perguntei a ela, então, o que queria dizer exatamente com loucura. Respondeu:

*[...] meu pai era louco mesmo, doente mental.*

Explicando a concepção vivenciada da loucura continua:

*[...] Quando éramos crianças, eu e meu irmão não percebíamos o estado emocional de nosso pai, mas, depois, começamos a achar um tanto estranho o fato de nossa mãe ser uma pessoa muito bondosa e dedicada aos demais, mas também muito triste. Nos demos conta de que nosso pai desconfiava que a mãe tivesse amantes, ou melhor, tinha certeza absoluta de que ela o traía. Sempre que saíamos de casa, aconteciam problemas. Uma vez, fomos a uma festa e percebi que nosso pai estava desconfiando que um primo estivesse, de algum modo, interessado na esposa. Voltamos para casa sabendo que haveria problemas.*

Os pais não conversavam na frente dos filhos, mas, na intimidade, o pai perturbava a mãe com suas desconfianças. Entretanto, quando ele se aposentou, todos souberam, com certeza, que ele era doente, pois entrou num estado de desamparo, de depressão: deixou de tomar banho, ficou sem se locomover e passou a dormir numa poltrona.

*[...] somente nessa ocasião que aceitou tratamento e toma remédios até hoje.*

Maria contou, também, que, quando percebeu o ciúme infundado do pai, passou a defender a mãe.

*[...] Um dia, disse para minha mãe que ela deveria escolher entre eu e meu pai. Ela não me respondeu nada, mas ficou evidente que a escolha já estava feita [...].*

Depois da apresentação de ambos os pais, ela aparentemente muda de assunto, passando a focalizar sua própria adolescência, durante a qual, teria sido objeto de discriminação. Narra, então, um episódio:

*[...] estava na piscina com minhas amigas, brincando de puxar os biquínis umas das outras. Num dado momento, uma de nós acabou ficando sem a parte de cima e foi à diretoria do clube fazer uma reclamação, como se ela não estivesse participando da brincadeira. Os diretores se reuniram para resolver o problema e se manifestaram, dizendo que aquele lugar recebia as melhores famílias da região, aquela atitude das jovens era uma vergonha, uma imoralidade. [...].*

Aí o tema do ciúme veio novamente à tona, porque o pai de Maria, que já a considerava filha de uma esposa promíscua, passou a submetê-la a inúmeras críticas sobre sua condição moral.

*[...] revoltada, passei a me comportar realmente mal, e não perdia nenhuma oportunidade para justificar minha má reputação.*

Aos 14 anos, começou a namorar Luiz, um rapaz dez anos mais velho, empresário e pessoa experiente. Mudou-se para outra cidade para fazer o colégio, o cursinho e a faculdade.

*Meu namorado era ausente, não me dava a menor atenção. Ele ficava bebendo com os amigos, que, diferentemente dele, davam um jeito de se manter sóbrios para namorar. Eu acabava indo dormir cedo, e o Luiz não aparecia nos encontros que havíamos combinado. Muito provavelmente, ele saía com outras garotas.*

Naquela época, procurava interpretar a situação, pensando que ela seria uma “namorada oficial”, que o namorado saía com outras moças apenas por “diversão”. Prosseguiu dizendo:

*[...] Hoje eu vejo que eu e as outras éramos as outras.*

O pai dela não gostava desse namorado porque o considerava alcoólatra. Maria não conseguia perceber a gravidade do problema de saúde que acometia o namorado. Considerava que Luiz poderia mudar o hábito da bebida, por vontade própria, assim que entendesse que aquela atitude estava provocando prejuízo para a saúde dele e dos seus familiares.

Chegou o momento de ingressar num curso universitário. Então, Maria foi morar em São Paulo.

*[...] pensei em tentar namorar outra pessoa, quem sabe gostar de alguém. Aí, eu poderia deixar o Luiz. Saí com um colega da faculdade, que parecia gostar muito de mim, mas dei azar. Um amigo do Luiz me viu passeando com o outro rapaz e contou o que presenciou. Luiz, enciumado, se sentindo traído, contou o ocorrido ao meu pai [...].*

A notícia do comportamento da filha desencadeou no pai as mesmas ideias de promiscuidade que atribuía à esposa. A vida de Maria tornou-se opressiva, o pai ameaçava tirá-la da faculdade e impedi-la de continuar seus estudos. Nesse momento, a jovem, na busca de uma solução para a crise familiar criada, decidiu casar-se com o namorado, na esperança de que tudo poderia ser melhor do que fora durante o namoro. Logo na lua-de-mel, percebeu, e considera que o marido também viu isso, que o melhor caminho para ambos seria a separação. Os dois não combinavam, parecia não haver nada em comum entre eles.

*[...] o melhor caminho para nós era a separação, mas, como não conseguimos dizer a todos, parentes e amigos, que íramos nos separar, mantivemos um casamento de aparências, embora eu continuasse tentando melhorar nossa relação.*

Assim, ela se manteve casada, mas viveu basicamente sozinha. Quando engravidou, o marido disse que não queria filhos e só a acompanhou à maternidade para cumprir a obrigação que a esposa cobrava. Quando lhe pedia alguma ajuda, para não ter de resolver sozinha as questões ligadas à filha e à família, ele fazia com que ela se sentisse incompetente. Treze meses depois da primeira gravidez, Maria ficou grávida novamente e teve de cuidar de si e dos dois filhos, sem contar com o auxílio de Luiz. Nessa época, nasceram glândulas mamárias embaixo de seus braços, o que era muito dolorido e inoperável, porque estava amamentando o filho mais novo.

Depois da segunda gravidez, Maria teve que tirar o útero, em razão de um mioma. Enfrentou, sozinha, esses acontecimentos, sem ter com quem compartilhar suas dúvidas e inseguranças. Passou, então, a considerar-se incompetente como mulher, pois não conseguia manter o marido em casa, e como mãe, pois o segundo filho era hiperativo:

*[...] Eu passava o dia todo correndo atrás de Bruno, que só parava por exaustão. Aí ele dormia e eu podia cuidar das outras coisas.*



A filha mais velha teve de cuidar de si mesma. Como era boazinha e obediente, Maria exigiu sempre muito dela, sem se preocupar, pensando que com a filha estava tudo bem encaminhado.

Um dia, procurou a ajuda de um psicoterapeuta para o filho. O psiquiatra disse que ele era hiperativo. Foi então que ela passou a ter alguma compreensão acerca do que enfrentava havia muitos anos. O psiquiatra queria medicá-lo, mas Maria não concordou com a medida, acreditando que poderia encontrar outra solução.

Hoje, pensa que toda a família é hiperativa, julgando-se, ela própria, uma pessoa hiperativa:

*[...] O psicoterapeuta chamou minha atenção para a ausência da figura paterna nos desenhos produzidos pelas crianças, e também para o fato de eu ter sido representada como a irmã mais nova, enquanto minha filha era vivida pelo irmão menor como referência de autoridade [...].*

Maria passou a buscar a reconstrução de sua relação com o filho. Começou a tratar-se com psicoterapia e, segundo suas próprias palavras, acabou encontrando Deus. A partir desse momento, passa a focalizar sua relação pela dimensão da espiritualidade.

*[...] Quando eu era criança fui obrigada pelos meus pais a freqüentar a igreja, mas, assim que cresci um pouco, consegui me livrar desse compromisso.*

Apesar das dificuldades, jamais fez uso de drogas, diferentemente das colegas.

*[...] Acho que eu era meio esquisita, nem para me drogar eu servia, meus colegas de faculdade bebiam, iam para as baladas, cheiravam, se drogavam e eu pensava que nem para isso eu servia, porque me drogar não fazia sentido.*

Dando continuidade ao tema da espiritualidade, conta que fora convidada, por uma amiga, a conhecer uma professora de loga, que se tornou sua grande mestra: uma teosofista, com quem aprendeu muito sobre os

relacionamentos. A professora era bastante exigente, funcionava como um guru, sabia da vida de todas as alunas, falando diretamente o que pensava sobre os problemas delas com os maridos, colocando-as diante das próprias dificuldades.

*Muitas vezes, eu pensei: a vida não pode ser somente sofrimento, se for só isso, é melhor morrer, matar-me..., mas, graças à loga, fui descobrindo que a vida era muitas vezes complicada, mas que eu podia estar bem diante dos problemas. As dificuldades sempre existiriam, mas eu poderia deixar de sofrer.*

Maria agora já conseguia admitir que o marido era dependente de substância química e isso possibilitou que ela buscasse ajuda na Associação dos Alcoólatras Anônimos, o AAA. Ele, entretanto, recusava tratamento e disse-lhe que era ela quem estava interessada em mudanças. Dessa vez, Maria ouviu atentamente e percebeu que era verdade, que estava disposta a mudar de vida. Decidiu, então, separar-se.

*Continuei fazendo a loga, participando de muitos eventos ligados ao esoterismo, fazendo cursos de treinamento em loga e retiros. Passei a estudar e trabalhar. Decidi voltar a estudar e fui fazer um curso de pós-graduação em turismo, já que era uma profissão emergente e eu precisava pensar na manutenção da família.*

Ao mesmo tempo, montou uma loja num *shopping* com uma sócia. Chamou seu pai para trabalhar lá, o que lhe permitiu perceber que já não era mais atingida por suas tentativas de humilhá-la diante de outras pessoas. Entretanto, o *shopping* foi fechado e Maria passou a gerenciar uma grande empresa de produtos domésticos de plástico, em uma cidade no interior de São Paulo.

Dois anos depois, foi convidada a sair, pois, segundo o dono, era incompetente para o trabalho.

*Dessa vez, em vez de “vestir a carapuça”, eu respondi que realmente era difícil para ela convencer as pessoas a comprar utensílios de baixa qualidade.*

Segundo Maria, a capacidade de enfrentar situações difíceis foi desenvolvida graças à loga, que lhe permitia encontrar-se com pessoas com as

quais sentia verdadeira afinidade e também, divertir-se em grupo. Ela, que sempre se sentira deslocada em várias situações grupais, passou a sentir-se participante e incluída no contexto da loga, em que encontrava “parceiros, diversão, e manutenção do equilíbrio”.

*Se não fosse a loga eu teria enlouquecido.*

Graças à loga, foi descobrindo que, apesar das vicissitudes da vida, poderia lidar bem com os problemas. As dificuldades sempre existiriam, mas cada vez o sofrimento era menor.

Decidiu, então, formar-se professora, não porque pensasse realmente em se tornar professora de loga, mas em busca do próprio bem-estar. Entretanto, acabou sendo convidada a dar aulas pelos coordenadores da escola em que se formara.

Para fazer o curso de formação, Maria viajava 300 quilômetros, pois estava residindo na cidade onde trabalhava.

Ter sido demitida, bem como ter descoberto que o filho estava fazendo uso persistente de substâncias químicas, motivou sua volta à cidade natal. Começou a dar aulas num curso de turismo e continuou a dar aulas de loga em mais duas pequenas cidades da região. As viagens a trabalho acabaram resultando num grande estresse e na ocorrência de um acidente automobilístico. Em razão desses fatos, decidiu não se responsabilizar por ministrar as aulas no curso de Turismo, mantendo apenas as aulas de loga.

Nessa fase, Maria já estava namorando aquele que é seu atual companheiro, uma pessoa que a tem ajudado muito a cuidar dos filhos e da vida.

Continuou investindo em sua formação profissional e na de seus filhos, lutando com as dificuldades escolares do rapaz. Ele fazia o curso de Propaganda e Marketing, mas acabou abandonando os estudos, pois dizia que não poderia continuar a aprender a enganar as pessoas. A mãe respondia que seria possível usar a propaganda para ajudar as pessoas, se entrasse numa ONG ou fizesse

propaganda social. Entretanto, o filho preferiu abandonar os estudos e ir para a Europa.

Maria passou a falar, então, sobre o problema que viveu com a filha, que terminou o curso de Direito e trabalhava em um banco:

*Tudo parecia tão bem, até o momento em que apareceu uma dívida enorme e descobri que minha filha era uma compradora compulsiva. Além disso, ela emprestava dinheiro, pensando em ajudar pessoas que ela julgava amigas. Fez inúmeras manobras bancárias indevidas, o que me levou a perceber o quanto ela é impulsiva e insegura.*

Foi uma experiência difícil e agora, Nina, a filha, está fazendo psicoterapia. Maria arrepende-se de não ter dado mais atenção à filha:

*Eu falei com ela, pois achava que estava tudo bem e não estava. Sabe, eu pensava que cuidar dos filhos era apenas deixá-los ir vivendo, crescendo livres, sem sofrimento.*

Maria tem procurado auxílio no tratamento psicológico para a filha e vem tentando compreender e aceitar as condutas dela. Considera que o encontro com a espiritualidade na loga também tem fornecido importante ajuda:

*Encontrar a espiritualidade na loga foi o melhor acontecimento da minha vida. Agora podem acontecer os problemas que eu me empenho em solucionar, mas não entro no sofrimento, na autocomiseração. Assim, tudo fica mais fácil e a vida realmente parece fazer sentido.*

Atualmente, acompanha a fase terminal do ex-marido, que está morrendo de AIDS e só reconheceu os filhos depois de adoecer. A filha recusa-se a ver o pai, o que, no entender de Maria, é falta de compaixão.

