

# Psicologia - Prof. Dr. Carlos A.V.França

---

## Psicologia Transpessoal para a Educação

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS - FACULDADE DE EDUCAÇÃO

SUBSÍDIOS DA PSICOLOGIA TRANSPESSOAL PARA A EDUCAÇÃO

TESE DE LIVRE DOCÊNCIA

AUTOR: PROF. DR. CARLOS A.V.FRANÇA

CAMPINAS - 2002

O intuito do presente trabalho é tematizar as experiências vividas nos últimos sete ou oito anos de atividades docentes, ministrando aulas em nível de graduação e pós-graduação, tendo como suporte teórico e prático os subsídios oferecidos pela Psicologia Transpessoal para formação de professores.

Tematizar as experiências vividas é uma forma de repensar, interpretar, organizar e expor no papel aqueles momentos de vida que deram sentido à nossa atividade como docente e pesquisador. É registrar, sob uma determinada perspectiva, uma trajetória de atividades universitárias e compreensões da vida que nos fizeram ser o professor tal como somos hoje.

Isso por si só justificaria o presente trabalho, mas seus objetivos gerais e específicos também dariam suporte a uma justificção de fazer algo que pudesse contribuir para as atividades docentes de outros tantos colegas professores, que desejassem compartilhar nossas experiências. Na verdade, somos mestres e aprendizes uns dos outros. O objetivo geral desta obra é sugerir e oferecer subsídios da Psicologia Transpessoal para as atividades de docência.

Seus objetivos específicos poderiam estar implícitos na intenção de : divulgar a Transpessoal na área da Educação; compartilhar experiências de ensino e aprendizagem; expor as possibilidades e potencialidades de uma didática transpessoal; apresentar recursos metodológicos específicos; demonstrar a importância de se trabalhar o campo energético humano em sala de aula; tecer comentários sobre a importância do magistério.

Acima de tudo, o presente trabalho é o agradecimento sincero e a mais profunda gratidão (aquela que se guarda no canto mais nobre do coração) a todos os professores e alunos que fizeram parte da nossa jornada temporária pelos eternos caminhos da Educação.

## TRANSPESSOAL

Surgida no final da década de 60, nos Estados Unidos, esta corrente psicológica não se contrapõe a nenhuma outra corrente anterior. Cada escola psicológica ofereceu um estudo aprofundado de algum aspecto importante da psicologia humana, quer em termos de conteúdos ou de funções mentais, de condicionamento, de inconsciente, de percepção, etc. Embora tenha compartimentalizado o ser humano, a Psicologia Transpessoal reconhece que tais aspectos fazem parte do homem total, por esta razão busca uma síntese e oferece o estudo de outros aspectos ainda não abordados, e que podem ampliar a visão do psiquismo humano.

Neste momento em que nos interessa, especialmente, a Psicologia Transpessoal, a qual é um desdobramento da Psicologia Humanista de Maslow, Sutich, Rogers e outros, buscar uma definição para ela implicaria em concordar com Walsh e Vaughan (1991), quando afirmam que as definições correm o risco de ser restritivas, razão pela qual sugerem que a definição de Psicologia Transpessoal, ainda em evolução, possa ser a seguinte:

A Psicologia Transpessoal está voltada para a expansão do corpo de pesquisa psicológica a fim de incluir o estudo da saúde e do bem-estar psicológicos ótimos. Ela reconhece o potencial da vivência de uma ampla gama de estados de consciência, em alguns dos quais a identidade pode estender-se para além dos limites usuais do ego e da consciência. (p18).

No "Journal of Transpersonal Psychology", cuja publicação inicial deu-se em 1969, pode-se encontrar as múltiplas preocupações e objetos de estudo da Transpessoal que, acima de tudo, não se opõe às demais correntes ou escolas psicológicas. Procura, isto sim, uma possível síntese psicológica, na medida em que vê o ser humano holisticamente, considerando como importantes os vários aspectos da psicologia humana, tão bem estudados e propostos pelas outras correntes, quer seja em termos de percepção, aprendizagem, memória, inteligência, emoção, personalidade, etc.

