



SUMÁRIO

Prefácio	7
Apresentação	9

Parte I

FUNDAMENTOS – SOBRE A PSICOTERAPIA E O TAOÍSMO

1 Psicoterapia: gênese de um campo	18
2 Relações entre Ocidente e Oriente na psicoterapia	35
3 Introdução ao Tao	50
4 A não-intervenção	82

Parte II

A SÍNTESE – DIÁLOGO POSSÍVEL ENTRE PSICOTERAPIA E TAOÍSMO

5 De um possível enfoque taoísta para a psicoterapia	126
6 Considerações finais	190

Bibliografia.	195
-----------------------	-----



PREFÁCIO

A GRANDE QUALIDADE do livro *Psicoterapia e taoísmo* é estar muito longe da perfeição. Ainda bem, porque perfeição é mutilação. Se refletirmos corajosamente, até as últimas conseqüências, vamos perceber que o maior objetivo da vida não é ser perfeito, mas sim pleno. No fundo, como vai se perceber pelas colocações do psicoterapeuta Nei Ricardo de Souza, a plenitude reflexiva é a verdadeira proposta deste livro.

Para o pensamento ocidental, a meta da vida em termos filosóficos e espirituais é atingir a perfeição, a total eliminação daquilo que é considerado “mal”. Já para as tradições orientais, especialmente para o taoísmo, o mais importante é a plenitude, a vivência equilibrada de todos os aspectos da vida, quer sejam alegres ou tristes, racionais ou emocionais, elevados ou subterâneos. Segundo os sábios chineses, viver apenas uma única face da vida é excluir seu oposto. É ter luz sem que haja sombra, é querer que o rio tenha a margem esquerda sem a direita, que a árvore tenha copa e não tenha raízes. Enfim, é mutilação.

Os antigos mestres taoístas acreditavam que o mundo era constituído de aspectos *yin* e *yang*. Assim, masculino e feminino, repouso e movimento, dia e noite, quente e frio, som e silêncio e todos os pares de opostos imagináveis são aspectos *yin* e *yang* da vida. O fundamental é que esses opostos não são excludentes; são complementares. São inter-relações dinâmicas que formam um todo integrado, uma unidade, uma realidade plena, um processo.

Nei Ricardo de Souza tem profundo conhecimento das duas disciplinas que são seus objetos de estudo. Não apenas no senti-

do acadêmico e conceitual, porque isso seria o mínimo que se poderia esperar de um estudioso e profissional competente. A profundidade está além de sua erudição. Reside, isso sim, em sua sabedoria, em sua capacidade de integrar duas formas tão distintas de conhecimento como a psicologia, fruto da mente tipicamente racional do Ocidente, com o taoísmo, a jóia do pensamento intuitivo do Oriente.

Psicoterapia e taoísmo não busca a perfeição mutilada da produção exclusivamente racional e cartesiana, mas mostra a importância de se conciliar pontos de vista antagônicos, superar dicotomias, transcender oposições. Pode-se afirmar que a intenção do livro é a de servir de “corpo caloso”, que tem a função de unir os hemisférios esquerdo (racional, *yang*) e direito (intuitivo, *yin*) do cérebro, e de lançar uma ponte entre o Ocidente (ciência, *yang*) e o Oriente (interioridade, *yin*), em busca da harmonia e da plenitude.

Mais do que bem-vinda, *Psicoterapia e taoísmo* é uma obra necessária, uma verdadeira contribuição tanto para a psicologia quanto para o taoísmo. Os interessados em se aprofundar nesses temas vão se enriquecer com as idéias do autor. Os profissionais da saúde da psique vão encontrar nessa obra um precioso instrumento para o exercício de sua profissão.