*[...] Agora tenho sentido muita dor diante do sofrimento das pessoas. Falei para o meu atual companheiro que preciso fazer alguma coisa, ajudar a comunidade, as pessoas necessitadas, de algum modo mais direto.*

Maria encerra dizendo:

*É só!*

Solicitei, então, que ela desenhasse uma pessoa equilibrada. Ela riu, repetindo a palavra *equilibrada*, e começou desenhar. Enquanto isso, desenei também. Maria terminou depressa o desenho e disse:

*Pronto.*

Pedi, então, que ela escrevesse uma história sobre aquela pessoa que havia desenhado. Ela criou, primeiramente, um nome para a figura e passou a escrever a história rapidamente.

Solicitei novamente: *Desenhe, agora, um praticante de loga, em equilíbrio psicológico*. Ela retomou o trabalho. Quando terminou, pedi que inventasse uma história sobre o praticante de loga. Assim que ela concluiu os dois desenhos e as duas histórias, finalizei o primeiro e único desenho. Propus contarmos as histórias uma à outra. Maria retomou um de seus desenhos, olhou para a figura desenhada pela pesquisadora e comentou:

*O meu desenho não tem chão, porque estou solta, livre, e seu desenho tem chão e, portanto, está presa.*

Volta a comparar os desenhos e repete:

*Está presa.*

Ela os coloca sobre a mesa e terminamos.



**Figura 2** – Primeiro desenho-estória de Maria  
Uma pessoa em equilíbrio psicológico

História da Figura 2: “Maria é uma mulher feliz. Teve uma infância muito legal, muitos amigos, liberdade e travessuras. Tornou-se uma adolescente rebelde e idealista. Casou-se jovem. Enfrentou dificuldades na juventude, questionou a existência, a dor e o amor. Confundiu-se, sofreu, se atirou na procura, no mundo, na vida e se descobriu.”



**Figura 3** – Segundo desenho-estória de Maria  
Um iogue em equilíbrio psicológico.

História da Figura 3: “Maria teve contato com a espiritualidade pela primeira vez quando, descrente, procurou entender-se no mundo sem religião e sem dogmas. Experimentou, experienciou várias coisas, inclusive a loga. Identificou-se e acessou sua consciência espiritual. Hoje se sente viva, interligada com tudo, com o universo cósmico.”



**Figura 4** – Primeiro desenho-estória de Marília para Maria  
Uma pessoa em equilíbrio psicológico

História da Figura 4: Do mesmo jeito que Maria se equilibra na corda, ela se equilibra na vida, é preciso estar atenta, concentrada, confiante... Quando está no solo ela se exercita, faz loga, fortalece o corpo e a vontade.



## 4.2 Anita

Maria falou, com muito entusiasmo, de Anita, professora de um curso de educação física de uma universidade da região oeste do estado. Entrei na página eletrônica da universidade e localizei o endereço eletrônico de Anita, para quem enviei uma mensagem, explicando sucintamente meu objetivo. Sem receber resposta, depois de dez dias. Desloquei-me até o *campus* e pedi informações na secretaria, sobre como entrar em contato com a docente. Obtive o telefone da sala de trabalho de Anita e deixei-lhe um bilhete na caixa de correspondências. Ainda sem resposta, uma semana depois, retornei ao *campus* da universidade e deixei um bilhete sob a porta da sala de Anita.

Depois disso, decidi não tentar mais contato novamente, pois entre os motivos daquele silêncio, poderia estar o fato de que eu, mesmo sem pretendê-lo, pudesse estar invadindo a vida de uma pessoa que até então me era desconhecida.

Alguns dias depois, recebi uma mensagem eletrônica de Anita, que me forneceu os horários em que poderia encontrá-la no *campus* e convidando-me para assistir a uma aula de loga, que iria ministrar num curso de extensão.

Compareci à sala de aula, onde se reuniam alguns alunos de graduação em Educação Física, Anita e mais duas docentes convidadas. Apresentei-me e perguntei por Anita, que se destacou e veio me receber.

Sentamo-nos em círculo nos tatames e Anita solicitou a cada um que se apresentasse. Fui a última a falar, disse meu nome e minhas intenções de trabalho. O grupo, muito interessado, foi perguntando detalhes sobre a metodologia.

Senti-me sabatinada e constrangida, pois considerava que precisava informar sobre o trabalho, sem que a possível participação de Anita fosse inviabilizada por racionalizações.

Passado esse instante inicial, a aula teve prosseguimento. As docentes retomaram as posturas estudadas na semana anterior e passaram a

falar de uma nova seqüência de posturas, solicitando que os alunos as realizassem. Faziam comentários sobre a função fisiológica dos ássanas e enfatizavam que era preciso que os estudantes prestassem atenção no que experimentavam, enquanto realizavam a prática, sem tomar como verdade absoluta as ditas funções. Foram duas horas de aula num clima descontraído e agradável. Todos participamos com nossas impressões. Ao final, os alunos foram se retirando, as professoras permaneceram trocando idéias.

Neste contexto, uma das docentes fez uma observação sobre uma tendência, seguida por alguns, de tratar certas posturas da loga como complementares.

*A meu ver, cada postura é completa em si, quando realizada de modo adequado. Chamar algumas posturas de complementares pode levar à crença equivocada de que existem posturas menos importantes do que outras.*

Despedi-me delas, agradecendo a acolhida, e confirmei o encontro à tarde: Anita havia me convidado para realizarmos nosso trabalho naquele mesmo dia, com o que concordei. As outras professoras se colocaram à nossa disposição e, uma delas, a quem chamarei Raquel, disse-me que poderia usá-las como cobaias. Senti vontade de me justificar, esclarecendo que não procurava cobaias, mas decidi silenciar. Afinal, o próprio encontro com ela, se acontecesse, esclareceria a postura científica e pessoal adotada na pesquisa.

Naquele momento, minha atenção estava focalizada em Anita, que concordara em participar da pesquisa.

Tomei por hábito, na época da pesquisa, levar, para as entrevistas, folhas, lápis pretos e coloridos. Nesse dia, eu levava uma caixa com alguns lápis com cores metalizadas. No almoço, deixei a caixa em algum lugar. Fui a uma papelaria e comprei um novo conjunto de lápis de cor, uma caixa comum.

Cheguei pontualmente ao nosso encontro e Anita recebeu-me em sua sala de trabalho, no horário combinado, no final da aula de loga. Convidou-me para entrar, perguntou se deveria fechar a porta e eu lhe disse que considerava importante manter a privacidade do encontro. Anita abriu as janelas, fazia um

calor intenso. Ela tinha um aspecto cansado, os olhos tristes, meio caídos, aparentando desamparo. O tom de suas palavras denotava alegria e não combinava com a expressão do seu rosto.

Disse-me que não se lembrava de Maria, mas que isso não tinha importância. Perguntei, mais uma vez, se gostaria de participar do trabalho de pesquisa e solicitei que ficasse à vontade para decidir. Afinal, eu era desconhecida para ela.

Expliquei que, inicialmente, iria solicitar que contasse sua história de vida. Eu lhe disse que pediria também que fizesse alguns desenhos e que contasse a história deles. Anita reafirmou sua vontade de participação.

Para dar início à narrativa, solicitei que contasse sua história de vida considerando aquilo que, a seu ver, fosse mais importante, naquele momento. Anita reagiu titubeando, dizendo não saber por onde começar.

A fim de abrir o diálogo, perguntei-lhe se era natural da cidade. Respondeu-me que não e começou a contar sobre sua vida.

*Eu estava fazendo o mestrado em uma cidade e morando em outra, com um filho pequeno, um bebê. Eu me sentia muito dividida. Além disso, meu marido também trabalhava na cidade em que residíamos.*

Diante desse quadro, decidi mudar para a cidade onde trabalharia, para ali se estabelecer logo que terminasse o mestrado.

*Quando iniciei o mestrado, não estava preparada, minha graduação não havia me preparado. Os professores do mestrado faziam pós-graduação fora do Brasil e vinham com aquelas exigências de leitura em inglês e em francês, com as novidades da intelectualidade internacional. Muita coisa eu não entendia, fazia uma expressão de quem havia entendido e corria atrás do prejuízo. Então, era muito esforço.*

Foi para o doutorado, assim que terminou o mestrado. Teve outro filho. Trabalhava, estudava e cuidava de duas crianças. O filho mais novo teve asma brônquica...

*Você sabe o que é ir para o pronto-socorro com um bebê que não consegue respirar, em sofrimento? Essa não foi a minha primeira experiência com a falta de ar. Meu irmão, quando era criança, também sofreu e eu tive que cuidar dele também, uma criança cuidando de outra criança... Minha mãe, doente, não podia cuidar. Cuidei do meu irmão e, algumas vezes, de minha mãe. Então decidi ir para o homeopata. Na homeopatia, a gente tem que ficar esperando o organismo reagir, tem que ter muita fé, mas a angústia permanece.*

Assim que terminou o doutorado, convidaram-na para assumir o cargo de chefia de departamento.

*Aceitei, senti-me envaidecida pelo poder. Eu podia fazer tudo, dar conta de tudo, cuidar da minha vida, da minha conta no banco, de tudo. Tive pânico e continuei fazendo tudo, mesmo sofrendo com a síndrome do pânico.*

Perguntei, então, como tinha cuidado desse problema. Respondeu-me:

*Bom, tudo ajudou: psicoterapia, homeopatia, os amigos... Deixei a chefia do departamento e, agora, só quero dar aulas. Deixei a pós-graduação, não oriento mais, terminei as orientações que tinha e parei. Depois da livre-docência, decidi fazer a especialização em loga.*

Naquele momento, alguém bateu à porta e Anita convidou a pessoa para que entrasse e avisou que estava ocupada. Era uma pessoa em busca da sua orientação para pós-graduação. Viera de outra cidade, na esperança de encontrá-la. Anita informou-a de que não estava mais orientando e ofereceu-se para ouvi-la em outro momento e, quiçá, ajudá-la a atingir seu intento.

Na tela do computador, observei que ela estava sendo requisitada e comentei: *Parece que você é muito procurada.*

Sorriu e disse:

*Não provoque meu ego, pois me sinto tentada a corresponder às solicitações, gosto da sensação de prazer que o poder provoca em mim.*

E continuou:

*Pois bem, paramos na especialização, não é? Pensei comigo: vou fazer uma especialização. Não falei para ninguém que eu era doutora, isso muda a relação entre as pessoas, e fiz. Qual a origem dessa opção, homeopatia, loga? Não sei. Em casa, quando éramos crianças, tomávamos até antibiótico... Mas eu decidi pela homeopatia e, aos poucos, toda a minha família também optou por isso.*

Contou que o irmão foi acometido por uma crise de transtorno obsessivo compulsivo e acabou encontrando tratamento na homeopatia.

*Hoje, todo mundo faz tratamento homeopático. Talvez seja influência da família do meu marido ... mas estou me lembrando, quando eu era adolescente nós já nos reuníamos para estudar teosofia, não entendíamos nada daquilo que estávamos lendo, mas cada semana um dos amigos do grupo ficava responsável por um trecho dos livros que escolhíamos. Agora, você perguntando, a gente vai resgatando na memória... Nossa, é um interesse muito antigo... Líamos, também, os livros do Lobsang Rampa, você conhece?*

Disse que sim, que eu também havia lido. Anita comentou:

*[...] Que interessante rever meu percurso [...].*

Percebi que a história de vida estava esgotada, naquele momento, pois, em seguida perguntou-me:

*O que vou desenhar?*

Indaguei se preferia desenhar em outra oportunidade e se estava cansada. Disse-me que reservara aquele horário para nosso encontro e que estaria disponível até terminarmos.

Entendi que esse seria um momento apropriado para solicitar o desenho-estória e pedi que desenhasse uma pessoa equilibrada.

Anita indagou:

*E aqueles lápis bonitos, que vi com você pela manhã?*

Surpreendi-me com a observação e disse a ela que havia esquecido aquela caixa de lápis num restaurante, mas quando voltara para buscá-la, já havia desaparecido.

*Que pena... Achei aquela caixinha muito bonita e imaginei que haveria ali alguns lápis especiais.*

Os lápis tinham-lhe chamado a atenção, segundo declarou a própria Anita, e ela tinha ficado curiosa, na expectativa de usá-los.

Em seguida, falou que preferia desenhar algo diferente de um corpo, um objeto, uma coisa. Repeti a solicitação, pedindo o desenho de uma pessoa equilibrada. Ela, por seu turno, repetiu:

*Desenhar um corpo... Eu preferia desenhar outra coisa, talvez eu tenha dificuldade com minha imagem corporal...*

Eu lhe disse, então, que poderia desenhar aquilo que desejasse. Aí ela começa a desenhar uma pessoa. Peguei papel e iniciei meu desenho também. Surpresa, Anita me perguntou se iria desenhar junto com ela. Assenti, dizendo que sim. Desenhamos em silêncio, escolhendo as cores.



**Figura 5** – Primeiro desenho-estória de Anita  
Uma pessoa em equilíbrio psicológico.

Anita começou a rir e comentou como era difícil desenhar uma pessoa. Quando terminou o desenho, falou:

*Eu não queria desenhar nem homem, nem mulher, mas aí saíram os seios e ficou sendo uma mulher. Os cabelos também são de uma mulher. Aqui são os nadis<sup>33</sup>.*

---

<sup>33</sup> Segundo o Ayurveda, sistema de medicina indiano, do qual a Ioga é uma parte, os *nadis* são caminhos de energia.

Apontou a região do púbis e disse que ali não havia volume. E seguiu comentando:

*O meu desenho esta meio torto, eu devo ter problema de consciência corporal, porque um lado está maior que o outro.*

Respondi que todos têm um lado do corpo diferente do outro. Solicitei, então, que escrevesse uma história atrás do desenho. Anita disse-me que preferia contar sua história em vez de redigi-la. Concordei.