O ser humano é toda essa gama de fenômenos psicológicos, tanto quanto é autotranscendente, tanto quanto possui uma consciência que pode ser estudada sob novas perspectivas, tal como vem propondo a Psicologia Transpessoal. Seu campo de investigações abrange a saúde e o bem-estar psicológico ótimos, estados alterados de consciência; valores e experiências místicas; práticas de meditação, relaxamento, concentração; transcendência

do eu; convivência transpessoal; técnicas respiratórias; controle e aplicações da bioenergia e outros aspectos psicológicos relevantes.

O ser humano é tudo isso! além de ser capaz de auto-transcendência, conforme vem demonstrando a Psicologia Transpessoal. Ela apenas preconiza que se considere o objeto de estudo da psicologia de maneira totalizante, holisticamente, o ser humano enquanto corpo, mente e espírito, encarnado num mundo que só pode ser entendido como um todo interdependente.

#### UMA VISÃO TRANSPESSOAL DA CONSCIÊNCIA

Mesmo sabendo que definir é estabelecer fronteiras conceituais que restringem o sentido do fenômeno definido, complementando a colocação de Walsh e Vaughan (1991:79), proporíamos a seguinte definição: a consciência é a matriz geradora de todas as experiências vividas pelo ser humano. Experiências estas vividas em qualquer dos estados da consciência: desperto; onírico; intoxicado; delirante; patológico ou alterado.

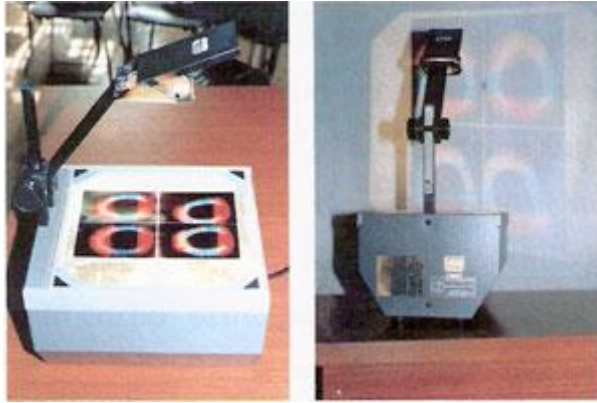
A Psicologia Transpessoal vê a consciência de uma perspectiva mais ampla, posicionada num paradigma sistêmico, holístico, cujas investigações não se adequam ao paradigma newtoniano-cartesiano, mecanicista, reducionista. Além disso, no decorrer do século XX, no qual a alma foi alijada dos estudos psicológicos, a Transpessoal sugere que se devolva a alma à Psicologia, pois o materialismo científico já não consegue responder às questões que desafiam seu modelo explicativo do psiquismo humano.

Daí, sua busca de evidências para tentar corroborar as hipóteses de uma teoria sobrevivencialista da consciência. E, se tal busca tangencia aspectos religiosos ou filosóficos, é bom que isto aconteça. É bom que a ciência não seja, como vem sendo ultimamente, o grande critério de verdade, como já o foi a filosofia na civilização greco-romana, ou como já o foi a religião na idade média.

#### OS RECURSOS TÉCNICOS UTILIZADOS

A instrumentação docente contou com o auxílio de recursos técnicos já fartamente utilizados em sala de aula (retroprojektor, por exemplo) e outros talvez menos usuais, tais como o aurímetro, o medidor de estados emocionais e a máquina de fotografia kirlian.

RETROPROJETOR: Um aparelho extremamente útil tanto para a exposição de sínteses dos textos que davam suporte à fundamentação teórica do curso, quanto para a demonstração de fotografias, figuras, quadros e tabelas compostas em forma de transparências para expor os resultados obtidos com técnicas de concentração, relaxamento ou meditação, utilizadas em determinadas aulas.



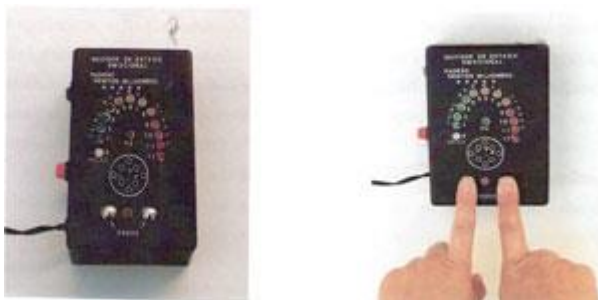
APARELHO DE SOM : Indispensável a utilização de um aparelho reproduzidor de fita cassete e compact disk (CD) em muitas aulas ou palestras em que a psicologia do som, a musicoterapia, relaxamentos e imaginação criativa, etc., exigem a sonorização adequada para acompanhar as várias técnicas utilizadas. Um complemento necessário para múltiplas situações em sala de aula, quando um determinado tipo de som ou composição musical seja necessária para a busca de alguns estados psicológicos próprios para fomentar a aprendizagem, facilitar a interiorização, a concentração e assim por diante.