ROBERTO OTSU

Especialista em Taoísmo e I Ching

Autor do livro *A sabedoria da natureza – Taoísmo, I Ching, Zen e os ensinamentos essenciais* (Editora Ágora)



APRESENTAÇÃO

UM TRABALHO COMO ESTE, que se dispõe a estudar produções culturais a princípio tão distantes, não pode deixar de abordar certas questões concernentes à cultura e à civilização. Longe de nos aprofundarmos nisso, fazemos um exame inicial do assunto para introduzir nossa posição ao propor algo como uma combinação de disciplinas. O que vêm a ser, então, a civilização e a cultura? A resposta para essa interrogação já seria por si só tema para um estudo exclusivo dada sua magnitude, porém nos ocuparemos dela apenas brevemente.

Entendemos que a civilização é, na verdade, um processo, isto é, ela está sempre em via de se fazer (Elias, 1990). Por outro lado, civilização reflete o modo como o Ocidente vê a si próprio, em contraste com o resto do mundo. Mas perde-se aí a visão de processo contínuo. O Ocidente chegou a pensar que tal processo já se encontrava acabado quando empreendeu a colonização dos povos não europeus. A História trouxe essa imagem do colonizador ocidental que pretendia levar a civilização para terras distantes. Longe de termos uma civilização acabada, a globalização permitiu a interpenetração cultural como nunca visto antes.

Um autor que se ocupou das relações entre culturas diferentes foi Mircea Eliade, e importa conhecer a lúcida análise que fez sobre essa questão. Para ele, ao tratar do diferente é necessário ter em mente que “existe apenas um meio para compreender um fenômeno cultural estranho à nossa conjuntura ideológica atual, descobrindo o seu ‘centro’ e instalando-nos aí para podermos atingir todos os valores que ele determina” (Eliade, 1987, p. 10).

Em outras palavras, não há compreensão possível “de fora” de um fenômeno cultural dessa natureza. O próprio Eliade, que se debruçou sobre as alquimias ocidental, chinesa e hindu, fez tal esforço. Ele continua a desenvolver o raciocínio:

Impõe-se a mesma abordagem metodológica em relação a todos os fenômenos culturais exóticos ou arcaicos: antes de os julgarmos, devemos compreendê-los bem, assimilar toda a sua ideologia, quaisquer que sejam os meios de expressão: mitos, símbolos, ritos, comportamentos sociais [...]. (Eliade, 1987, p. 10)

A aproximação do fenômeno cultural exótico – que fique claro: exótico sob nosso ponto de vista – pode se fazer, portanto, pela aproximação de seus produtos culturais. Lembremos, pois, o papel do símbolo: representar, isto é, tornar novamente presente o fenômeno que está em sua gênese. A proposta de Eliade fala da necessidade de “adentrar” o fenômeno, ou seja, conhecê-lo com base em uma co-participação. Dito de outra forma, uma atividade excêntrica ao fenômeno não permite compreendê-lo, muito menos criticá-lo. O estudo da cultura implica primeiro uma imersão para depois suceder uma ação de cunho analítico.

O estranhamento diante de uma manifestação cultural, o menosprezo ou o não-reconhecimento de sua validade são sintomas daquilo que esse autor denominou “complexo de inferioridade da cultura européia” (Eliade, 1987, p. 11). Segundo ele,

falar em “termos honrosos” de uma cultura arcaica, apresentar a coerência de sua ideologia, a nobreza da sua humanidade, evitando insistir sobre os pontos secundários ou aberrantes da sua sociologia, da sua economia, da sua higiene – é correr o risco de ser acusado de evasão ou mesmo de obscurantismo. (Eliade, 1987, p. 11)

Podemos agregar aí o narcisismo do Ocidente, que não consegue admirar o que não é seu reflexo.