Contou então:

História da Figura 5: “Essa pessoa está em uma praia, está tudo bem, ela está feliz.”

Olhou para mim e sua expressão sugeria que já havia terminado. Insisti, pedindo-lhe novamente para inventar uma história sobre a pessoa que desenhara. Anita continuou:

Continuação da história da Figura 5: “Ela está sentada em uma praia, contemplando o pôr-do-sol, está sozinha, em silêncio, aguardando o próximo momento. Essa é a história dessa pessoa.”





**Figura 6** – Desenho-estória de Marília para Anita  
Uma pessoa em equilíbrio psicológico.

História da Figura 6: Esse é o caminho da vida. A trajetória é longa, algumas vezes cansativa. Nessa estrada, o caminho é instigante, algumas vezes, muito feliz, outras, triste. As árvores frondosas oferecem a sombra. Aqui, pode-se parar para descansar, antes de empreender nova jornada.

Contei para ela minha história, mostrando o que havia desenhado.

Terminados os desenhos-estória, Anita, mais descontraída, disse:

*Comecei a perceber que meus interesses pela teosofia e pela meditação são bem antigos. A espiritualidade, que não encontrei na tradição católica, encontrei na loga e na teosofia.*

Percebera, mais tarde, que todas as religiões falavam da mesma coisa, mas que fora tocada pela teosofia e que admirava muito os evangélicos.

*Em nossa casa, nos reunimos eu, meus filhos e meu marido, para meditar, pelo menos, uma vez por semana, e isso é muito bom.*

No final desse encontro, senti-me cansada, exausta. Anita ofereceu alguns dos seus livros sobre loga e disse que estava à minha disposição. Haviam-se passado apenas duas horas e sentia-me esgotada. Antes de eu ir, Anita insistiu em me fornecer os endereços das outras duas professoras. Naquele momento, estava em dúvida sobre a disponibilidade delas, mas anotei os endereços e parti.

Tencionava redigir a narrativa desse encontro assim que chegasse em casa, mas não fiz isso, em virtude do cansaço. Considerei que a exaustão era fruto tanto do calor intenso, como também da intensidade emocional do encontro com Anita. No dia seguinte, fiz algumas anotações, mas ainda não tinha disposição para redigir a narrativa do encontro. Somente dois dias depois, senti-me à vontade para fazê-lo.

### **4.3 Raquel**

Passado um mês do encontro com Anita, depois de um feriado, resolvi ligar para Raquel, ainda impressionada com a frase que dissera: “pode nos utilizar como cobaias”, e que havia soado de modo desagradável, como se eu houvesse invadido seu espaço emocional/laboral.

A insistência de Anita em garantir que eu pudesse entrar em contato com ela, provocou-me um sentimento ambivalente: fiquei deseiosa de encontrá-la

e, ao mesmo tempo, de ir à busca de outras colaboradoras. Resolvi entrar em contato para saber se seria bem-vinda. Eu tinha o telefone da casa dela. Em que horário ligar, sendo minimamente invasiva?

A conversa, ao telefone, foi bastante objetiva. Raquel pediu-me informações sobre o que esperava que ela realizasse em nosso encontro. Informei que pesquisava o imaginário coletivo de professores de Hataioga sobre equilíbrio psicológico e que, para tal, gostaria que ela me narrasse sua história de vida, fizesse alguns desenhos e depois contasse a história das figuras desenhadas. Eu lhe disse que compreenderia, perfeitamente, se não tivesse disponibilidade para participar, tendo em vista que eu também era docente e sabia que nossas agendas estavam sempre lotadas de compromissos. Raquel solicitou que eu a aguardasse e foi buscar sua agenda para que pudéssemos marcar um encontro.

No dia e hora marcados, encontramos-nos no *campus* da universidade. Cheguei um pouco mais cedo, para evitar que algum acontecimento provocasse atrasos. Sentei-me num banco e aguardei. Em seguida, sentou-se ao meu lado uma moça, extremamente agitada. Indaguei se estava tudo bem com ela. Respondendo que sim, falou que estava ansiosa, pois acabara de fazer uma entrevista com uma docente a quem desejava muito como orientadora. E começou a me falar de suas impressões sobre Raquel, que, segundo a candidata, era uma pessoa muito competente, alegre e humana.

Algum tempo depois, apareceu Raquel, na hora combinada. Sorridente, convidou-me para entrar em seu espaço de trabalho, comentando que pensou que eu não iria procurá-la, pois já fazia bastante tempo desde que nos encontráramos na aula de loga.

Senti um alívio e minhas dúvidas sobre sua disposição em participar da pesquisa dissiparam-se. Raquel solicitou novas explicações sobre como faríamos o trabalho. Repeti as instruções e ela me informou que dispunha de duas horas e queria saber se o tempo seria suficiente. Eu disse que não podia prever quanto tempo levaria para realizar a proposta. Perguntou se eu gostaria que fechasse a porta da sala e eu lhe disse que sim. Fazia calor e o espaço reservado era

pequeno. Considerei que era importante nós mantermos certo grau de privacidade. Perguntei se ela concordava em realizar a narrativa da sua história de vida e os desenhos. Ela comentou ter medo de não ser capaz de desenhar.

Disse-lhe que meu objetivo não era artístico, que o desenho seria uma forma de diálogo. *Podemos começar?*– indaguei. Raquel vai direto ao tema central, norteador da sua vida nesse momento:

*O mais importante para mim hoje é a família.*

Seguiu-se um silêncio seco, mas não duro, apenas seco, durante o qual pareceu aguardar minha fala. Olhando em torno, vi uma fotografia de um grupo dançando e perguntei se gostava de dança. Sorriu e disse:

*Adoro, ensino dança contemporânea.*

Novo silêncio. Senti que não devia tocar diretamente na questão da família e optei por indagar como fora seu encontro com a loga. Ela respondeu, focalizando o período de ingresso na universidade:

*Meu pai é descendente de alemães, minha mãe, de italianos. Tinham baixo poder aquisitivo e, juntos, nos criaram, a mim e à minha irmã, com bastante rigor, buscando nos oferecer a melhor formação possível. Desde menina, eu comecei a fazer natação. Eu gostava mesmo era da dança, mas fui aprender a nadar, pois a prefeitura de minha cidade oferecia cursos gratuitos. Com o tempo, tornei-me tão boa na natação, que passei a dar aulas.*

Segue dizendo que, assim que completou o nível secundário de educação escolar, prestou o vestibular para uma universidade pública, **passou** e, assim, ingressou na universidade.

*Prestei vestibular no curso de Educação Física e passei. Dança não era um caminho possível, já que eu precisava de uma profissão que, mais tarde, viesse a garantir meu sustento. Assim que me formei, fui fazer o curso técnico para arbitragem e convidaram-me para dar aulas de natação.*

Depois de ter se formado na universidade, soube que haveria um concurso para sua área de atuação.

*Todas as meninas da minha turma sabiam do concurso, mas ninguém queria sair do estado de São Paulo. Fui lá, peguei as informações, prestei o concurso, passei e comecei a dar aulas e tornei-me docente numa universidade pública.*

Naquela época, os cursos de Educação Física tinham ênfase no desempenho e os alunos eram preparados visando às competições.

*Aquele curso de Educação Física era ministrado como uma cópia das atividades militares. Eu tinha sido formada numa outra concepção de atividade física. Então, sem falar muito, fui construindo a disciplina de ginástica, com as características mais próximas da minha formação. O reitor, um coronel da reserva, ia assistir às minhas aulas, bem como as dos outros docentes. Eu me arriscava, contando que meu trabalho produzisse um resultado final que ele também aprovasse, pois percebi, desde cedo, que o que importava para ele era o resultado, não o caminho para atingir esse resultado. No final, consegui meu intento.*

Então, foi convidada por amigos a conhecer a Hataioga.

*Conhecendo, passei a gostar dessa prática, que fez muito sentido para mim. Permaneci mais de uma década nessa universidade e, durante todo esse tempo, fiz a prática.*

Decidiu trabalhar em outra universidade.

*Resolvi me deslocar para outra universidade, mais próxima da cidade da minha família, pois minha mãe adoecera gravemente e seu estado de saúde inspirava cuidados.*

Contou-me que sua família era bastante participativa e que sempre cuidavam uns dos outros.

Raquel olhou para o relógio e informou-me de que tínhamos mais alguns minutos, mas que logo teria de sair para um compromisso, que já havia marcado. Então, decidi que deveríamos nos ver num outro momento e agendamos um novo encontro.

Duas semanas mais tarde, nos encontramos novamente. Falei do tempo e de como o ar estava seco. Ela olhou-me e perguntou:

*Onde foi que paramos?*

Eu lhe disse que ela havia me contado que retornara ao estado de São Paulo, pois a mãe adoecera.

*Ah, sim, minha mãe teve câncer no seio. Ela está bem agora, sobreviveu, mas eu queria estar por perto, pois minha irmã, que ainda reside com meus pais, estava esgotada, trabalhando e cuidando deles. Algumas vezes nos revezávamos e eu ia cuidar de minha mãe e, por tabela, de meu pai. Embora o pai fosse uma pessoa independente, quem cuidava dos afazeres domésticos era a mãe e, eventualmente, minha irmã. Depois que mamãe melhorou, retomei minha vida normal.*

Então, um dia, quando já tinha perdido a esperança, recebeu uma convocação para adoção.

*[...] Havia muito tempo, eu me candidataria à adoção, mas já tinha perdido as esperanças de conseguir adotar uma criança. Tinham me oferecido passar na frente, na fila dos candidatos à adoção, contanto, é claro, que eu repassasse uma quantia em dinheiro. Como não concordo com esse tipo de atitude, fiquei na fila de espera.*

Ficou imensamente feliz e foi conhecer a criança. Soube que eram duas meninas e que não podiam ser separadas.

*Se eu quisesse, teria que adotar as duas crianças. Eu até queria, mas não sabia se daria conta de três, sem prejudicar minha primeira filha. Já estava separada e meu salário não comportava três. Duas sim, três não.*

Pedi um tempo para pensar, mas já sabia que, sozinha, não teria condições de sustentar a casa. A solução veio de uma ajuda da irmã:

*Então, conversando com minha irmã, por telefone, e falando de minha tristeza, que tinha gostado muito das crianças, minha irmã disse que ela tinha uma solução, que seria responsável pelas despesas de uma das meninas. Eu ficaria com elas, educaria e*

*ela me ajudaria financeiramente e, é claro, em todos os outros aspectos que pudessem surgir também. Assim foi.*

Perguntei por que decidira adotar. Raquel contou-me que sempre quisera adotar uma criança, mesmo que tivesse mais filhos. Era uma parcela da sua participação social. Gostou muito de ser mãe, de ver as crianças crescerem felizes e progressivamente tornarem-se adultos independentes. Decidiu que iria adotar um filho, em algum momento, e considera que recebeu uma graça quando encontrou suas filhas.

*Elas trazem luz e alegria para nossa casa. No início, foi difícil, a mais velha sentia muito ciúme e pensava que fosse perder a mãe, mas, com o passar do tempo, ela acabou perdendo o medo de dividir o amor e adotou as irmãs. As gêmeas estão com oito anos, lindas, é claro.*

Contou que, há mais ou menos seis meses, passou por muita tensão, não sabia quem eram os pais biológicos das suas filhas, nem qual era a história pregressa à adoção, pois achava que isso não era importante. Um feirante, que a conhecia há alguns anos, veio falar-lhe sobre os pais biológicos das gêmeas e que eles queriam vê-las. Disse-lhe que não temesse, pois eles queriam apenas vê-las. O feirante havia comentado com os pais que elas estavam bonitas e bem cuidadas.

*Fiquei assustada, não queria perder as meninas, mas também não podia privá-las de conhecer os pais. Combinamos um encontro, eu, as gêmeas e os pais biológicos. Foi a meia hora mais longa de minha vida. Sofremos todos, Ana, minha filha mais velha, minha irmã e meus pais. Os pais biológicos de Jéssica e Fernanda, as gêmeas, foram apresentados a elas como se fossem apenas duas pessoas conhecidas. Conversamos um pouco e eles se foram. Sei que algum dia elas vão querer conhecê-los, quando estiverem mais autônomas. Meu medo foi eles requererem a guarda das meninas, mas isso não aconteceu. Os pais não têm condições de cuidar de duas crianças, nem do ponto de vista econômico, nem do desejo. Por enquanto, não desejam as filhas, mas parece que ficaram felizes em vê-las bem.*

Terminou dizendo:

*Essa é minha vida hoje [...]. Será que haverá tempo para desenharmos?*

Perguntei-lhe as horas, ela me informou e disse que, se fosse melhor para mim, marcaríamos um próximo encontro. Tínhamos ainda meia hora, mas decidi que seria melhor continuarmos num outro momento.

Para a realização dos desenhos-estória, encontramos-nos novamente na sala de trabalho de Raquel. Sorridente, perguntou-me:

*E então?*

Eu lhe disse que gostaria que ela desenhasse uma pessoa em equilíbrio emocional. Pareceu pensar e iniciou o desenho.



**Figura 7** – Primeiro desenho-estória de Raquel  
Uma pessoa em equilíbrio psicológico.

História da Figura 7: “Fui ao campo para apreciar a natureza e a criança interna quis participar da alegria. Pulei corda..., saltitando, para



celebrar a vida como ela é... de altos e baixos, mas sempre dinâmica... Saltitando para tocar o chão e me desprender em direção ao ar... Ainda bem que trouxe umas maçãs... Me deu sede e o suco de maçã azedinha foi perfeito. Preciso trazer as crianças para brincarmos juntas”.