AURÍMETRO: Como é de conhecimento comum, cada tipo de metal possui propriedades específicas decorrentes de sua própria composição atômica. Hoje em dia, sabemos que o cobre é um ótimo condutor de eletricidade, daí sua utilização na rede elétrica. Já o chumbo tem a propriedade de ser isolante elétrico. Assim sendo, o Aurímetro é um dispositivo metálico cuja composição tem a propriedade de ser sensível ao campo áurico humano, permitindo que se perceba os limites topográficos da energia que está sendo irradiada pelo corpo, principalmente nos locais denominados de chacras.

MEDIDOR DE ESTADOS EMOCIONAIS : Este é um tipo de aparelho eletro-eletrônico padronizado pelo Professor Newton Milhomens, físico e idealizador deste tipo de medidor baseado na resistência elétrica da pele, internacionalmente conhecida como Efeito G.S.R. (Galvanic Skin Resistance). Em visita a alguns países europeus (1990 a 1992), o Prof. Milhomens contactou vários Institutos de Pesquisas e tomou conhecimento de diferentes tipos de Medidores de Estados Emocionais utilizados em tais institutos. Apesar de já serem transistorizados, ainda utilizavam galvanômetros, o que encarecia sua fabricação. Retornando ao Brasil, construiu diversos protótipos de medidores, a princípio com galvanômetro, e depois de quase dois anos de testes, elaborou seu próprio aparelho, substituindo o galvanômetro por 12 Leds (Light Emitting Diode - Diodo Emissor de Luz), os quais vão sendo iluminados à medida que cada valor básico de resistência da pele vai sendo atingido, graças a um conjunto de chips e circuitos integrados que compõem o referido aparelho, idealizado por ele.

Colocando-se a ponta dos dois dedos indicadores, um em cada ponto metálico indicado no aparelho, os leds irão acendendo-se numa sequência indicativa do estado emocional da

pessoa (estado calmo, normal ou estressado). Além das luzes dos diodos, um mini-autofalante frontal sinaliza sonoramente a frequência do estado emocional indicado.



**MÁQUINA DE FOTOGRAFIA KIRLIAN:** A Kirliangrafia nada mais é que o registro fotográfico do campo energético (aura) que envolve objetos, animais, plantas e seres humanos. Para os nossos interesses de pesquisa, foi utilizada a fotografia kirlian para registrar o campo áurico de nossos sujeitos, apenas do ponto de vista psicológico, não obstante esse recurso tecnológico possa ser utilizado em outras áreas, tais como a da medicina, parapsicologia, biologia, etc.

Para nossos propósitos utilizamos a máquina de fotografia kirlian, padrão Newton Milhomens, composta basicamente de um aparelho eletrônico com três dispositivos (1. Fonte de alimentação; 2. Oscilador de Frequência e 3. Gerador de alta voltagem), acoplado a um porta filme, utilizando-se de filmes comuns (Fuji 100 ASA- outras marcas encontrados nos mercado fotográfico também poderiam ser usadas, porém, por questões de padronização de resultados, só foi utilizado o filme nomeado)

Para padronizar as fotografias obtidas com este aparelho de kirliangrafia, fotografa-se apenas a ponta do dedo indicador da mão direita.



#### TÉCNICAS UTILIZADAS

**Interiorização e Concentração:** Procurando afastar a dispersão mental momentânea, a interiorização, ou ato de concentrar-se em si mesmi, era buscada por intermédio da pulsação carotídea, pulsação radial, cardíaca, ou digital.

**Respirações Ritmadas:** Tendo em vista a grande correlação entre o ritmo respiratório e os estados emocionais, foi feito uso constante de respirações ritmadas, as quais consistem em inspirar, reter e expirar o ar dos pulmões de acordo com contagens específicas para cada exercício.

