

**FACULDADE DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS DE BELO HORIZONTE**  
**PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA TRANSPessoAL**

**Luciana Angélica Arruda**

**PSICOLOGIA TRANSPessoAL,  
CONSCIÊNCIA E ESPIRITUALIDADE:**

Uma explicação científica para o fenômeno do Despertar da Consciência

**Belo Horizonte**

**2016**

Luciana Angélica Arruda

**PSICOLOGIA TRANSPESSOAL,  
CONSCIÊNCIA E ESPIRITUALIDADE:**

Uma explicação científica para o fenômeno do Despertar da Consciência

Monografia de conclusão de curso apresentada à Faculdade de Ciências Sociais Aplicadas de Belo Horizonte no Curso de Pós-Graduação em Psicologia Transpessoal como requisito parcial para obtenção do título de pós-Graduada em Psicologia Transpessoal.

Prof.<sup>a</sup> Orientadora: Fátima Tolentino

Belo Horizonte  
2016

LUCIANA ANGÉLICA ARRUDA

**PSICOLOGIA TRANSPESSOAL, CONSCIÊNCIA E  
ESPIRITUALIDADE: Uma abordagem científica da Consciência e sua relação  
com a Espiritualidade**

Trabalho apresentado à Faculdade de Ciências Sociais Aplicadas de Belo Horizonte – FACISABH – como requisito parcial para conclusão da Pós-graduação *lato sensu* em Psicologia Transpessoal.

---

Professora Fátima Tolentino

Belo Horizonte

Data da aprovação: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

*Dedico este trabalho a todos que já se  
perguntaram “Quem sou eu, de onde eu vim,  
pra onde eu vou...”*

## **AGRADECIMENTOS**

Aos meus amigos Gabriel, Ana, Vanessa, Flávia, Geraldo, Rodrigo, Yasaili, Renata, Carol, Juliana, Alexandre, Cida, Maria, Eulália e Klébia por todo aprendizado e amor.

A Ana Cristina por nos tutelar com tanto amor.

Aos meus professores da pós-graduação, em especial à Gislaine, Di Biase e Fátima por, além de ensinar, ter tocado meu coração de forma tão profunda.

Ao meu pai Ison pela ajuda financeira e por ter confiado em mim.

A minha namorada Itamires por ter me apoiado e cuidado de mim enquanto mergulhava profundamente neste trabalho.

A todas as pessoas que cruzaram meu caminho e contribuíram de alguma forma para meu crescimento pessoal.

*“Nós somos o próprio universo que toma consciência de si mesmo através dos nossos olhos, através da nossa mente, da nossa consciência e poucas pessoas tem consciência disso, a maioria das pessoas seguem a parte deste universo. Mas estamos integrados com tudo isso, uma integração que permite hoje um conhecimento que vem da física moderna, entender os seres vivos e a consciência de forma nova”.*

*Francisco Di Biase*

## RESUMO

Tendo como premissa o paradigma holístico e a consciência como novo objeto de estudo científico, o objetivo geral da pesquisa consistiu em discorrer sobre Consciência e Espiritualidade na Psicologia Transpessoal dialogando com os conceitos sobre consciência de três autores contemporâneos: Chopra, Tolle e Osho. Tanto os teóricos da psicologia transpessoal quanto esses autores compreendem que para adentrar no campo da espiritualidade é necessário um reconhecimento consciente dos aspectos nocivos do ego: “O despertar da Consciência”. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, descritiva e exploratória. Especificamente, procurou-se compreender como acontece a transcendência para além do ego, o que a meditação, o estado de presença (como tanto cita esses autores e a psicologia transpessoal) e os estados não-ordinários de consciência (psicologia transpessoal) tem a ver com a espiritualidade. Buscou-se discorrer sobre o que é a psicologia transpessoal, como surgiu, seus principais precursores e sua relação com os estudos sobre a consciência; Compreender o que é a consciência, ego e espiritualidade para a psicologia transpessoal, além de discorrer sobre Ciência e Espiritualidade. Baseada nas recentes descobertas da Física Quântica e com o apoio das tecnologias de neuroimagens, a consciência passou a ser estudada de forma científica e a visão holística deixou de ser considerada mística. Com isso, conceitos como espiritualidade, que antes eram estudados apenas pela teologia e filosofia da mente, entram no campo científico, possibilitando que a psicologia transpessoal seja reconhecida e aceita como prática profissional, ao mesmo tempo em que torna-se possível a inclusão de suas técnicas e pressupostos nas políticas públicas de saúde.