Enquanto Raquel desenhava e escrevia, eu também produzi o desenho-estória que segue:



**Figura 8** – Primeiro desenho-estória de Marília para Raquel

História da Figura 8: Julia, Jasmim, Mercedes, meninas mulheres aventureiras, que gostam de viajar pelo Brasil e de divertirem-se. Em sua última viagem, foram a Recife e passaram dias de muita alegria e agitação. Agora, retornam para casa e para a rotina do dia-a-dia, esperando pela próxima aventura.



**Figura 9** – Segundo desenho-estória de Raquel  
Um iogue em equilíbrio psicológico.

História da Figura 9: “Ele é um iogue feliz, pois contempla a vida com a serenidade que a prática da loga lhe traz. Recolhendo-se em sua prática, ele se abre para o mundo, para o universo, e irradia a energia da vida que se expande até... o infinito. De olhos fechados, ele não vê (com os olhos) sua própria expansão, seu alcance, pois nessa condição ele não é só ele, mas “uno” com o universo – ele sente,

com todo o seu ser, a grandeza da vida, a grandeza da natureza, da qual faz parte. Ele sente o pulsar da vida. Os olhos que vêem, o vêem em luz, os olhos através dos quais ele vê, vêem tudo como manifestação da vida em suas infinitas formas. Sua expansão e unidade lhe dão condições de ver o feio, o grotesco, o “à parte”, em todas as manifestações menos “expandidas”, como realidades em busca de equilíbrio e oportunidades. Sua serenidade lhe dá o chão para não “atravessar” outros caminhos, mas para seguir “ao lado”, pulsando e celebrando a vida.”



**Figura 10** – Segundo desenho-estória de Marília para Raquel  
Um iogue em equilíbrio psicológico.

História da Figura 10: Hoje é o primeiro dia de aula de loga de Joana. Ela está decidida a voltar à atividade física, depois de uns 20 anos de vida sedentária. Uma amiga convidou-a várias vezes e tem lhe falado muito da professora.

No início da aula, a professora, Regina, apresentou Joana aos outros alunos e, em seguida, realizaram uma meditação dirigida, buscando internalizar a atenção, tudo num clima suave e tranquilo.

A primeira postura que Joana aprendeu foi a da árvore. Regina orientou-a a respirar, a sentir os pés tocando o solo e os vetores de força de sustentação. Em seguida, solicitou aos alunos que levantassem, lentamente, seus braços, contemplando o movimento do próprio corpo. E a surpresa foi o grau de dificuldade de se manter firme com os pés na terra, seus braços levantados, tudo doía e, provavelmente, era assim o tempo todo, mas a atenção voltada para si mesma trouxe a consciência da dor. Regina pediu que encontrassem um ponto de equilíbrio, em que todo o corpo estivesse confortável e que permanecessem respirando o tempo todo. Joana, no final da aula, estava plenamente consciente de que era preciso persistir, pois muito tempo se passaria até aprender a encontrar o ponto de equilíbrio, ficar confortável, permanecer respirando e não utilizar força, contrações ou qualquer estratégia desnecessária ao bem-estar. A cada postura, descobria-se fazendo muita força, contraindo o corpo e as suas emoções.

Esse foi apenas o primeiro dia...

No final do encontro, mostramos nossos desenhos e contamos nossas histórias. Raquel disse que no seu primeiro desenho está representado o olho que

tudo vê e que esse olho está vendo o iogue iluminado, enquanto que o iogue vê tudo como manifestação da vida.

#### **4.4 Desirê**

Liguei para Desirê e rerepresentei-me, dizendo que assisti a sua aula de loga na universidade. Imediatamente, lembrou-se de minha participação na disciplina que ministrava com outras docentes. Informei que Anita havia me dado seu telefone e que gostaria de saber se ela tinha disponibilidade para participar da minha pesquisa.

Desirê solicitou que eu lhe dissesse como era meu trabalho e o que esperaria dela. Expliquei que estava realizando uma pesquisa sobre o imaginário coletivo de professores de Hataioga acerca do equilíbrio emocional. Caso ela concordasse em participar, deveria me contar sua história de vida e, depois, fazer alguns desenhos. Relembrando o que já lhe havia dito no nosso encontro anterior, comentou:

*Ah, sim, agora me lembro, posso participar, sim.*

Marcamos o primeiro e único encontro pela manhã, em sua casa.

Cheguei e Desirê convidou-me a entrar. Sentamo-nos na sala de visitas. Apresentou-me seu marido. Serviu-me água e ficamos a sós. Perguntou-me sobre o que deveria falar. Eu lhe disse que gostaria que ela contasse a sua história de vida, a partir do que considerava mais importante naquele momento.

Olhou-me com uma expressão interrogativa e iniciou sua narrativa:

*Tenho lembranças da minha vida somente a partir dos sete anos, depois que meu pai faleceu. Antes disso, não me lembro de nada. Às vezes, percebo memórias momentâneas - um rosto, um lugar - de tempos que antecedem meus sete anos, mas nada como um acontecimento completo.*

O pai sofreu um enfarto e faleceu de repente. Não se lembrava dele, nem mesmo de seu rosto. A lembrança mais próxima que tinha, de uma época em que ele ainda vivia, era um traço de memória, quando ganhou de presente uma boneca, a Andinha:

*Nessa lembrança, vejo-me recebendo uma boneca, eu sabia que era o pai que estava lá, porque perguntei para a mãe se havia ganhado mesmo a boneca e ela confirmou que meu pai havia me dado uma Andinha. Na minha lembrança, alguém que não vejo está me oferecendo a boneca. Ela vem na minha direção, mas não consigo ver quem está atrás dela.*

Desirê afirmou que passou por momentos muito difíceis, em que vivenciou perdas muito importantes: o pai, a mãe e o irmão, que se suicidou.

*Depois que meu pai faleceu, minha mãe, que era dona de casa, foi trabalhar no fórum. Meu pai era policial e um juiz, amigo dele, ajudou minha mãe e ela começou a trabalhar lá para manter o sustento da casa. Ela tentou suprir o lar do mesmo modo de quando o pai ainda vivia. Conseguiu, do jeito dela.*

Depois de algum tempo, a mãe começou a sair para dançar, ir a bailes e a namorar. Trazia os homens para casa e a filha não gostava disso. Contou que desejava que a mãe se comportasse como as mães das amigas de escola, mas isso não acontecia:

*Cheguei a freqüentar missas numa igreja, copiando as atitudes das meninas da vizinhança, na esperança de ter uma vida parecida com a das pessoas da minha comunidade, mas não obtive sucesso, já que não entendia os ritos religiosos.*

Um dia, a mãe começou a namorar firme e o namorado foi morar com sua família.

Na casa, viviam ela, o irmão e a mãe. Desirê contou que não gostava do companheiro da mãe, sentia ciúmes. Além disso, tinha a bebida... A mãe, quando saía com seu companheiro, bebia. No período em que o padrasto coabitou com sua família, passou a beber, eventualmente, em casa, fato que muito desagradou Desirê.

Contou que sua mãe lhe dizia que ela era culpada de sua infelicidade, em virtude do ciúme excessivo que sentia das pessoas com quem tinha de dividir o convívio com a mãe.

*O companheiro de minha mãe trouxe duas filhas do seu primeiro casamento. Isso foi bem legal, pois ,então, eu tinha companhia e, apesar do ciúme que sentia de minha mãe, fiquei muito feliz e foi mais fácil suportar a presença de meu padrasto.*

Com o irmão, Desirê não podia brincar, pois ele sofria de epilepsia e, quando mexia nas coisas dele, sabia que seria repreendida.

*E eu também não era nada boazinha, eu gostava de cutucar, de provocar, fui uma criança malvada. Sentia ciúmes até das filhas de meu padrasto, ainda que gostasse delas.*

Quando Desirê e as irmãs adotivas atingiram a adolescência, uma delas, que era solteira, ficou grávida. A madrasta mandou-a embora de casa.

*Foi muito triste, pois eu não concordava com minha mãe. Isso acabou deteriorando o relacionamento dela com meu padrasto e eles acabaram se separando. Minha mãe ficou muito infeliz e deprimida.*

Assim, decidi conversar com o padrasto e pedi que ele voltasse para casa.

*Fui até o local onde ele trabalhava, tentei conversar, mas aí foi muito ruim, pois ele acabou me beijando... Por que ele fez isso? Por que ele fez isso?*

Então, contou à mãe o que tinha acontecido, mas esta não acreditou, pensou que a filha inventara aquela história motivada por ciúme.

*Ela continuou indo aos bailes e a beber, até que conheceu um novo namorado, que foi morar com ela, muito mais novo que ela, muito grosseiro... bebiam muito.*

Nessa época, Desirê começou a trabalhar e já se tornara financeiramente independente. Alugou uma casa e foi morar sozinha. Todas as semanas, ela conseguia um tempo para visitar a mãe.

*Incomodava-me muito com o seu modo de agir, mas eu agi do mesmo modo. Namorei muito, fiz coisas condenáveis, até que encontrei meu marido, casei e sosseguei.*

Retomando a sua relação com o irmão, falou que ele sempre teve problemas de saúde, tinha crises epiléticas, então, não podiam deixá-lo nervoso, porque advinham crises.

*Por isso, eu não tinha com quem brincar. Mas eu era malvada, de vez em quando eu cutucava, pois sabia que ele reagiria.*

Olhou-me com a expressão interrogativa e balbuciou para si mesma:

*Não sei se devo contar isso.*

Respirou fundo e falou que perdeu o irmão, há um ano. Lembrando-se dos momentos que antecederam a morte dele, entendeu que já havia percebido que ele estava estranho naquelas últimas semanas.

*Ele, que sempre tinha sido triste, estava mais sociável, em especial, no dia em que cometeu suicídio. Naquele dia, ele estava alegre, passou aqui em casa, conversou comigo e ficou. Eu fui trabalhar.*

Desirê é oficial de justiça e, por causa do trabalho, tem uma arma, que guarda em casa, não gosta de andar armada. O irmão sabia onde ela guardava o revólver.

*Naquele dia, ele pegou a arma e matou-se. Deixou a mulher e dois filhos pequenos, eu acho que ele planejou tudo, estava desempregado, numa situação muito dura, e ele era tão fechado...*

Desirê considera que a sua é uma história de perdas, do pai, da mãe, do irmão:



*Agora somos somente nós, eu, meu filho e meu marido.*

Silenciou, emocionada, as lágrimas escorriam pelo rosto, tentou se controlar, não conteve a emoção e chorou. Aguardei sua expressão e esperei até que ela se refizesse.

Passado algum tempo, perguntei como lidava com o fato de ser oficial de justiça e professora de loga, dizendo-lhe que me parecia que essas atividades eram propostas contraditórias. Desirê concordou comigo, afirmando, contudo, que conseguia separar bem as coisas, sendo uma pessoa diferente quando em serviço como oficial de justiça. Contou que gostaria de poder viver apenas com o que ganha como professora de loga, mas que a vantagem financeira que auferia como oficial de justiça era muito expressiva para o seu orçamento. Além disso, disse que faltavam apenas dez anos para a sua aposentadoria, o que lhe permitiria dedicar-se inteiramente à loga. Acrescentou que, mesmo hoje, com muitas atividades, conseguia praticar todos os dias.

Percebendo que aquele momento da narrativa tinha se esgotado, e considerando que Desirê deveria ainda fazer o almoço para o filho e o marido, disse-lhe que, talvez, fosse melhor nós marcarmos um novo encontro, em outro momento, para continuarmos. Ela respondeu que não era necessário, pois o marido iria comprar o almoço e cuidaria de ir buscar o filho na escola. Então, indicou a mesa ao lado para realizarmos o desenho, com o que concordei.

Coloquei os lápis coloridos e as folhas sobre a mesa. Nesse momento, seu marido entrou e perguntou como fariam com o almoço. Ela o instruiu e seu marido sorriu para mim e retirou-se. Então, solicitei a Desirê que desenhasse uma pessoa em equilíbrio emocional. Imediatamente, escolheu os lápis e começou a desenhar.

Quando percebi que havia terminado seu desenho, solicitei que inventasse uma história para ele. Em resposta, convidou-me a olhar para o desenho, explicando suas opções de cores:

*Pintei, primeiro, o fundo azul, depois, verde e amarelo, aqui no centro. Pensei que essa pessoa era eu. O amarelo é luz, muita*

*luz, aí senti que queria desenhar esse verde, da esperança. Sem esperança é impossível, é suicídio. E depois, o preto, que não se pode deixar de lado quando a gente está no escuro, quando tudo está preto, também faz parte, também é importante. Penso que são todos os eus que sou eu mesma.*

A seguir fez uma observação, dizendo que o desenhar se assemelhava a um estado de transe, no qual é possível dizer coisas que não nos preparamos para dizer, algo que julgou muito “interessante”.



**Figura 11** – Primeiro desenho-estória de Desirê  
Uma pessoa em equilíbrio psicológico.

História da Figura 11: “Este mundo em que vivo não é um mundo à parte. Faz parte, mas não é uma parte. Tem o verde, o amarelo, o

azul. Talvez estejam faltando cores, mas por hora está bom. O Ser equilibrado está em qualquer cor, está de bem com o preto, com o verde. Todos são importantes. O preto está bem consigo mesmo e com as outras cores. São diferentes, admiram-se e admiram a tudo e a todos ao redor. O Ser equilibrado busca o belo, porque tudo é, realmente, belo. Está no meio e se harmoniza com o meio. Ele faz o meio.”