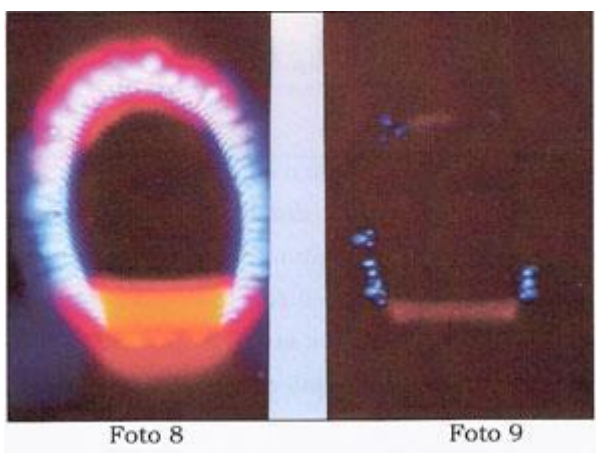
Massagens: Determinadas partes do corpo se congestionam mais energeticamente, devido às emoções sofridas ao longo de nossas ocupações ou preocupações vividas no dia a dia, motivo pelo qual massagear certos pontos ou grupos musculares pode aliviar as tensões acumuladas.

Meditação: São tantas as diferentes propostas de meditação que melhor seria não adentrar em detalhes no momento, uma vez que isto será feito de modo mais específico quando tratarmos da técnica proposta por Thich Hanh, um assistente social budista, oriundo do Vietnã.

Visualização Criativa: A imaginação é a capacidade de criar idéias ou representações mentais. A visualização é a capacidade de "ver" as idéias ou representações criadas pela imaginação. Desta forma, a visualização criativa é uma técnica que consiste em usar o poder da imaginação para se atingir metas pessoais.

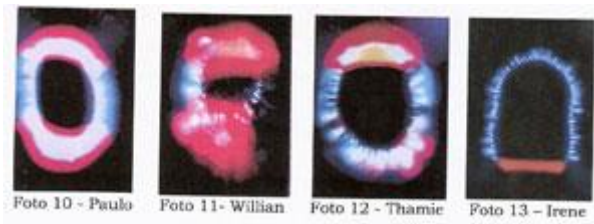
#### O CAMPO DA ENERGIA HUMANA

O fenômeno da morte, indicado pela parada das oscilações elétricas do músculo cardíaco registrada pelo eletrocardiograma, também pode ser notado na perda da energia que ilumina a pessoa enquanto ela está viva. Nas ilustrações 8 e 9, abaixo, é flagrante a diferença entre a foto da aura de uma de nossa alunas de Pedagogia e a de um paciente recém falecido, fotografado no hospital da Unicamp, por um professor médico e colega nosso.



Em sua dinâmica, a aura pode modificar-se muito em função dos mais variados estados emocionais (agressividade, estresse, tristeza, etc), em função do estado de saúde da pessoa, intoxicação orgânica ou química, paranormalidade, e assim por diante. A kirliangrafia vem sendo utilizada em várias áreas de aplicação, entretanto, para os propósitos deste trabalho nos interessa apenas sua aplicação na área psicológica e, mesmo assim, voltada para nossos interesses educacionais.

Na seqüência de fotos abaixo, mostraremos algumas condições psicológicas que alteram a configuração normal da aura, quando comparadas com a foto 10, que é algo bem próximo da normalidade.



Esses quatro exemplos, fotos de alunos pré-escolares, sujeitos de uma das pesquisadoras do nosso Grupo de Pesquisa, são apenas para exemplificar as modificações que sofre o halo energético das pessoas, dependendo do estado emocional predominante em que se encontram no momento da foto.

Na foto 10, o exemplo de Paulo, com uma aura bem próxima da normalidade. Na foto 11, de William, a aura com predominância da cor vermelha retrata a agressividade excessiva característica desta criança, antes da intervenção feita pela pesquisadora. Já Thamie (foto 12), com predominância da cor azul revela o estado de apatia e menos valia decorrente da depreciação que sofria por parte dos colegas por estar muito gorda, devido aos remédios com cortisona que havia tomado. A aura de Irene (foto 13) demonstra a profunda tristeza e estresse decorrente do falecimento da genitora duas semanas antes.