Palavras-chave: Psicologia Transpessoal; Consciência; Espiritualidade; Ciência; Estados Holotrópicos

## ABSTRACT

Based in holistic paradigm and consciousness as a new object of scientific study, the overall objective of this research was to discuss consciousness and spirituality in Transpersonal Psychology dialoguing with the concepts of consciousness discussed by three contemporary authors: Chopra, Tolle and Osho. Transpersonal Psychology as the mentioned authors understand that to get into the spirituality field requires a conscious recognition of the harmful aspects of the ego: "Consciousness Awakening." This work is characterized by a bibliographic, descriptive and exploratory research. Specifically this research tried to understand how happens the process of transcendence beyond the ego and how the meditation, the Awareness (cited by these authors and transpersonal psychology) and non-ordinary states of consciousness (Transpersonal Psychology) are involved with the spiritual process. This research sought to discuss what is transpersonal psychology, how it came about, its main precursors and their relation to consciousness studies. In that way to understand what is consciousness, the ego and the spirituality for Transpersonal Psychology and also discourse about the relation between Science and Spirituality. Based on recent discoveries of quantum physics and with support of neuroimaging technologies the consciousness began to be studied in scientific and holistic manner no longer considered mystical. Thus, concepts like spirituality that were studied only by theology and mind philosophy enter in the scientific field enabling the Transpersonal Psychology to be recognized and accepted as professional practice making possible their inclusion with all their techniques and assumptions in public health policies.

Keywords: Transpersonal Psychology; Consciousness; Spirituality; Science; Holotropic States of Consciousness



## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.....</b>	<b>09</b>
1.1 Justificativa.....	12
<b>2 MÉTODO E METODOLOGIA.....</b>	<b>13</b>
<b>3 REVISÃO DE LITERATURA .....</b>	<b>14</b>
<b>3.1 Capítulo 1 - Psicologia Transpessoal.....</b>	<b>14</b>
3.1.1 O novo paradigma.....	16
<b>3.2.Capítulo 2 - O que é a consciência.....</b>	<b>18</b>
3.2.1 - O espectro da Consciência.....	18
<b>3.3.Capítulo 3 - Espiritualidade: do estado de consciência de vigília ao estado de consciência holotrópico.....</b>	<b>23</b>
3.3.1 O ego e o estado de consciência de vigília .....	23
3.3.2 O numinoso: O estado de consciência cósmica (estado holotrópico).....	25
3.3.3 Espiritualidade.....	28
<b>3.4.Capítulo 4 - Ciência e Espiritualidade .....</b>	<b>31</b>
<b>4 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>39</b>
<b>REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA.....</b>	<b>42</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Autores contemporâneos como Eckhart Tolle, Osho, Deepack Chopra, para citar três, falam de um “despertar da consciência<sup>1</sup>” que é possível através do reconhecimento consciente dos aspectos nocivos do ego.

Tendo como premissa o paradigma holístico e a consciência como novo objeto de estudo científico, este trabalho pretende abordar a consciência e espiritualidade na psicologia transpessoal dialogando com os conceitos sobre consciência desses autores contemporâneos. Pretende-se compreender como estar no aqui agora (“o não-pensamento”, o estado presença, estar alerta) é um requisito para adentrar no campo da espiritualidade, como dizem esses autores.