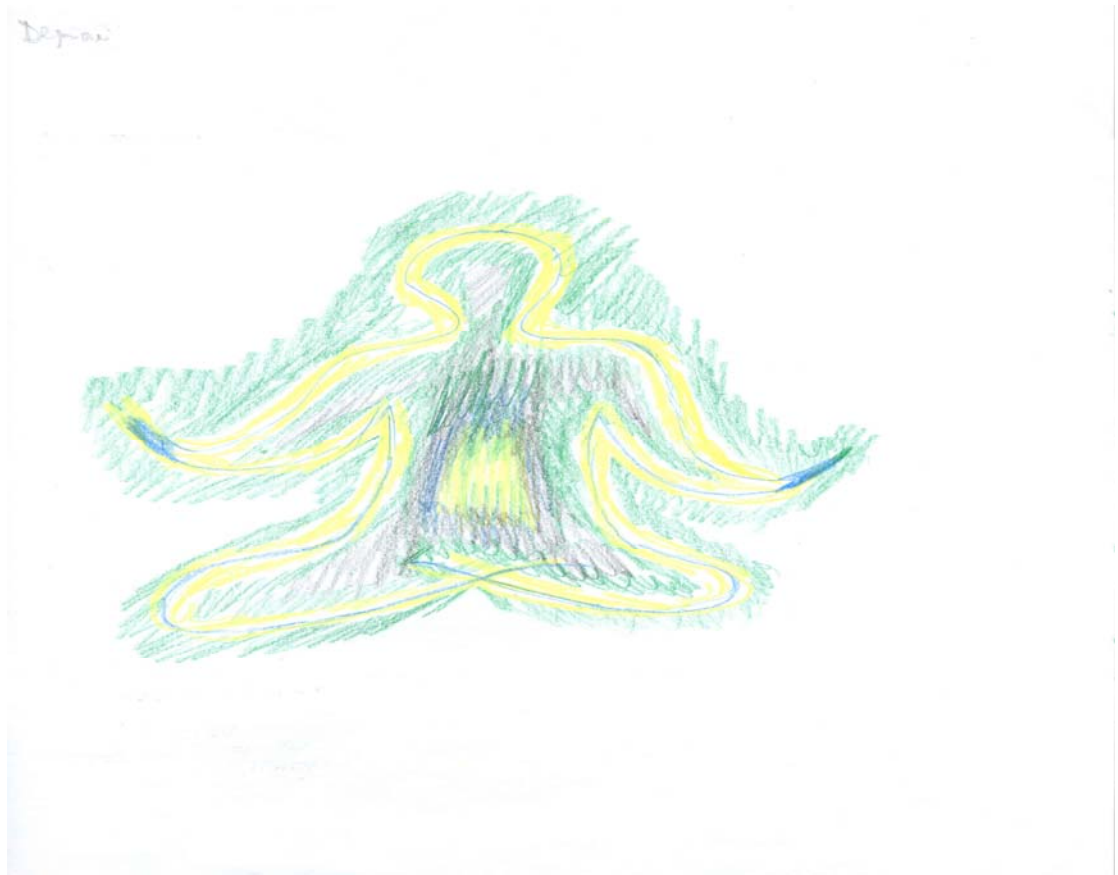
**Figura 12** – Primeiro desenho-estória de Marília para Desirê  
Uma pessoa em equilíbrio psicológico.

História da Figura 12: Virginia nasceu em “Nova Gokula”. Seus pais, Maria e José, são “Hare Krishna”! E estão casados há dez anos. Hoje é o

primeiro dia de apresentação de Virginia, ela vai representar a dança do cisne que, alegremente, leva Krishna e Rada, sua consorte, no passeio ao lago. Rada e Krishna acomodam-se no dorso do cisne e, alegremente, vão passear. Virginia sente-se muito honrada em representar, na dança, o pássaro que serve a Deus e à sua consorte.

Desirê demonstra surpresa com o meu desenho-estória e comenta:

*É uma história mesmo. Eu não fiz assim.*



**Figura 13** – Segundo desenho-estória de Desirê  
Um iogue em equilíbrio psicológico.

História da Figura 13: “Esse iogue está emanando cores, energia luminosa. Reconhece e compreende as pessoas, as cores, os animais, as plantas. Ele vê Deus, ele vê o outro. Quando

olha para o outro, ele vê a si mesmo. Está tudo junto. É dentro e fora. É fácil fazer para o outro o que gostaria que fizesse para si mesmo. Vale a intenção, e o autor não precisa saber, nem adianta saber. “



**Figura 14** – Segundo desenho-estória de Marília para Desirê  
Um iogue em equilíbrio psicológico.

História da Figura 14: Está terminando a sua aula de ioga. Ela escolheu a última postura, a da cobra, e seu corpo descansa sobre o tapete. Ela sente cada uma das partes do seu corpo descansando sobre o chão, o abdômen espalha-se e, com os braços, sustenta a cabeça. Assim, Júlia costumava deitar-se para descansar no quintal de sua casa, quando criança, e ficava

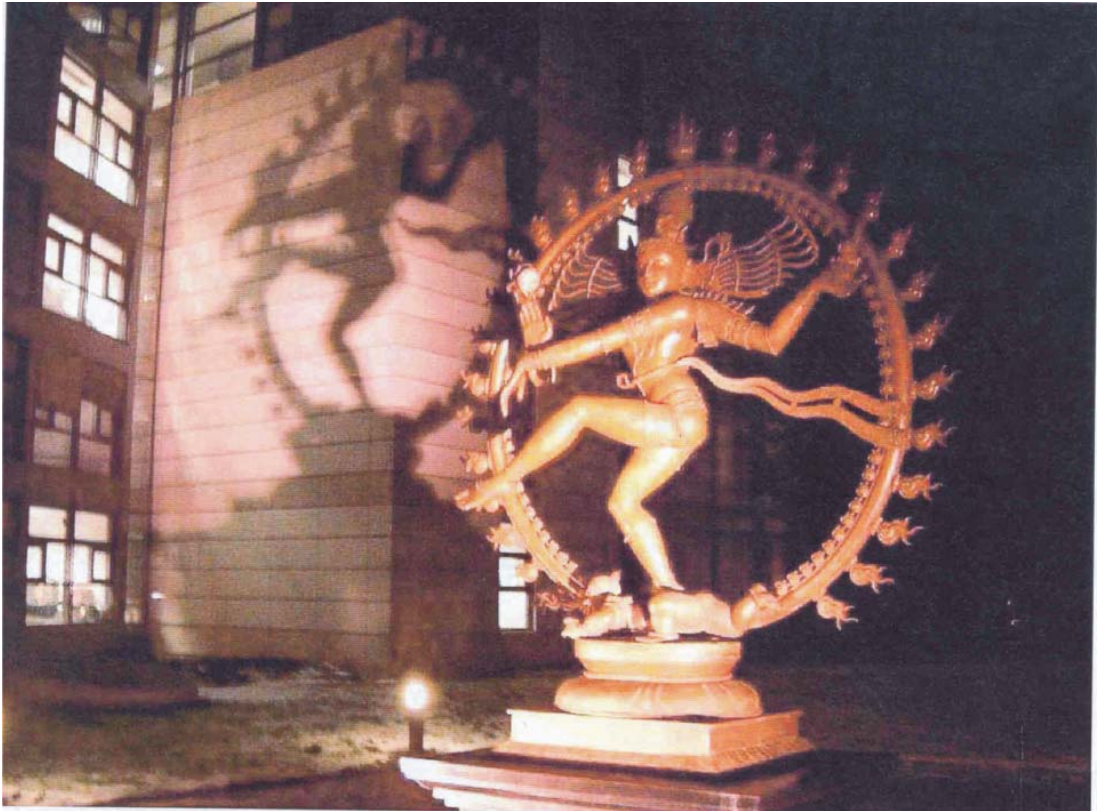
contemplando os pequenos besouros, formigas, as diferenças nos ladrilhos, que formavam figuras. Aos poucos, soltava a imaginação e já não estava mais lá. Sentia-se presente em todos os lugares, seu corpo perdia os contornos e sua emoção ganhava espaço. Assim, em silêncio, ela sentia grande paz interior.

Desirê comentou que gostou muito do nosso encontro. Conteí a ela que gosto muito desse modo de desenvolver uma pesquisa, um jeito que me aproxima das pessoas. Em seguida, eu lhe disse que estava preocupada com seu marido e filho. Provavelmente, estariam esperando-a para o almoço, já era uma hora da tarde. Tranqüila, respondeu-me que, certamente, eles já tinham almoçado e levantou-se para chamá-los.

O filho entrou na sala, muito tímido, falou com a mãe sobre a escola e ela me apresentou a ele. Perguntou se já tinham almoçado e o filho disse que estavam esperando por ela.

Levantei-me, dizendo a Desirê que gostaria de ir. Ela me acompanhou até o portão. Agradei sua participação e, naquele momento, sugeri que considerasse a possibilidade de fazer psicoterapia, pois era muito difícil viver com tanto sofrimento retido. Disse-me que fazia loga todos os dias e, em seguida, perguntou-me se isso não bastava. Falei que, diante de tanta dor, considerava importante que ela contasse com ajuda. Na companhia de alguém, em quem confiasse e que pudesse compartilhar seu sofrimento, seria mais fácil liberar a sua dor. Se ela decidisse fazer psicoterapia, eu estaria à disposição para fazer indicações de psicoterapeutas.

Despedi-me, e seus olhos pediam ajuda. Pediam-me que ficasse... Fui com a impressão de que faltava fazer algo.



**Figura 15** – Shiva Nataraja  
Shiva Nataraja, o criador da loga, é uma manifestação da trindade divina da mitologia indiana. Fonte desconhecida.

## **5 CONCEPÇÕES IMAGINATIVAS E CAMPOS PSICOLÓGICOS NÃO CONSCIENTES**

---

Percebemos claramente, por meio das Narrativas das Histórias de Vida, que as práticas meditativas foram buscadas, pelas mulheres, em razão das dramáticas circunstâncias de seu viver, que incluíam problemáticas afetivas variadas, na relação com a família de origem, com os cônjuges e filhos. Além de dificuldades socioeconômicas e algum grau de insatisfação com os recursos disponíveis em seu ambiente cultural.

Tomando-as como sujeitos emblemáticos, buscamos identificar as concepções imaginativas sobre equilíbrio psicológico que emergiram nos nossos encontros. Algumas vezes, fomos levadas a focalizar o avesso daquilo que nos propusemos, ou seja, o sofrimento, entendendo que essas concepções imaginativas foram forjadas como estratégias de sobrevivência emocional, que se vincularam, nos quatro casos, à prática da loga.

Preocupar-nos-emos, em nossa análise, em captar as concepções imaginativas e os campos psicológicos não conscientes que sustentam o imaginário dessas mulheres, mantendo fidelidade ao enquadre de consulta individual para a abordagem da personalidade coletiva.

As pessoas que colaboraram neste estudo são, como todas as outras, seres únicos e singulares. Por outro lado, expressam, por meio de suas criações, crenças comuns, coletivamente compartilhadas, que motivam, de modo não consciente, suas condutas. Apresentam-se, assim, como figuras emblemáticas, que nos proporcionam conhecimento sobre muitas outras pessoas cujas trajetórias de vida incluem a prática da loga (MACHADO, 1995).

## ***5.1 Concepções imaginativas sobre equilíbrio psicológico***

### **5.1.1 No início da vida**

Encontramos uma concepção na qual a pessoa equilibrada se mantém próxima da infância, cultivando a alegria de viver.



*Fui ao campo para apreciar a natureza e a criança interna quis participar da alegria. Pulei corda... saltitando para celebrar a vida como ela é... de altos e baixos, mas sempre dinâmica... saltitando para tocar o chão e desprender-me em direção ao ar... (RAQUEL).*

Para atingir o equilíbrio psicológico, é necessário brincar com a vida e com os obstáculos decorrentes do viver. É indispensável, também, celebrar a vida em toda sua magnitude.

### **5.1.2 Mergulhando no viver**

Encontramos uma primeira concepção imaginativa de equilíbrio psicológico, na qual a pessoa é considerada equilibrada quando se envolve profundamente com outras e com experiências que vão se apresentando no decorrer da vida. Há uma abertura para o encontro afetivo emocional, o que poderá promover uma desejável abertura em relação à alteridade. Segundo essa concepção, a prática da loga propicia mudanças qualitativas no processo contínuo de relação com o outro. A vivência da espiritualidade, implícita na prática da loga, possibilitaria a percepção da interligação com o universo.

Para atingir o equilíbrio psicológico, a pessoa aboliria as organizações subjetivas e enrijecidas, buscando vivenciar um estado de descontração, conforto, equilíbrio e entrega. A pessoa equilibrada e a iogue não se distinguem e a vivência é sentir-se viva e real:

*[...] hoje se sente viva, interligada com tudo. (MARIA).*

### **5.1.3 Em solitude no silêncio**

Pudemos entrever uma segunda concepção, segundo a qual a pessoa equilibrada é aquela que é capaz de estar só, em silêncio, afastada dos acontecimentos, das solicitações e das exigências do cotidiano. Seria, assim, capaz de evitar todo e qualquer estímulo à ativação de desejos e necessidades. A

pessoa equilibrada é, portanto, capaz de colocar uma distância entre si mesma e o mundo que a rodeia.