Essa relação é compreensível e se refere ao esforço empreendido pela ciência no intuito de compreender o mundo, o que impulsiona o progresso e dá a entender que o novo é sempre melhor do que o antigo. É como se o moderno fosse garantia de que estamos mais próximos da dignidade humana e da verdade. Tornamo-nos assim possessivos com relação à nossa visão de mundo e a nossos valores. Pode então ser difícil aceitar que existiram — e existem

sociedades e civilizações altamente respeitáveis que, apesar de não revelarem qualquer mérito científico (no sentido moderno do termo), ou qualquer predisposição para as criações industriais, tinham no entanto elaborado sistemas de metafísica, de moral e mesmo de economia perfeitamente válidos. (Eliade, 1987, p. 11)

É com a exploração desse universo que se ocupa a etnologia, e revela achados interessantes. Tomar consciência de tais realidades adquire certo aspecto de tabu para a civilização ocidental, posto que pode levá-la a questionar a validade de suas crenças, uma vez que alternativas culturais viáveis se estabeleceram sem estar vinculadas aos pressupostos ocidentais. Os exemplos não justificariam o empenho na direção do progresso e na disseminação dos valores dominantes no Ocidente. Um processo social, portanto, tende a impor silêncio sobre a validade do exótico e fortalece uma espécie de xenofobia cultural.

Agregamos ao complexo de inferioridade também o narcisismo do Ocidente, embora pudéssemos considerar ainda outra manifestação decorrente do complexo de inferioridade: a insegurança. Não seria essa característica que estaria na origem da

xenofobia? Evitar o diferente e chegar mesmo a temê-lo não esconde uma atitude de fragilidade quanto às certezas ocidentais? Não haveria aí um desprezo do outro justamente devido ao receio básico de ele ser na verdade superior?

O Ocidente é sinônimo de *tecnologia*. Como podem ser legítimas alternativas para a solução de problemas que não se baseiam nela? Levada às últimas conseqüências, a comparação chega a adquirir ares de heresia.

Mas Eliade é otimista quanto à revisão desse processo e pensa que o curso da história vai se encarregar de mudá-lo. Tomara que agora, cinquenta anos após ele ter escrito essas linhas, tenhamos a ampla liberdade de análise e convívio com o exótico, permitindo-nos o benefício advindo de algumas contribuições. A síntese possível do encontro de culturas diferentes não é a escolha de uma em detrimento da outra. Por que deveria sê-lo? Parece-nos inclusive mais lógico buscar aproveitar o que há de positivo em cada canto do universo, sem deixar que barreiras sectárias se imponham, justificadas principalmente pelas próprias existências.

É com esse espírito que nos propomos analisar em certa medida a possibilidade de integração destas duas disciplinas: psicoterapia e taoísmo. Entendemos que dessa relação dialógica ambas possam sair beneficiadas. A psicoterapia, porque pode se enriquecer com o sistema de pensamento milenar; e o taoísmo, porque pode ter maior clareza sobre algumas de suas próprias práticas e se adaptar a uma realidade contemporânea.

Portanto, nessa proposta está implícita a idéia de que o taoísmo possa trazer contribuições para a psicoterapia. Mas seria isso verdade? Que sentido há em estudar um conhecimento tão antigo e tão distante de nós, ocidentais modernos?

A resposta para essas duas perguntas deveria, segundo a recomendação de Eliade, ser precedida da compreensão do taoísmo para somente em seguida ser possível formulá-la. Assim, para sabermos de sua importância, urge entendê-lo de maneira minuciosa. É exatamente assim que procederemos, expondo alguns de seus aspectos e procurando ligá-los à vida cotidiana e à prática psicoterapêutica para só então ilustrar quais contribuições podem advir dele. Não obstante, nada impede uma breve antecipação.

Percebemos nitidamente que o pensamento oriental não é nada estranho ao Ocidente contemporâneo e escapamos de qualquer referência à escatologia. Práticas como artes marciais, acupuntura, meditação e ioga são comuns em toda cidade de certo porte. Símbolos como os ideogramas chineses e japoneses são encontrados sob a forma de peças de decoração, decalques para carro, estampas em roupas e tatuagens. Restaurantes de comida chinesa e japonesa tornam-se uma preferência crescente – notemos que nesse caso em especial o produto cultural é literalmente ingerido, introjetado. Mesmo que as idéias provindas do Oriente não sejam necessariamente aprendidas de modo formal, elas já fazem parte das representações coletivas e estabelecem uma atmosfera propícia à sua assimilação. Atendo-nos principalmente à questão da psicoterapia, vemos também que não é de estranhar o estabelecimento de comparações com as filosofias orientais. Pelo contrário, sua influência em algumas linhas teóricas é notável, conforme exploraremos adiante.