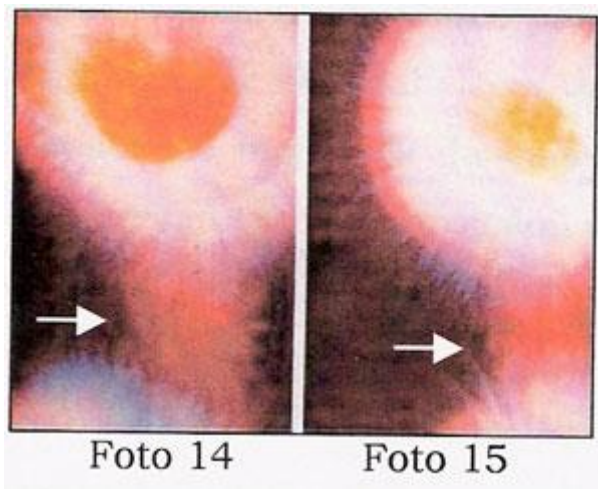
Essas modificações na forma, coloração, configuração ou luminescência da aura, foram padronizadas por Milhomens (1997) para indicar os diferentes estados psicológicos, conforme organizados em sua obra "Fotos Kirlian - Como Interpretar".

Assim como na cardiografia existem traços eletrocardiográficos que indicam a normalidade de um coração saudável, o que diferir deste padrão de normalidade indicará as disfunções deste órgão, de acordo com os sintomas apresentados pelo paciente. Assim também ocorre com os outros dispositivos de diagnóstico, quer seja a eletroencefalografia, a ultrasonografia, a tomografia computadorizada, etc.

Da mesma forma, as fotos kirlian indicam uma configuração própria de um estado de normalidade psicológica, e o que se diferencia disto pode indicar outras configurações indicativas de estados de ansiedade, estresse, depressão e outros. Neste trabalho, utilizaremos os padrões estabelecidos pelo físico Newton Milhomens, pesquisador e fabricante das máquinas utilizadas para diagnósticos kirliangráficos.

## RELAÇÕES INTERPESSOAIS

Para as situações que envolvem ensino e aprendizagem, são muito interessantes as possibilidades de verificação que as fotografias kirlian permitem no âmbito das relações interpessoais.

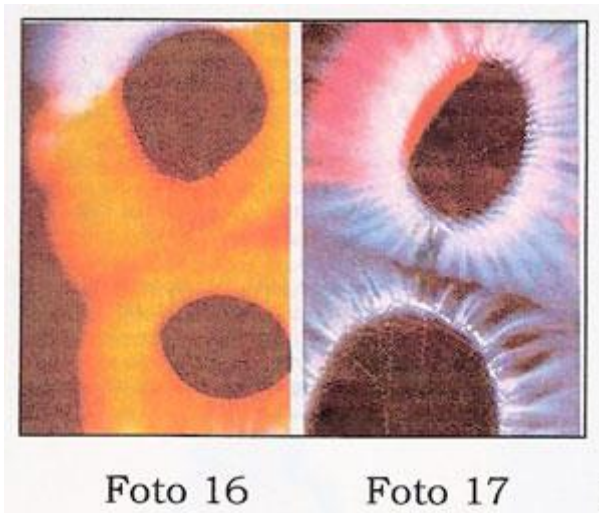


Como demonstram estas fotos acima, a energia vital que envolve o ser humano pode ser transmitida para outra pessoa, conforme se percebe pela indicação das setas brancas colocadas nas duas ilustrações acima (foto 14 e 15). No contato com as pessoas é constante e, no mais das vezes, imperceptível esta troca de energia. Algumas pessoas mais sensitivas podem perceber e desejar, ou até evitar, esta interação energética.

Confirmando esta sensibilidade, muitos de nossos alunos, em aula, relatam a percepção desta troca de energia nas suas relações pessoais, principalmente quando mudam o próprio estado de ânimo de acordo com a interação estabelecida. Por outro lado, as relações de simpatia e antipatia mútua podem ser registradas pela kirliangrafia, na medida em que se percebe a interação ou a interpenetração das auras entre pessoas queridas ou simpáticas (foto 16).