Busca-se compreender como acontece a transcendência para além do ego. Entender o que a meditação, o estado de presença e os estados alterados de consciência (estados não-ordinários de consciência ou estados holotrópicos) têm a ver com a espiritualidade.

O primeiro capítulo aborda a psicologia transpessoal e sua relação intrínseca com os estudos sobre a consciência.

O segundo capítulo discorre sobre o que é a consciência e seus diferentes níveis para Ken Wilber, Roberto Assogiole, Kenneth Ring, Jacobs e De Ropp. Embora contenha muitos subníveis e cada autor classifique de uma forma, há um entendimento sobre a consciência como se fosse um espectro (comparado com o espectro eletromagnético e seus diferentes comprimentos de onda). No primeiro nível (o ego) deste *espectro*, o indivíduo tem apenas a consciência de sua separação do outro (o que não acontece com o psicótico), não tem noção de que a concepção que tem de si mesmo é falsa porque se baseia no ego (o falso eu). Verifica-se que ao trabalhar suas dificuldades em diversos níveis ele entra num processo de individuação (crescimento pessoal) vivenciando outros estados de consciência (holotrópicos). Percebendo que não é só corpo, mente e emoções, o indivíduo entra em contato com sua

---

<sup>1</sup> Importante para este trabalho atentar para os significados de consciência. O tema geral se refere à Consciouness: estado de consciência próximo ao que chamamos de espírito, entretanto, hora será utilizado como Conscience sendo o conteúdo da consciência; caráter moral. "Ele não tem consciência do que está falando" e Awareness: estado de alerta, estar presente, consciente.

espiritualidade, energia mais sutil não percebida através dos cinco sentidos, e percebe-se como um ser espiritual (consciência cósmica, estado numinoso<sup>2</sup>).

O terceiro capítulo fala o que é estado de vigília (ego), estado holotrópico (estado não-ordinário de consciência) e estado de consciência cósmica (numinoso).

O quarto e último capítulo “Ciência e Espiritualidade” é dedicado a elucidar porque a consciência não é apenas um produto dos processos neurofisiológicos do cérebro, mas um aspecto fundamental da existência, mediada, mas não produzida pelo cérebro. É apresentada uma explicação científica para o fenômeno da consciência cósmica e a experiência espiritual.

Eckhart Tolle afirma em seu livro “Um novo mundo – o despertar de uma nova consciência” que ao despertar, nosso pensamento deixa de ser algo nocivo e passa a ser servo da consciência, que é a verdadeira ligação com a inteligência universal e a fonte da vida da qual todos nós procedemos (TOLLE, 2007).

Osho em seu livro “Consciência” diz que a consciência é o que nos faz comandante do navio, comandante não se trata de dizer que detenha o comando, trata-se de uma presença. Osho (2001) salienta que o “que você é” tem de ser constante na sua consciência. Quando ficamos conscientes, começamos a sentir uma energia nova, um fogo, uma vida nova. Ficamos mais forte interiormente. Com um sentimento de presença interior, as energias ficam concentradas em um único ponto e nasce um Eu diferente do Ego (Ego significa um falso eu) (OSHO, 2001).

Osho, assim como Eckhart Tolle e Deepack Chopra, baseiam-se nos estudos e práticas das sabedorias orientais como, Zen-budismo, Taoísmo, Tantra, Sufismo, Ayuverda, meditação e outras filosofias das ciências holísticas para o entendimento da natureza da consciência e do caminho da espiritualidade. Tanto esses autores quanto o estudioso da terapêutica transpessoal abordam a espiritualidade e a consciência como um caminho para a fim do sofrimento.

---

<sup>2</sup> Esse termo foi cunhado pelo teólogo Rudolf Otto (1869 - 1937) para descrever o fato de uma espécie de experiência religiosa não depender de divindades, podendo ser entendido como uma experiência com o sagrado, que surge do sentido de integração com si, com os outros, com a natureza e com Deus.