No entanto, o pensamento oriental engloba diversas “escolas”; logo, temos de ser mais precisos. Referimo-nos aqui ao extremo Oriente, o que comporta basicamente taoísmo, confucionismo e budismo. Abordaremos as distinções e as relações entre eles oportu-

tunamente, mas cumpre desde já reconhecer o papel central do *taoísmo*, que constitui o alicerce das demais manifestações culturais dessa região (Granet, 1997; Guénon, 1996). É por esse caráter de originalidade e referência que nos dedicamos a ele.

O que nos parece importante destacar do taoísmo nessa abordagem introdutória são três pontos, que vão aqui apenas citados, embora estejam mais bem desenvolvidos ao longo do livro. Primeiro, nele existe a clara idéia de aprimoramento do homem, o que é compatível com o objetivo da psicoterapia. Segundo, ele possui caráter abrangente, pois observa o ser humano sob diversos aspectos, em uma postura que integra mente, corpo, sociedade e natureza. Terceiro, preocupa-se com uma utilização otimizada de recursos e em instituir a eficácia, o que configura uma necessidade para o mundo moderno. Esperamos, assim, por meio do material coligido, esclarecer os três pontos de modo relativamente detalhado, o que será possível pela exposição de alguns dos fundamentos desse sistema de pensamento.

Por fim, após caracterizarmos o taoísmo, a nosso ver, satisfatoriamente, introduzimos a discussão acerca dos aportes possíveis entre ele e a psicoterapia. Na realidade, é esse o objetivo principal: refletir sobre a psicoterapia, pensar suas bases, seus pressupostos e sua atuação prática. Recuperamos aqui o ponto de vista expresso por Eliade: a psicoterapia é uma produção da civilização ocidental; contudo, os esforços para o desenvolvimento das potencialidades do homem são provavelmente tão antigos quanto ele próprio. Podemos estudar um sistema “exótico” e surpreender-nos com achados plenamente válidos. Podemos até incorporar algumas noções que se mostram viáveis e compatíveis com nossas concepções.

Este livro está estruturado em duas partes relativamente independentes. Para quem está se aproximando dos temas psicoterapia e taoísmo, recomendamos a leitura da Parte I, que trata justamente dos fundamentos dessas áreas. Para quem considerar ter conhecimentos suficientes sobre elas, não haverá prejuízo em ler diretamente a Parte II.

Sem pretender esgotar o tema, esta obra se presta a fomentar uma discussão sobre a psicoterapia. Ainda que nossas escolas já estejam bem estabelecidas e possuam suas certezas, o exame de outra corrente de pensamento que também se ocupa do ser humano é relevante ao menos para constituir um contraste que permita enxergarmos melhor o que fazemos. Dessa maneira, consideraremos que este trabalho cumpriu seu papel se ele “agitar” um pouco o campo da psicoterapia, “oxigenar as idéias”, como se fala por aí. Pode ser também que, sob o efeito dessa agitação, outro precipitado se decante, o que é igualmente válido, visto que somente pela destilação contínua da substância conseguimos penetrar naquilo que lhe é mais essencial. Esperamos ainda que ele desempenhe papel de intermediário, remetendo para um aprofundamento no taoísmo.

Este livro é recomendado a todos os interessados nessas questões abordadas. Ao especialista, fornece material a fim de levá-lo a pensar sobre sua prática profissional. Ao leigo, é fonte de consulta sobre a psicoterapia e o taoísmo, que sozinhos representam universos fascinantes e, postos lado a lado, se enriquecem mutuamente.