*Esta pessoa está sozinha, em silêncio, aguardando o próximo momento. (ANITA).*

A pessoa equilibrada e o iogue não se distinguem e a vivência é a contemplação dos movimentos da vida.

#### **5.1.4 O uno na diversidade**

Finalmente, aparece uma concepção de equilíbrio psicológico na qual a pessoa equilibrada é aquela que percebe a diversidade das manifestações no universo – pessoas, plantas animais – ao mesmo tempo em que compreende que a singularidade e a diversidade são manifestações da mesma essência e, permanece em contato com essa essência, em sua beleza e harmonia.

*O Ser equilibrado está em qualquer cor, está de bem com o preto com o verde. Todos são importantes [...]. Ele vê Deus e vê o outro. Quando olha o outro vê a si mesmo. (DESIRÊ).*

*[...] os olhos através dos quais ele vê, vêem tudo como manifestação da vida em suas infinitas formas. Sua expansão e unidade lhe dão condições de ver o feio, o grotesco, o “à parte”, em todas as manifestações menos “expandidas”, como realidades em busca de equilíbrio e oportunidades. (RAQUEL)*

Para atingir o equilíbrio, a visão do todo no singular, há um percurso da diversidade para a integração. E, nesse percurso, perceber a beleza e a harmonia em cada experiência faz-se necessário.

A temática de um caminho a ser trilhado aparece na seqüência das produções gráficas. Observamos mudanças significativas entre os primeiros e os segundos desenhos de três participantes do estudo. As posturas das figuras desenhadas, inicialmente em movimento, atingem finalmente o conforto e equilíbrio próprios de um iogue em meditação.

## **5.2 Campos psicológicos não conscientes**

A seguir, apresentaremos os campos psicológicos encontrados no presente estudo. Entendemos que as concepções imaginativas identificadas organizam-se e sustentam-se nos seguintes campos psicológicos não conscientes: 1- O campo da infância feliz; 2- O campo da fruição; 3- O campo da ascese; 4 – O campo da devoção.

### **5.2.1 O campo da infância feliz**

No campo da infância feliz, o equilíbrio psicológico é alcançado quando as pessoas são bem tratadas na sua infância pela família de origem. Nessa linha, esperam receber dos pais e familiares tudo o que é necessário para se sentirem seguras, para se entregarem ao viver, para integrarem o sagrado como parte de sua existência, entendendo que, com essa base, poderiam se constituir como pessoas seguras e alegres e seguirem desfrutando as experiências da vida.

Esse campo guarda evidentes relações com desenvolvimentos teóricos de vários referenciais da Psicologia, que incluem tanto teorias comportamentalistas de aprendizagem, como teorias psicanalíticas, que chegam a um notável detalhamento acerca da vida emocional infantil. Tal idéia aparece tanto nos primeiros escritos psicanalíticos, dos quais Freud é autor, como em desenvolvimentos mais recentes, tais como a teoria winnicottiana. Nessa perspectiva, a infância é considerada etapa fundamental do desenvolvimento, durante a qual são lançadas as bases para o estabelecimento do ser e para criação e manutenção do equilíbrio psicológico.

O campo em questão também expressa a vigência, no imaginário coletivo, de crença coerente com o complexo esquema causal, conhecido como séries complementares (BLEGER, 1963), nessa vertente, todo sofrimento psíquico e emocional são resultantes da interação de três séries causais: constituição, experiência infantil e acontecimentos da vida adulta (PAZ, 1976).

Assim, pessoas herdeiras de uma genética privilegiada e afortunadas em suas experiências felizes de infância estariam mais próximas da saúde mental que outras. Por outro lado, é importante frisar que a melhor possibilidade de interferência, a favor da cura, consistiria na modificação da segunda série, seja pela via do cuidado à infância, na busca de melhores condições de vida emocional, seja pela via de sua modificação por meio da própria terapêutica psicanalítica.

Todos os desenhos-estórias e narrativas apresentados trazem, em maior ou menor grau, uma assimilação da valorização da segunda série complementar, que talvez seja uma das idéias mais importantes da área da Psicologia do início do século XX. A consequência imediata é certa idealização da infância que pode se traduzir, em diferentes meios sociais, como tentativa de proteger a criança de todas as frustrações, atendendo-lhe todos os desejos, para evitar traumas psicológicos. Outra consequência, já menos imediata, é o fortalecimento de idéias pessimistas, de acordo com as quais as pessoas que já saíram da infância, dificilmente, poderiam se modificar, tornando-se condenadas a serem portadoras de defeitos irreversíveis (AIELLO-VAISBERG, 2006).

### **5.2.2 O campo da fruição**

No campo da fruição, emergem condutas que têm como pressuposto que a entrega ao viver é o caminho para se atingir o equilíbrio. Percebe-se, desse modo, uma valorização do prazer e da alegria, bem como uma visão segundo a qual a vida é fundamentalmente confiável e boa.

As professoras de loga que participaram desse estudo têm em torno de 50 anos. Na infância, adolescência e em parte da vida adulta, conheceram discursos e práticas veiculados no âmbito da educação, da saúde e da cultura, segundo os quais, uma certa austeridade e seriedade deveriam ser cultivadas pelas pessoas de bem.

Entretanto, indivíduos dessa faixa etária passaram por situações de grande mudança social. Uma delas, bastante ligada ao tema dos desenhos-

estórias, vale dizer, o equilíbrio psicológico, está, a nosso ver, estreitamente ligada à grande difusão que o pensamento psicanalítico conheceu no Brasil, a partir dos anos de 1970, que se acentuou com a proliferação das faculdades de Psicologia, no final dessa década.

A psicanálise, revolucionando a visão sobre a sexualidade, até então predominante, na sociedade ocidental, abriu possibilidade para uma revisão dos valores ligados ao erotismo, o que só se acentuou a partir dos desenvolvimentos tecnológicos ligados à contracepção. Desse modo, o prazer passou a ser considerado de modo novo e diferenciado.

Tais mudanças são mais bem compreendidas se nos lembrarmos da emergência, nos anos de 1970, nos Estados Unidos e Europa, de importantes movimentos sociais de contracultura, cujos adeptos protestaram contra o anticomunismo, contra a falta de pensamento, contra a aceitação de valores sociais conservadores, que regulavam comportamentos em vários setores do viver, inclusive na esfera da sexualidade. É justamente nessa época que a loga é trazida para o Brasil, pelo movimento teosofista.

Em meio às contradições resultantes do confronto entre a antiga ordem social e a emergência de novas expressões culturais, os professores de loga foram se constituindo como pessoas, cada qual em sua singularidade, elaborando concepções imaginativas, enquanto viviam suas experiências pessoais.

A idéia central do campo da fruição é a entrega total à satisfação das necessidades e desejos, que guarda grandes afinidades com a vertente tântrica da loga. Essa perspectiva meditativa aparece disseminada em muitas outras práticas, como o budismo vajrayana<sup>34</sup> e o hinduísmo, entre outras. Uma das figuras centrais, que povoam o imaginário no tantrismo, é a da grande mãe que representa a substância primordial da existência. Tal figura teria nascido da cólera dos deuses, que se uniram para enfrentar um demônio que colocava em risco o equilíbrio e a continuidade da existência do cosmos.

---

<sup>34</sup> Na linhagem do budismo vajrayana, existe um templo matriz em Três Coroas, no Rio Grande do Sul, e uma comunidade extensa com centros dirigidos por lamas, em São Paulo, Minas Gerais, Rio de Janeiro e Paraná. Mais informações sobre os centros e as práticas podem ser obtidas em uma página da *web* que reúne notícias sobre os tais centros e uma vasta literatura já traduzida do sânscrito para o inglês, ou para o português, e disponibilizada em <[www.dharmamet.com.br](http://www.dharmamet.com.br)>. Acesso em: 05/11/2007.

O tantrismo é considerado, por alguns mestres iogues, um método adequado para meditação na contemporaneidade, tendo em vista a dificuldade do homem atual em cumprir com as condutas radicalmente ascéticas exigidas por outros métodos. “Em certas escolas tântricas, o desprezo pela ascese e pela especulação mental é acompanhado da rejeição radical de toda prática meditativa, a liberação é a espontaneidade pura” (ELIADE, 2001, p. 174).

Aparentemente uma prática prazerosa e fácil de ser seguida, a Tantraíoga carrega consigo uma tendência clara de rompimento com todas as instituições, normas e leis, ainda que tal ruptura não corresponda a uma adesão ao processo primário do funcionamento mental descrito pela psicanálise freudiana. Essa divergência explica-se pelo fato de o meditador buscar a si mesmo como natureza divina, desembaraçada dos equívocos oriundos da identificação com as manifestações transitórias da vida.

Consideramos que os professores de Ioga comunicam uma crença não consciente na satisfação por meio de uma idealização da liberdade total. Em suas vidas, como apreendemos nas narrativas e desenhos-estórias, muitas vezes, acontecimentos interpõem-se como obstáculos a essa liberdade total, o que certamente promove um sofrimento afetivo-emocional, que pode não ser percebido<sup>35</sup>. Esses acontecimentos tornam-se obstáculos, em decorrência da crença na possibilidade de reagir à vida sem reflexões, na busca da liberação total que viabilizaria atingir a transcendência.

As dificuldades que dizem respeito às relações interpessoais podem ser vividas como um fator complicador nessa busca pela transcendência. Instaura-se um conflito entre a crença na liberdade total como promotora de equilíbrio psicológico e a conduta responsável, construída durante a vida, diante dos problemas com o casamento, com os filhos e outras relações familiares. Esse conflito, certamente, promove algum grau de sofrimento, que não se apresenta, nas concepções e campos, totalmente consciente.

---

<sup>35</sup> Referimo-nos a um tipo de sofrimento que está presente na vida da pessoa sem que esta perceba, conscientemente, que suas vivências estão sendo qualificadas e modificadas por estes. Esse tipo de sofrimento foi identificado como sofrimento encoberto e vem sendo investigado, detalhadamente, pelas pesquisadoras Mirian Tachibana, Sueli Gallo e pela livre docente Tânia Maria Aiello-Vaisber, nos encontros científicos do grupo de pesquisa “Atenção Psicológica Clínica em Instituições: Prevenção e Intervenção”, no qual esta última cumpre também a função de coordenação.

### 5.2.3 O campo da ascese

O campo da ascese caracteriza-se pela crença de que o equilíbrio psicológico é alcançado por meio da disciplina, do controle das funções corporais, dos processos mentais e morais.

O domínio de tais funções promove o conforto diante das necessidades e desejos manifestos no corpo e o fortalecimento da vontade espiritual para a garantia da realização da trajetória do discípulo em direção ao encontro com a natureza divina do ser.

No campo da ascese, as condições necessárias para alcançar o equilíbrio psicológico apontam para a necessidade do condicionamento da força e da flexibilidade física e emocional. Aqui está situado, mais precisamente, o propósito da Hataioga: preparar o asceta para atingir o estado contemplativo, a meditação. O corpo é reconhecido como de suma importância, pois é o portador transitório da centelha divina. Para que o iogue se aproxime conscientemente dessa qualidade, o trabalho corporal tem como finalidade viabilizar a vivência do silêncio, promovendo um estado de conforto com o próprio corpo.

A partir daí, o iogue poderá encaminhar-se para a contemplação dos desejos e dos processos do pensamento. A contemplação deverá ser destituída de reação às provocações causadas pelos desejos e necessidades. Essa disciplina promoverá a capacidade de concentração, preparando a iogue para atingir o estado meditativo.

No campo da ascese articulam-se as vivências das práticas para se atingir o estado meditativo e uma educação vivida com base no uso das descobertas científicas na área da saúde, que desencadearam o movimento higienista. Tal movimento começou a se fortalecer em torno de 1870, em virtude das epidemias que assolavam os conglomerados urbanos e, mais recentemente, redimensionou-se nas políticas de saúde e também na educação física “mente sã e corpo sã” (REIS, 2000).

Articula-se também o imaginário da nossa história social de um passado recente, que engloba várias gerações que viveram a experiência de um coletivo dirigido por governos militares. Uma vivência que valorizava a disciplina e que exigia assepsia, um corpo forte preparado para o combate, a mente focalizada e estratégica. Essas características estavam presentes nas diferentes instituições que constituíam o Estado brasileiro, como podemos apreender numa das narrativas. Um dos professores fala sobre o curso de Educação Física no qual exerceu a docência pela primeira vez:

*Aquele curso de Educação Física era ministrado como uma cópia das atividades militares. Eu tinha sido formada numa outra concepção de atividade física. Então, sem falar muito, fui construindo a disciplina de ginástica com as características mais próximas da minha formação. O reitor, um coronel da reserva, ia assistir às minhas aulas, bem como as dos outros docentes. Eu me arriscava, contando que meu trabalho produzisse um resultado final que ele também aprovasse, pois percebi, desde cedo, que o que importava para ele era o resultado, não importava o caminho para atingir esse resultado. (RAQUEL).*

A saúde física e o equilíbrio psicológico são atingidos pela ação volitiva pela disciplina do corpo e por todas as funções que envolvem a vida humana na busca da promoção de bem-estar. Entretanto, o objetivo da loga, diferentemente da Educação, da Educação Física e da Saúde, é que a disciplina tenha como finalidade proporcionar condições para que o iogue – confortável com corpo, a mente e as emoções – contemple a vida. Nessa contemplação, segundo a literatura, fica, então, abolida a noção de mundo interno e externo.