Lembrando que espiritualidade é diferente de religiosidade. Para o professor de teologia e espiritualidade, Leonardo Boff, a função primordial da religião consiste em criar e oferecer condições para que pessoas e comunidades possam adentrar na realidade divina e fazer a sua experiência pessoal de Deus (BOFF, 2016). Entretanto, é bom salientar que é possível ser espiritualizado sem ter uma religião.

O médico indiano Deepack Chopra, no seu livro “A cura Quântica – o poder da mente e da consciência na busca da saúde integral” (1989), mostra como é possível acionar o poder de cura quando o paciente está em sintonia com a inteligência universal, por meio de práticas (o autor dá ênfase às energias positivas e à Meditação Transcendental) que o levem a conectar com sua natureza espiritual. Chopra (1989) mostra no livro, que o corpo humano é controlado por uma “rede de inteligência” que determina se estamos saudáveis e bem integrados com a Natureza. O autor explica como as células de nosso organismo estão ligadas às forças do cosmo e como o pensamento individual se relaciona com as unidades fundamentais da matéria e da energia (CHOPRA, 1989).

Este ponto de vista vai ao encontro da terapêutica transpessoal que, através da concepção holográfica da mente e seu poder transformador da realidade, possibilita a auto-cura por meio de técnicas e práticas estimulantes do poder curativo do próprio paciente (meditação, visualização criativa, confecção de mandalas e trabalho com os sonhos). Considera-se que, se o mesmo foi capaz de permitir seu adoecimento, somente ele poderá permitir a manifestação da cura, independente do nível em que esta ocorra (D’ASSUMPÇÃO, 2015).

Os livros de Osho, Chopra e Tolle (verdadeiros Best sellers) colocam de forma simples para o leitor o “Despertar da Consciência”, as práticas meditativas, o esclarecimento da noção de Ego e a importância da consciência para a cura de todas as doenças tanto do corpo como do espírito. Este diálogo entre esses autores e a psicologia transpessoal é possível na medida em que, como veremos, a psicologia transpessoal abarca todo o *espectro* da consciência e o estudo do ego é tão importante quanto os estudos dos estados holotrópicos para entender a consciência.

## 1.1 Justificativa

Investigações e estudos sobre a consciência eram vistos com desconfiança, como salienta o neurologista Antônio Damásio no seu livro “O mistério da consciência”, e apenas recentemente virou tema de investigação científica.

Sendo o estudo da espiritualidade o diferencial da psicologia transpessoal em relação às outras abordagens psicológicas, este estudo espera situar o leitor a respeito da concepção desta abordagem sobre consciência e espiritualidade, tema tão discutido na contemporaneidade, em que se fala tanto de práticas meditativas, *Mindfulness*<sup>3</sup> (Consciência Plena), Terapias Alternativas e do Despertar da Consciência.

Ao mesmo tempo em que se tornou tema de investigação científica podemos perceber, pelo crescente número de livros vendidos<sup>4</sup>, que o Despertar da Consciência vem sendo a busca de milhares de pessoas.

Baseada nas recentes descobertas da Física Quântica e com o apoio das tecnologias de neuroimagens como tomografia com emissão de pósitrons-PET, ressonância magnética funcional e mapeamento cerebral computadorizado, a consciência passou a ser estudada de forma científica e a visão holística deixou de ser considerada mística. Com isso, conceitos como espiritualidade, que antes eram estudados apenas pela teologia e filosofia da mente, entra no campo científico possibilitando que a psicologia transpessoal seja reconhecida e aceita como prática profissional, ao mesmo tempo em que torna-se possível a inclusão de suas técnicas e pressupostos nas políticas públicas de saúde.

---

<sup>3</sup> *Mindfulness*” (traduzido como “Atenção Plena” em português) é um termo que pode designar um estado mental, um conjunto de técnicas ou exercícios mentais (“Meditação *Mindfulness*”), programas estruturados de treinamento baseados em “*Mindfulness*”, ou ainda um conceito psicológico. *Mindfulness* é a simplicidade em si mesmo. Trata-se de parar e estar presente.