Da mesma forma que é perceptível a evitação desta interação entre pessoas que se antipatizam uma com a outra (foto 17). Esta interpretação de auras que vemos na figura 16, também pode acontecer entre grupos de alunos que fazem seus trabalhos harmonicamente. Da mesma forma, nos grupos em que não há harmonia entre os participantes, esta interação não se dá e os trabalhos em grupo se tornam ineficientes, pouco produtivos.





Daí a importância de se estabelecer um relacionamento harmônico e agradável para todos os membros da classe, por intermédio de técnicas adequadas que favoreçam uma integração amigável e cooperativa. Nesse caso, é muito importante a atuação equilibrada do professor para manter um clima psicológico favorável em sala de aula. Relações professor/aluno baseadas em ameaças explícitas ou veladas, punições, provas ou notas baixas como forma de manter a disciplina, agressões verbais, entre outras, criam um campo energético grupal ansiógeno, frustrante, ameaçador, impróprio para o prazer de ensinar e aprender.

Através do recurso kirliangráfico, fica fácil mostrar para os alunos, por intermédio de imagens fotográficas, a realidade das relações de simpatia e antipatia. Por experiência própria, as pessoas sabem como é bom atuar num ambiente em que prevalece a simpatia entre os participantes. Portanto promover relações simpáticas entre os membros da classe é algo que propicia as relações de empatia ou, em outros termos, uma melhor compreensão da maneira de ser de outro.

Nas figuras a seguir, é possível perceber que entre pessoas que se antipatizam, os halos energéticos se repelem mutuamente (foto 20). Numa relação de simpatia, os halos energéticos das pessoas se mesclam, se unem em sinergia (foto 21).



Foto 20



Foto 21

Diante destas imagens e daquilo que as pessoas experimentam na vida real, o aluno se torna receptivo às técnicas que favoreçam as relações de simpatia dentro da classe, seja através de abraços afetuosos, apertos de mão, trocas energéticas, etc. (Exemplos abaixo fotos 22 e 23)



Foto 22



Foto 23

As trocas energéticas afetivas podem ser precedidas de uma harmonização pessoal que se consegue depois de respirações ritmadas, de uma meditação contemplativa, de uma sessão de relaxamento. Existem vários recursos para este fim. Foi por intermédio de "feedbacks" que nossos alunos iam nos dando que conseguimos elaborar um tipo de relaxamento que se mostrou adequado quanto ao tempo de duração, fundo musical, texto e compasso da fala.



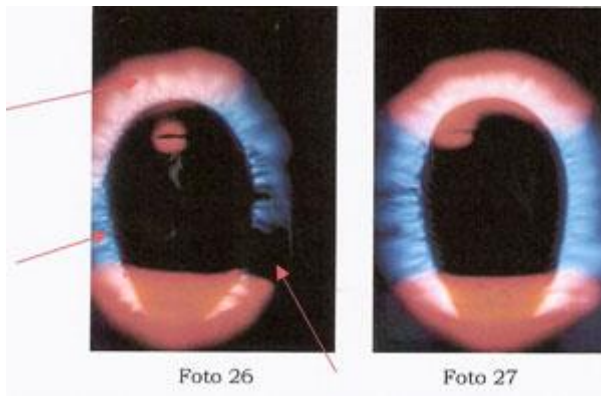
Foto 24



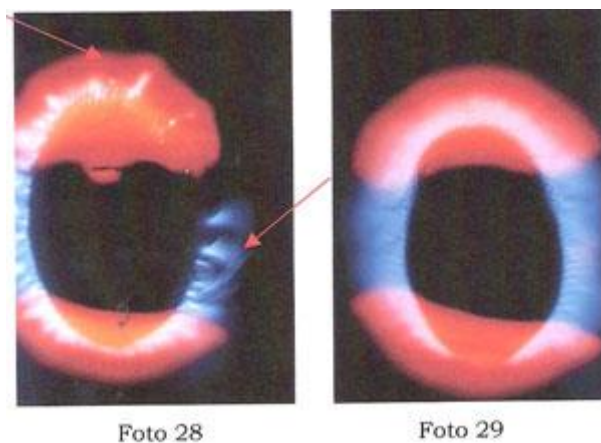
Foto 25

Conforme as nossas pesquisas mostraram, as técnicas de relaxamento, de respiração ritmada, de meditação ou interiorização combinadas, podiam levar à redução da ansiedade, à diminuição do cansaço físico ou mental, atenuar estados depressivos ou de dor. Isso era facilmente demonstrado para os alunos em plena sala de aula, quando tirávamos fotografias kirlian antes e depois da utilização das referidas práticas. Além disto, era possível corroborar os resultados kirliangráficos pelo próprio depoimento dos alunos que passavam pela experiência.