Consideramos que a disciplina para essas pessoas permeia as realizações dos papéis sociais, e estende-se para um objetivo, a transcendência.

Do ponto de vista concreto, na narrativa das histórias de vida, encontramos pessoas atribuladas por dúvidas e certezas, medos e coragem, sofrimento e, raras vezes, de conforto. Entretanto, as produções gráficas, com exceção de uma, assinalam que, para se chegar ao estado de conforto, existe um caminho a ser trilhado.



#### 5.2.4 O campo da devoção: um encontro com a flor de lótus

O campo da devoção define-se pela crença de que o equilíbrio psicológico é alcançado por meio de práticas que promovem a vivência da dimensão sagrada da existência. Tais dimensões não são, necessariamente, ligadas às instituições religiosas, são vivências do sagrado como fundamento ontológico do ser.

O sagrado é, assim, constituído pela necessidade do homem de estabelecer um ponto de referência, orientação diante do cosmos, da vida, do incognoscível. Está presente em todas as culturas, embora proporcione maior visibilidade na vida dos povos primitivos.

[...] Para viver o mundo é preciso fundá-lo – e nenhum mundo pode nascer no “caos” da homogeneidade e da relatividade do espaço profano. A descoberta ou a projeção de um ponto fixo – o “Centro”- equivale à Criação do Mundo [...]. (ELIADE, 2001).

A constituição imaginativa de um cosmos estabelece fronteiras, um limite, no infinito, para a constituição de um espaço existencial, onde a pessoa se sinta minimamente integrada: um espaço que possa ser organizado e habitado.

A dimensão do sagrado, que aparece como produções nos encontros dialógicos, evocam um espaço, um lugar virtualmente concebido para permanecer como suporte dos sentidos da existência humana. Cada um dos professores, em suas trajetórias busca – por vezes de modo consciente e por outras de modo não consciente – a instauração da dimensão do sagrado em suas vidas.

Nas produções gráficas que representam o iogue em equilíbrio psicológico, houve unanimidade na escolha do ássana: flor de lótus. Essa postura é assim denominada, pois evoca as fases do desenvolvimento da planta, que nasce no lodo e na escuridão. Dentre outras interpretações, representa a ignorância do homem sobre a sua natureza numinosa, que desabrocha na superfície bela e intocada.

*Esse iogue está emanando cores, energia luminosa, reconhece e compreende as pessoas, as cores, os animais, as plantas. Ele vê Deus, ele vê o outro. Quando olha para o outro, ele vê a si*

*mesmo. Está tudo junto. É dentro e fora. É fácil fazer para o outro o que gostaria que fizesse para si mesmo. Vale a intenção.* (DESIRÉ).

A sacralização, vivência do *homo religiosus*, como denomina Eliade (1957/2001), atinge até mesmo o homem moderno, que prioriza o modo de vida profano. Todos serão, em maior ou menor grau, afetados pelas escolhas de nossos antepassados.

O espaço do incognoscível é vivido imaginariamente pelas nossas colaboradoras como espaço no qual existem elementos facilitadores do vir a ser, favoráveis ao viver. Seria o espaço da loga um espaço sagrado transicional de uso coletivo?

O nosso diálogo, por meio das narrativas e dos desenhos-estórias, é portador da declaração de existência um movimento rumo à estabilidade e à sustentação.

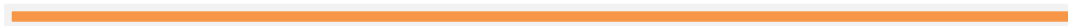
Os campos psicológicos que encontramos se articulam, diferentemente, em duas posições existenciais: a confiança na busca de sustentação e, outra, cética. Esta última postura se caracteriza pela crença de que as relações se estabelecem determinadas por uma condição que é socialmente imposta e, quem deseja sobreviver tem de participar de um jogo de cartas marcadas. Consideramos tal postura como cética, pois implica a crença de que qualquer participação genuína é inútil, abrangendo também um afastamento ilusório da dramática da existência. Nesses casos, o uso da meditação é um engajamento ao discurso em voga, o que denota condutas movidas por um sentimento de desamparo frente à vida, resultando em condições afetivo-emocionais que caminham na contramão dos objetivos dessa prática.

Entendemos que grupos de iogues estão utilizando suas vivências meditativas e seus estudos para organizar seus modos de ser. O imaginário dos praticantes de loga brasileiros apresenta uma esperança de equilíbrio psicológico e de constituição da capacidade de sustentação pessoal da própria alteridade.



**Figura 16** – Postura de lótus  
Estável e confortável, o iogue atingiu o estado meditativo.  
Imagem obtida em: <http://www.dharmanet.com.br>.

## **6 CONSIDERAÇÕES FINAIS**



O objetivo do presente estudo investigou, psicanaliticamente, o imaginário coletivo de professores de loga, por meio das concepções imaginativas sobre equilíbrio psicológico e os campos psicológicos não conscientes, dos quais emergem essas concepções.

Estruturadas nos campos psicológicos: da infância feliz, da fruição, da ascese e da devoção, organizam-se as concepções de equilíbrio psicológico.

Os professores de loga consideram que a pessoa equilibrada é aquela que, em suas experiências infantis, foi suficientemente cuidada pela família de origem. Essa concepção está estruturada em conhecimentos apropriados dos primeiros escritos da psicanálise.

O campo da fruição organiza a crença na liberação total. Essa proposição ocorre num momento da vida em que as pessoas estão envolvidas com responsabilidades familiares, o que cria um conflito entre o desejo de ser livre e o de pertencer a um grupo familiar.

No campo da ascese, o equilíbrio psicológico está associado à experiência de conforto corporal e de quietude mental. Entretanto, as atribuições do cotidiano social, vividas pelos iogues, impedem a realização de tais disciplinas, tendo em vista que as necessidades básicas de sobrevivência socioeconômicas ainda não foram totalmente superadas.

A busca da transcendência, no campo da devoção, cumpre a função ordenadora das possibilidades existenciais e é um espaço virtual concebido como portador de elementos favoráveis ao viver.

As concepções imaginativas sobre a necessidade de uma infância segura e feliz e, também, sobre a necessidade de liberação total, foram reapropriadas pelo grupo social de professores de loga, da metapsicologia psicanalítica na qual Freud (1916) considerava que a interação entre fatores constitucionais, disposições afetivo-emocionais adquiridas na infância e acontecimentos traumáticos do desenvolvimento associados explicariam a instauração da neurose. Esta compreensão subsiste como teoria explicativa do sofrimento na infância e na fase adulta, nas concepções que encontramos.

Utilizada como modelo explicativo as séries complementares, foram criticadas por (BLEGER, 1961; AIELLO—VAISBERG 2006) em razão de suas características fisicalista e abstrata, descoladas do acontecimento inter-humano

O desenvolvimento infantil foi abordado por Winnicott (1896/1971) de modo criterioso, com base em sua experiência clínica como pediatra e psicanalista, o que ampliou e transformou, consideravelmente, o conhecimento sobre o desenvolvimento das crianças. Atualmente, temos, no Brasil, um número significativo de pesquisadores que – seguindo uma postura de investigação e intervenção, desenvolvendo saberes locais e, ao mesmo tempo, intersubjetivos – criando/encontrando conhecimentos atualizados sobre o desenvolvimento humano.

Entretanto, a visibilidade social dessa produção ainda está restrita, a nosso ver, aos núcleos de discussão científica, embora estejamos vivendo a era da comunicação global em rede. Segundo Moscovici (1961), a difusão do conhecimento científico promove uma apropriação social das concepções científicas, modificando-as de tal modo que estas se tornaram autônomas guardando pouca semelhança com as idéias originais,

Entendemos que a informação não resolve questões que precisam ser solucionadas no âmbito da transformação das condutas. No entanto, pensamos que ela facilita o acesso aos meios com os quais as pessoas poderão viabilizar transformações que contribuiriam para a melhora da qualidade de vida emocional das coletividades.

Na emergência do sagrado, no campo da devoção, os professores de loga buscam criar/encontrar um centro ordenador da vida.

As características existenciais de pessoas que assumem uma posição existencial divinizada e daquelas que estão em consonância com a era moderna guardam importantes diferenças.

O homem moderno a-religioso assume uma nova situação existencial: reconhece-se como o único sujeito e agente da história e rejeita todo o apelo à transcendência. Em outras palavras, não aceita nenhum modelo de humanidade fora da condição humana, tal como ela se revela nas diversas situações

históricas. O homem faz-se a si próprio, e só consegue fazer-se na medida em que se dessacraliza e dessacraliza o mundo. O sagrado é o obstáculo, por excelência, à sua liberdade. O homem só se tornará próprio quando estiver radicalmente desmistificado. Só será verdadeiramente livre quando tiver matado o último Deus (ELIADE,1957/2001 p. 165)

Na atualidade, ainda subsistem, nos coletivos, características, embora não predominantes, que apontam para nossa descendência do *homus religiosus*, o qual acreditava na origem sagrada da vida e de tudo o que se manifesta no cosmos. (ELIADE,1957/2001).

Nos campos da ascese e da devoção, o sagrado manifesta-se assinalando uma busca da transcendência. A personalidade coletiva, professores de loga, sacraliza o mundo criando/encontrando o próprio mundo e um centro ordenador para a vida.

*Ele é um iogue feliz, pois contempla a vida com a serenidade que a prática da loga lhe traz [...] ele não é só ele, mas “uno” com o universo – ele sente com todo o seu ser a grandeza da vida, a grandeza da natureza da qual faz parte, ele sente o pulsar da vida [...]. Sua expansão e unidade lhe dão condições de ver o feio, o grotesco, o “à parte” em todas as manifestações menos “expandidas” como realidades em busca de equilíbrio e oportunidades. Sua serenidade dá-lhe o chão para não “atravessar” outros caminhos, mas para seguir “ao lado”, pulsando e celebrando a vida. (RAQUEL)*

Os iogues criam e sacralizam seu mundo, alterando as condições de vida, constroem uma ponte de passagem do caos para o cosmos:

*[...] Experimentou, experienciou varias coisas [...] e acessou sua consciência cósmica. (MARIA).*

Como vimos anteriormente, a loga é uma terapêutica complementar de saúde que faz parte de um conhecimento, o *Ayurveda*, que também se articula com uma cosmogonia e práticas religiosas. No entanto, qualquer outro aspecto desse contexto poderia se manifestar, como, por exemplo, o potencial terapêutico da loga no tratamento da ansiedade, assunto sobre o qual temos encontrado

inúmeras publicações. Contudo a temática espiritualidade surgiu espontaneamente em todas as narrativas.

Consideramos a emergência da temática espiritualidade como uma solicitação, genuína, de diálogo sobre o sagrado. O encontro dialógico foi encerrado por todas as colaboradoras pela produção gráfica que representa o aspecto transcendente, objetivo último dessa prática meditativa. Entendemos que o equilíbrio psicológico, para as iogues, está fortemente associado com a concepção de uma vida que faz uso do sagrado para o estabelecimento de fundamentos da existência, e para ordenação imaginativa do lugar onde se dá essa existência, o cosmo.

Articulado à concepção do sagrado, emerge o desejo de vivenciar a unidade da ligação de experiências emocionais diversas e, algumas vezes, opostas:

*Este mundo em que vivo não é um mundo à parte. Faz parte, mas não é uma parte. Tem o verde, o amarelo, o azul. Talvez estejam faltando cores, mas por hora está bom. O Ser equilibrado está em qualquer cor, está de bem com o preto, com o verde. Todos são importantes. O preto está bem consigo mesmo e com as outras cores. São diferentes, admiram-se e admiram a tudo e a todos ao redor. O Ser equilibrado busca o belo, porque tudo é realmente belo. Está no meio e harmoniza-se com o meio. Ele faz o meio. (DESIRÊ).*

O desejo da transcendência propriamente dita, denominada *samadhi* na literatura tradicional da loga, é a vivência da coincidência dos opostos, a unidade.

*Recolhendo-se em sua prática, ele se abre para o mundo, para o universo e irradia a energia da vida que se expande até... o infinito. De olhos fechados, ele não vê (com os olhos) sua própria expansão, seu alcance, pois, nessa condição, ele não é só ele, mas é "uno" com o universo – ele sente com todo o seu ser a grandeza da vida, a grandeza da natureza da qual faz parte, ele sente o pulsar da vida. (RAQUEL)*

A unidade, ou estado meditativo na loga, é também conhecida como a ação na inação. A inação designa uma condição na qual a atividade do corpo

físico é levada ao mínimo necessário para manter a vida. Ocorre na inação, também, a cessação do pensamento especulativo. Nesse silêncio, a ação é a vivência do iogue – primeiro de modo eventual e, depois ininterruptamente – da experiência de unidade com o cosmos:

[...] o samadhi situa-se na linha da coincidência dos contrários. É verdade que desta vez a coincidência dos contrários não é somente simbólica, mas concreta, experimental. Pelo samadhi, o praticante transcende os contrários e reúne, em uma experiência única, o vazio e o pleno, a vida e a morte, o ser e o não ser (ELIADE, data, 93 p.).

Entendemos que essa concepção de unidade tem proximidade com a concepção psicanalítica winnicottiana de integração. Guardada uma distância dos objetivos de transcendência espiritual, a reunião de aspectos afetivo-emocionais que, por inúmeras condições, se encontram dissociados, promove a experiência de integração, isto é, permite à pessoa sentir-se viva e real.