<sup>4</sup> Best seller como “O despertar de uma nova consciência” de Eckhart Tolle que juntamente com outros livros relacionados ao entendimento sobre o ego (o Poder do Agora, Praticando o poder do Agora e O poder do Silencio) venderam mais de 10 milhões de exemplares de acordo com a revista “época negócios” Disponível em: <http://migre.me/tG4vd>. Osho tem mais de 600 livros publicados, Deepak Chopra escreveu 25 livros traduzidos para mais de 35 países.

## **2 MÉTODO E METODOLOGIA**

Trata-se de uma pesquisa qualitativa. O método adotado neste estudo foi a revisão da bibliografia científica, textos impressos e/ou virtuais sobre o tema e temas relacionados, além de palestras dos autores citados, com o objetivo de conceituar, analisar, compreender, explicar e tratar as informações referentes ao tema. A metodologia adotada foi a análise descritiva e exploratória.

Para Gil (2002) pesquisas exploratórias têm como objetivo principal aprimorar ideias ou desvendar intuições. Com planejamento flexível, este tipo de pesquisa possibilita compreender de forma abrangente os aspectos referentes ao fato analisado. A pesquisa foi também descritiva. Conforme Gil (2002) a pesquisa descritiva é utilizada para identificar e obter informações a respeito de características de certo problema ou questão, como a natureza dos fenômenos referentes a este trabalho.

Além de livros, teses e artigos, para maior articulação e entendimento do tema, foram realizadas buscas eletrônicas no Google e utilizado referências retiradas de palestras disponíveis no Youtube<sup>5</sup>.

---

<sup>5</sup> YouTube é um site que permite que os seus usuários carreguem e compartilhem vídeos em formato digital.

### 3 REVISÃO DE LITERATURA

#### 3.1 Capítulo 1 - Psicologia Transpessoal

A psicologia transpessoal é uma das mais recentes linhas da psicologia. Desenvolveu-se com base nos novos conceitos da Física Moderna, na Psicologia Analítica de C. Jung e na Psicologia Tibetana Budista, além do Movimento Transpessoal deflagrado entre as décadas de 60 e 70, como veremos.

De acordo com Simão (2010) podemos conceituar Psicologia Transpessoal como “o estudo e aplicação dos diferentes níveis de consciência em direção à unidade fundamental do ser” (SIMÃO, 2010, p.03) e seu objeto de estudo são os estados de consciência que transcendem a pessoa além do conceito de Ego.

Para a psicóloga Gislaíne Maria D’Assumpção (2015) a psicologia Transpessoal:

estuda, experiencialmente, e descreve os diferentes estados de consciência pelos quais passamos e, entre os quais, existe um véu. Como por exemplo, sono profundo, sonho, relaxamento, vigília, etc. há também especial interesse pelo estudo dos estados alterados de consciência que transcendem ao ego (D’ ASSUMPÇÃO, 2015, p.01)

*Trans* é um prefixo de origem grega que significa "através", "além de". Embora não subjuga nenhum nível do espectro da consciência, a Psicologia Transpessoal dá atenção especial para uma realidade mais sutil, algo que, como veremos, as outras escolas de psicologia ignoraram, que é o campo da espiritualidade. “É a Escola de psicologia que pesquisa num nível científico a espiritualidade” (SIMÃO, 2010, p. 03) sendo a experiência transpessoal aquela em que o senso de identidade ou do eu ultrapassa o individual e o pessoal, e abarca aspectos da humanidade, da psique e do cosmo, reconhecendo o potencial da consciência em estender-se para além dos limites usuais do ego e da personalidade (SIMÃO, 2010).