As duas próximas fotos (26 e 27) mostram uma de nossa alunas de Pedagogia (segundo semestre de 1999) antes e depois da sessão de relaxamento. A foto 26 mostra seu estado de ansiedade caracterizado por pontinhos brancos ao redor da zona fronteira; fadiga caracterizada por bolinhas brancas na zona yang e depressão caracterizada por rompimento no campo energético. Já a foto 27, tirada depois da sessão, mostra a diminuição dos indicativos de ansiedade, fadiga e depressão, voltando à normalidade. A continuidade das técnicas por mais tempo ou além da sala de aula, provavelmente, levaria a um equilíbrio emocional melhor ainda.



A foto 28 a seguir, mostra outra aluna, na mesma sala de aula, com o halo energético próprio de quem está com dor, caracterizada por estrias na aura, assim como um pouco de irritabilidade, caracterizada pelo excesso de vermelho na zona yang. Estas características foram depois confirmadas pelo depoimento da aluna, ao relatar o seu estado de dor e irritabilidade, devido a cólicas menstruais. Já a foto 29, tirada depois do relaxamento, mostra a ausência das características energéticas anteriores devido à sensível redução dos sintomas de dor e irritabilidade sentidas anteriormente pela aluna.



As fotos a seguir (30 e 31) mostram um aluno do curso noturno de Biologia (primeiro semestre de 2000), chegando para a aula bastante cansado, após um dia de trabalho. Na foto 30, notam-se as bolas brancas na área yang características do estado de fadiga. Na foto 31, a ausência das características anteriores.

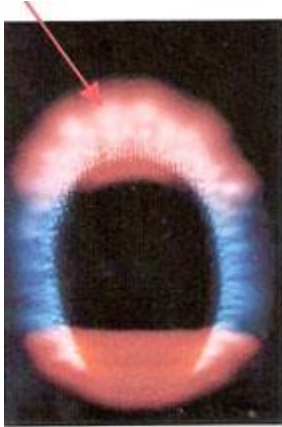


Foto 30



Foto 31

Geralmente, o cansaço, a fadiga, a ansiedade em nível moderado podem ser reduzidos com algum tipo de relaxamento. Entretanto, quando se trata de estresse, não é com facilidade que a pessoa consegue, através de algumas técnicas de relaxamento em sala de aula, reduzir seus sintomas, já que este é um estado psíquico mais insidioso e que requer um tratamento mais adequado. As características do estresse podem ser percebidas no campo energético quando aparecem as bolinhas brancas na área yin, tais como ilustrado pelas fotos 32 e 33 abaixo:

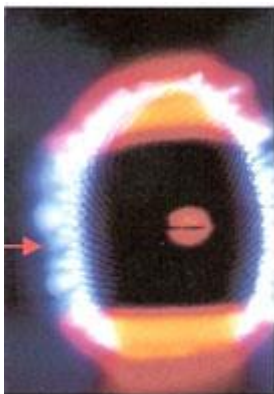


Foto 32

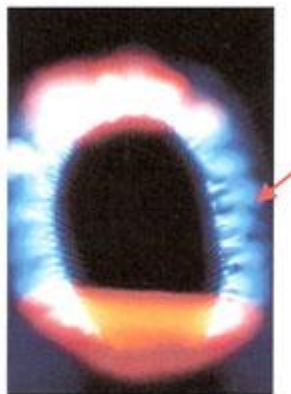


Foto 33

Muitas vezes, procurávamos dar maior fidedignidade aos nossos dados, quando, com o Medidor de Estados Emocionais (foto 34) conseguíamos detectar o estado de estresse do aluno, que depois era caracterizado, graficamente, pela sua fotografia kirlan, tirada logo em seguida à aplicação do Medidor. Como já foi descrito, este aparelho possui dois pontos metálicos, nos quais se colocam os dedos indicadores que sensibilizam um conjunto de 12 leds (4 verdes = estado de calma; 4 amarelos= estado normal e 4 vermelhos= estado de estresse).