Resultantes da apropriação da vivência de práticas meditativas, as concepções imaginativas e campos psicológicos de iogues brasileiros denotam uma tentativa de transformar condições ideofetivas limitadoras. Estas condições referem-se às adversidades que se instauram nos relacionamentos, nas famílias de origem, com cônjuges, com filhos, ante as dificuldades socioeconômicas e, até mesmo, em função da desidentificação com alguns aspectos de suas culturas de origem.

A coletividade de professores de loga, com suas famílias constituídas, estabelecidos profissionalmente, preparam-se para um novo desafio na trajetória vital. O desafio, para alguns, é trabalhar integralmente na profissão na qual desejam sentir-se realizados, professores de loga; para outros, é encontrar um modo de participação na comunidade extensa e, para outros, ainda, é atingir a condição de contemplar o uno na diversidade.



## **7 APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**



Este termo refere-se ao consentimento para a participação em um processo de pesquisa científica, pelo qual é responsável a pesquisadora **Marília Gonçalves**, aluna do curso de Doutorado em Psicologia da Pontifícia Universidade Católica de Campinas, RA: 04502894, residente em Rio Claro, São Paulo, na avenida 05 (cinco), nº 1597, telefone (19) 35238464. O processo refere-se a uma pesquisa de doutorado intitulada “Imaginário Coletivo de Professores de Loga Brasileiros: Um Estudo Sobre Campos Psicológicos”.

A investigação sobre o imaginário coletivo será realizada por meio de consultas individuais para a abordagem de personalidade coletiva de professores de hataioga sobre equilíbrio psicológico. Realizaremos a investigação mediante a narrativa da história de vida e do uso “Procedimento de Desenhos-Estórias com Tema” (AIELLO-VAISBERG, 1999).

O método consiste em solicitar a narrativa da história pessoal a partir daquilo que se considera mais relevante no presente. Em seguida solicita-se a realização de um desenho temático em folha de sulfite branca, segundo a seguinte instrução: “peço-lhe que desenhe uma pessoa em equilíbrio psicológico”. Terminado o desenho, solicita-se ao participante que invente uma história sobre a figura desenhada e que escreva no verso da folha. A análise do material coletado será feita de acordo com o método interpretativo psicanalítico.

Espera-se, desse modo, produzir conhecimento que permita ampliar a compreensão sobre as concepções imaginativas de equilíbrio psicológico, que poderá fornecer subsídios capazes de fundamentar a proposição de práticas psicológicas, principalmente no âmbito da psicoprofilaxia, instrumentalizando a realização de ações preventivas na comunidade. Assim sendo, esta pesquisa se insere coerentemente no conjunto de trabalhos investigativos que vêm sendo desenvolvidos pelo Grupo de Pesquisa CNPQ/PUCCampinas: Atenção Psicológica Clínica em Instituições: Prevenção e Intervenção.

A participação é totalmente voluntária, sendo que o participante pode recusá-la, retirar seu consentimento, a qualquer momento, ou impedir a inclusão do desenho ou estória na pesquisa, sem nenhuma penalização ou prejuízo.

---

MARÍLIA GONÇALVES

pesquisadora - fone : (19) 35238464

**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

Eu, \_\_\_\_\_ (nome completo do participante) declaro estar ciente dos objetivos e métodos dessa pesquisa, assim como declaro minha participação voluntária nela, autorizando a inclusão de meu desenho e estória no 'corpus' da investigação, respeitadas as condições de sigilo, privacidade e o direito de avaliar o material transcrito, nos termos acima descritos. Também estou ciente de que poderei me retirar da pesquisa a qualquer momento, sem nenhum ônus para minha pessoa.

---

Assinatura

**data:** \_\_/\_\_/\_\_

Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Católica de Campinas,  
Campus II, Av. John Boyd Dunlop, S/N, Bloco B 1º piso - CEP -: 13059-900  
- Jardim Ipaussurama, Campinas, São Paulo- Caixa Postal: 31  
Telefone:(19) 3343 6777

## 8 REFERÊNCIAS



AIELLO-VAISBERG, T. M. J. *Ser e fazer: enquadres diferenciados na clínica winnicottiana*. São Paulo: Idéias e Letras, 2004. 286 p.

AIELLO-VAISBERG, T. M. J. *Encontro com a loucura: transicionalidade e ensino de psicopatologia*. 1999. 343 p. Tese (Livre-Docência em Psicologia Clínica) Programa de Pós-Graduação do Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, São Paulo.

\_\_\_\_\_. Consultas terapêuticas coletivas e abordagem psicanalítica do imaginário social. *Cadernos Ser e Fazer: Reflexões Éticas na Clínica Contemporânea*, p. 27-44, 2005.

\_\_\_\_\_. Considerações sobre a infância à luz da psicanálise concreta pós-winnicottiana do ser e fazer. *Caderno dos Anais da IV Jornada Apoiar*. C. D. A. D. I. J. Apoiar. São Paulo, p. 207-213, 2006.

AIELLO-VAISBERG, T. M. J.; FALADOR, F. *Cadernos Ser e Fazer: Imaginários Coletivos como Mundos Transicionais*. São Paulo: IPUSP, 2006. 162 p.

AIELLO-VAISBERG, T. M. J.; FALADOR, F. Imaginários coletivos como mundos transicionais. In: *Cadernos Ser e Fazer: Imaginários Coletivos como Mundos Transicionais*. São Paulo: I. D. P. D. U. D., 2006, p.5.

AIELLO-VAISBERG, T. M. J. M., M. C. L. Narrativas: o gesto do sonhador brincante. *Anais do IV Encontro Latino Americano dos Estados Gerais da Psicanálise*. São Paulo, p. 1-11, 2005.

BAGHAVAD *Gita: canção do divino mestre*. São Paulo: Companhia das letras. III AC /1998. 221 p.

BARRETO, M. A. *Do vôo preciso: considerando o imaginário coletivo de adolescentes*. 2006. 197 p. Tese (Doutorado em Psicologia) - Departamento de Pós-Graduação em Psicologia, Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas.

BARRETO, M. A. A.; AIELLO-VAISBERG, T. Escolha profissional e dramática do viver adolescente. *Revista Psicologia & Sociedade*, v.19, p.107-114, 2007.

BLEGER, J. *Psicologia da Conduta*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1983. 244 p.

BOOTH-LAFORCE, C. T. C. R. T., A pilot study of a hatha yoga treatment for menopausal symptoms. *Maturitas*, v. 57, n. 3, p. 285-295, 2007.

BROWN, D. P. E. J. The stages of mindfulness meditation: a validation study. *Journal of Transpersonal Psychology*, v. 12, n. 2, p. 143-192, 1980.

COELHO, F. A formação de um tropicalista: um breve estudo da coluna "música popular" de Torquato Neto. *Revista de Estudos Históricos, Artes e História*, v. 2, p. 1-18, 2002.

COWEN, V. S. A. Psycal and perceptual benefits of yoga ássana practice: results of a pilot study. *Journal of Bodywork an Moviment Terapies*, v. 9, n. 3, p. 211-219, 2005.

\_\_\_\_\_. Heart rate in yoga ássana practice: a comparison of styles. *Journal of Bodywork an Moviment Terapies*, v. 11, n. 1, p. 91-95, 2007.

ELIADE, M. *Yoga: imortalidade e liberdade*. São Paulo: Palas Athena, 1954/2001. 397 p.

\_\_\_\_\_. *O sagrado e o profano: a essência das religiões*. São Paulo: Martins Fontes, 1957. 191 p.

FREIRE, G. *Casa grande & senzala*. São Paulo, 1933/2006. 786 p.

FREUD, S. Conferências introdutórias sobre psicanálise. In: FREUD, S. *Obras Completas de Sigmund Freud*. Rio de Janeiro: Imago, v. XVI, 1917/1976, p.289-573.

GOONERATNE, N. S. Complementary an alternative medicine for sleep disturbances in older adults. *Clinics in Geriatric Medicine*, v. 24, n. 1, p. 121-138, 2007.

GULMINI, L. C. *O yogasutra de Patanjali - tradução e análise da obra, à luz de seus fundamentos contextuais, intertextuais e lingüísticos*. 2001. 397 p. Dissertação (Mestrado) - Programa de Pós-Graduação da Faculdade de Filosofia Letras e Ciências Humanas, Universidade de São Paulo, São Paulo.

HERRMANN, F. *Introdução à teoria dos campos*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004. 211 p.

HOUAISS, A. E. A. *Dicionário Houaiss da língua portuguesa*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2006. 3008 p.

JUNG, C. G. Psicologia da religião oriental e ocidental. In: JUNG, C. G. *Obras completas de Carl Gustav Jung*. Petrópolis: Imago, v. XI, p. 477-698, 1940.

KOZASA, E. H. *Efeitos de exercícios respiratórios e de um procedimento de meditação combinado (SIDDHA SAMADHI YOGA - SSY)*. 2002. 93 p. Dissertação (Mestrado em Psiquiatria) – Programa de Pós-Graduação em Psiquiatria, Universidade Federal de São Paulo - Escola Paulista de Medicina, São Paulo.

LAMA, D. *Ensinaamentos: oito versos que transformam a mente*. São Paulo: Office of H.H. The Dalai Lama 2005-2008, 2007.

MACHADO, M. C. L. *Universo em desencanto: conceitos, imagens e fantasias de pacientes psiquiátricos sobre loucura e/ou doença mental*. 1995. 439 p. Tese (Doutorado em Psicologia) - Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo.

- MAGNANI, J. G. C. *Mystica urbe*. São Paulo: Estudio Nobel, 1999. 144 p.
- MARCUCCI, M. C. *Budismo tibetano no Brasil: a experiência do jardim do dharma*. 2000. 150 p. Dissertação (Mestrado) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo.
- MARTINS, P. C. R. *O amante competente e outros campos: o imaginário coletivo de universitários sobre dificuldades sexuais masculinas*. Psicologia como Profissão e Ciência. 2007. 99 p. Tese (Doutorado em Psicologia) – Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas.
- MOSCOVICI, S. *A representação social da psicanálise*. Rio de Janeiro: Zahar, 1961/1978.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. *Estratégia de la OMS sobre Medicina Tradicional*. 2002-2005. Genebra, 66 p. 2002.
- ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE. *Conferência sobre cuidados primários em saúde preventiva*, 1978. Disponível em: [www.opas.org.br](http://www.opas.org.br). Acesso: 10 jan. 2008.
- \_\_\_\_\_. Carta de Alma-Ata. In: CONFERÊNCIA INTERNACIONAL SOBRE CUIDADOS PRIMÁRIOS EM SAÚDE, 1978.
- PAZ, R. *Psicopatología: sus fundamentos dinámicos*. Buenos Aires: Nueva Visión, 1976.
- PILKINGTON. K. E., et al. Yoga for depression: the research evidence. *Journal of Affective Disorders*, v. 89, n. 1-3, p. 13-24, 2005.
- PINTO, L. D. A. P. C. *O caminho da luz na tradição e na psicologia transpessoal*. 1998. 403 p. Dissertação (Mestrado em Ciências da Religião) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo.
- PONTALIS, L. *Vocabulário de psicanálise*. São Paulo: Martins Fontes, 1995. 195 p.
- REIS, J. R. F. De pequenino é que se torce o pepino: a infância nos programas eugênicos da liga de higiene mental. *História e Ciências da Saúde Manguinhos*, v. 7, n. 1, p. 135-157, 2000.
- SALES, E. D. S. *A hierarquia das necessidades e dos valores da ansiedade e da depressão nos voluntários submetidos ao treino de meditação*. 2006. 57 p. Dissertação (Mestrado em Psiquiatria) - Universidade Federal de São Paulo - Escola Paulista de Medicina, São Paulo.
- SANTOS, B. S. *Um discurso sobre as ciências*. Porto - Portugal: Afrontamentos, 1987. 59 p.

SHARMA, G. M., K.K.; SHARMA, L. Shavasana: relaxation technique to combat stress. *Journal of Bodywork an Moviment Therapies*, v. 11, n. 2, p. 173-180, 2007.

SCHNEIDER, R. H. Disease prevention and health promotion in the aing with a tradicional system of natural medicine. *Aging an Health*, v. 14, n. 1, p. 57-78, 2002.

SMITH C. E., et al. A randomised comparative trial of yoga and relaxation to reduce stress an anxiety. *Complementary Therapies in Medicine*,\_v. 15, n. 2, p. 77-83, 2007.

TACHIBANA, M. *Rabiscando desenhos-estórias: encontro terapêuticos com mulheres que sofreram aborto espontâneo*. 2006. 182 p. Dissertação (Mestrado em Psicologia como Profissão e Ciência) - Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas.

TEIXEIRA, A. M. *Vida revirada: o acontecer humano diante da deficiência adquirida na fase adulta*. 2006. 81 p. Dissertação (Mestrado em Psicologia como Profissão e Ciência) - Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas.

TRINCA, W. Apresentação e aplicação. In: *Formas de investigação clínica em psicologia: procedimento de desenhos-estórias*. São Paulo: Vetor, 1997, p.11-34.

Winnicott, D. W. *Da pediatria à psicanálise: obras escolhidas*. Rio de Janeiro, 1941/2000. 455 p.

\_\_\_\_\_. A observação de bebês numa situação padronizada. In: WINNICOTT, D. W. *Da pediatria à psicanálise obras escolhidas*. Rio de Janeiro: Imago, 1941/2000, p.112-132.

\_\_\_\_\_. *O brincar e a realidade*. Rio de Janeiro: Zahar, 1957/1975. 270 p.

\_\_\_\_\_. Introdução In: WINNICOTT, D. W. *Consultas terapêuticas em psiquiatria infantil*. Rio de Janeiro: Imago, 1984, p.9-19.