A psicologia transpessoal é considerada pelo psicólogo americano Abraham Maslow a quarta força da psicologia, sendo a primeira a psicanálise, a segunda o behaviorismo americano e a terceira o humanismo. Maslow foi o grande articulador e porta voz do humanismo que surgiu justamente pela insatisfação com a psicanálise e o behaviorismo em meados do século XX. (GROF, 2016)

Dentre as inúmeras críticas apresentadas por Maslow ao behaviorismo está a ausência de interesse pelos estudos sobre a consciência e o foco exclusivo sobre o estudo do comportamento. E em sua crítica à psicanálise é de que Freud e seus seguidores “extraíram conclusões sobre a psique humana, principalmente, dos estudos da psicopatologia e discordou de seu reducionismo biológico e de sua tendência ao explicar todos os processos psicológicos em função dos instintos básicos” (GROF, 2016, p.2).

Por comparação, a psicologia humanística focou sobre as populações saudáveis, ou mesmo em indivíduos que apresentaram funcionamento supranormal, em várias áreas (“crescimento de ponta da população” de Maslow), sobre o potencial e crescimento humano e sobre as mais elevadas funções da psique (GROF, 2016, p.02).

De acordo com Grof (2016), a psicologia transpessoal surgiu na década de 60 quando os fundadores da psicologia humanística, Maslow e Sutich, se tornaram insatisfeitos com o modelo conceitual que eles haviam criado por deixar de fora um elemento extremamente importante que é a dimensão espiritual da psique humana (Sutich, 1976 *apud* GROF, 2016).

O renascimento do interesse em várias tradições místicas, em meditação, em sabedoria aborígene e antiga e em filosofias orientais, bem como, na experimentação psicodélica, muito difundida durante os tempestuosos anos 1960, deixou absolutamente claro, que uma abrangente e trans-cultural psicologia válida tinha que incluir observações de tais áreas, como os estados místicos, a consciência cósmica, as experiências psicodélicas, o fenômeno do transe, a criatividade e a inspiração científica, religiosa e artística (GROF, 2016, p.03).

Foi então que, em 1967, um pequeno grupo<sup>6</sup> reuniu-se com o propósito de criar uma nova psicologia para honrar o *spectro* inteiro da experiência humana, incluindo os vários estados incomuns da consciência (estados não-ordinários).

Grof (2016) no seu texto “Uma breve história da psicologia transpessoal” cita o antropólogo Michael Harner que, após experimentar uma poderosa iniciação xamã, resumiu de forma sucinta os defeitos da psicologia acadêmica no prefácio de seu livro “O Caminho do Xamã” (Harner 1980). Harner sugeriu que a compreensão da psique, na civilização industrial, está seriamente direcionada para dois importantes caminhos: o etnocêntrico, no sentido que tem sido formulado e promovido pelos cientistas materialistas Ocidentais, que consideram suas próprias perspectivas serem superiores àquelas de quaisquer outros grupos humanos, em qualquer época da história, e o cognocêntrico (um termo melhor poderia provavelmente ser

---

<sup>6</sup> Grupo incluía Abraham Maslow, Anthony Sutich, Stanislav Grof, James Fadiman, Miles Vich e Sonya Margulies. Se encontraram em Menlo Park, Califórnia (...)Durante essas discussões, Maslow e Sutich aceitaram a sugestão de Grof e deram, à nova disciplina, o nome de “psicologia transpessoal”



pragmacêntrico), na medida em que essas disciplinas têm como base teórica experiências e observações de estados comuns de consciência, ao mesmo tempo em que, evita ou interpreta, de forma inadequada, a evidência dos estados incomuns (GROF, 2016, p. 05).

Nos estágios iniciais de minha pesquisa, descobri, para minha grande surpresa, que a principal corrente psiquiátrica não tinha nome para esse importante subgrupo de estados incomuns e não leva em consideração todos os demais, como é o caso de “estados alterados”. Porque senti, fortemente, que eles merecem ser distinguidos dos demais e se situam dentro de uma categoria especial, cunhei para eles o nome holotrópico (GROF, 2016, p.7).

O interesse da psicologia transpessoal está em um significativo subgrupo desses estados incomuns incluindo “experiências dos xamãs e seus clientes, aqueles iniciados em rituais nativos de passagem e antigos mistérios de morte e renascimento, de praticantes espirituais e místicos de todas as idades e de indivíduos em crises psicoespirituais (“emergências espirituais”) (GROF, 2016, p. 7).