Foto 34

Com mais este recurso, podíamos usar nas nossa pesquisas o método da triangulação, o qual utiliza de três medidas para obtenção de um determinado resultado. Tínhamos, então, resultados corroborados pelo medidor de estados emocionais, a fotografia kirlian e o teste por escrito, respondido pelo próprio aluno, conforme elaboração da Dra. Lipp e Colaboradoras. O referido teste consta de 32 perguntas que correspondem aos sintomas sentidos pelo respondente. As respostas indicativas dos sintomas sentidos pela pessoa na última semana são do tipo: mãos frias, mudança de apetite, taquicardia, músculos tensos, aumento de sudorese e assim por diante. As respostas são somadas e pontuadas para indicar em que fase do estresse a pessoa está e se seus sintomas se manifestam mais na área somática, ou mais na área emocional.

No primeiro semestre de 1996, não conseguíamos iniciar a aula com uma turma de licenciatura em Educação Física. Havia uma ansiedade e uma excitação geral na classe que dificultava chamar a atenção deles para o início das atividades. Questionados para saber o que estava acontecendo, fomos informados que na aula seguinte haveria prova de Bioquímica. Já na primeira prova haviam sido assustados com notas que variavam entre 1,25 e 3,75.

Mudamos o rumo da aula, discutimos o assunto e pesquisamos com eles a questão da ansiedade. Aplicamos o IDATE (Inventário de Ansiedade Traço-Estado) de Spielberger, traduzido e adaptado à realidade brasileira por Biaggio. Aplicamos o teste de ansiedade

estado (a ansiedade medida no momento do teste, diferente da medida para ansiedade traço que aponta para características de ansiedade mais permanentes na personalidade da pessoa.

O teste revelava que grande percentagem da classe (76%) ficou numa pontuação que indicava Ansiedade Elevada (50 a 64 pontos). Tendo 11% se situado na Ansiedade Altíssima (acima de 65 pontos). O restante, 13% da classe estava no nível de Ansiedade Moderada (entre 35 e 49). **As fotografias kirlian confirmaram, em grande parte, os resultados do IDATE (ansiedade/estado). Tal como na foto 35 abaixo que caracteriza uma Ansiedade Elevada (Notem os diversos pontinhos brancos ao redor do interior do halo energético).**

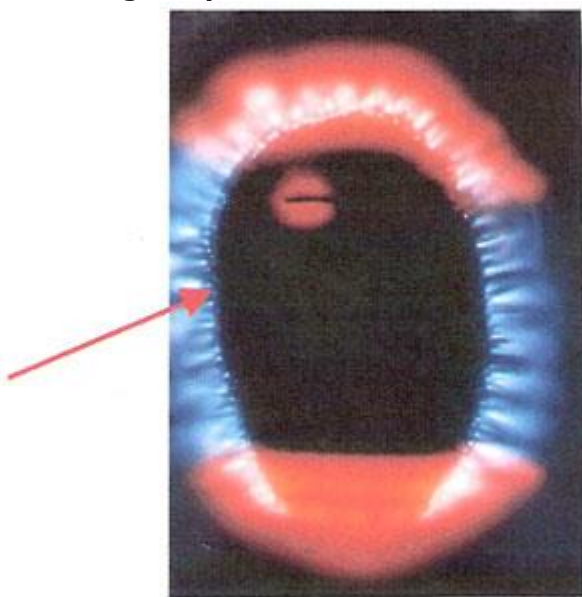


Foto 35

A partir da situação vivida e dos resultados obtidos, passamos a repensar nossa própria maneira de avaliar nossos alunos. Fomos mudando nossa maneira de avaliar, não fazendo uso de provas competitivas (cada um para si como que concorrendo com outrem da classe). Passamos a fazer "provas cooperativas", nas quais o objetivo principal não era simplesmente cobrar o conteúdo da disciplina ou o desempenho do aluno, mas uma fixação de aprendizagem na qual se cooperava com o outro para que juntos todos aprendessem da melhor forma possível