A palavra holotrópico significa literalmente “orientada em direção ao todo” ou “movendo em direção ao todo” (do grego *holos* = todo e *trepein* = movendo em direção a ou em direção a alguma coisa), sendo que em nosso estado de consciência diário nós nos identificamos apenas com uma pequena fração de quem realmente somos (GROF, 2016, p. 07).

Grof (2016) afirma que podemos “transcender os limites estreitos do corpo egóico e encontrar um rico espectro de experiências transpessoais, que nos ajuda a obter nossa identidade total”. A psicologia transpessoal ultrapassa o pensamento etnocêntrico e cognocêntrico, na medida em que reconhece a natureza genuína das experiências transpessoais e seus valores. “Em estados holotrópicos, as dimensões espirituais da realidade podem ser diretamente experienciadas de um modo que é tão convincente como nossas experiências diárias do mundo material, se não, até mais” (GROF, 2016, p. 7).

### 3.1.1 O novo paradigma

Mais do que um novo campo de saber, a psicologia transpessoal rompeu com o paradigma newtoniano-cartesiano da ciência Ocidental, e como resultado era acusada de ser “irracional”, “não científica” e mesmo “tendenciosa”, particularmente pelos cientistas que não estavam

conscientes do vasto embasamento desse movimento. Inclusive ignoraram que muitos dos pioneiros desse movimento revolucionário tinham impressionantes credenciais acadêmicas.

Eles criaram e abraçaram a visão transpessoal da psique humana não porque eram ignorantes das suposições fundamentais da ciência tradicional, mas porque descobriram a velha estrutura conceitual seriamente inadequada e incapaz de expor essas experiências e observações (GROF, 2016, p.10).

Grof afirmou em 1985 que o paradigma newtoniano-cartesiano tem sido gradativamente e seriamente desafiado pelas descobertas revolucionárias em várias disciplinas científicas e hoje presenciamos um avanço significativo. Grof foi um pioneiro em reduzir as diferenças entre as descobertas de sua própria pesquisa e a visão de mundo científica como apresentado no seu livro “Para além do cérebro” (GROF, 2016, P.10).

A física newtoniana descreve a realidade sensorial, ou seja, aquela que apreendemos através dos nossos cinco sentidos, na qual o espaço é absoluto de três dimensões e mantém-se sempre igual independentemente dos fenômenos físicos que nele ocorram. A natureza está rigorosamente determinada e a toda causa corresponde um determinado efeito. Esse determinismo mecanicista que impregnou as ciências humanas apoiou-se na dualidade introduzida por Descartes, na qual a realidade é dividida em duas realidades, separadas e independentes: a da mente (*res cogitans*) e da matéria (*res extensa*). Entretanto, em 1915, Einstein na sua Teoria da Relatividade descreve um universo em que o espaço não é tridimensional e o tempo não é uma entidade separada dele, estão intimamente ligados formando um *continuum* espaço-tempo de quatro dimensões.

À medida que os físicos foram aprofundando seus estudos, as evidências abalaram a teoria de Newton. A Teoria da Relatividade e a Teoria Quântica provocaram mudanças profundas nos conceitos de espaço, tempo, matéria, causa e efeito, demonstrando uma outra dimensão da realidade.

A Teoria Quântica descreve o universo como uma complicada teia de relações entre as partes e o todo. As partículas não podem ser decompostas em unidades separadas, elas são estudadas em termo de suas interações. Em 1932 Werner Heisenberg e Max Planck chegaram à conclusão de que é impossível se obter a determinação de leis físicas, a não ser que se considere o sistema físico dentro do todo. De acordo com esse princípio, podemos afirmar que não é possível observar a realidade sem modificá-la.

Essa nova percepção de tempo e espaço contribuiu, enormemente, para o posterior desenvolvimento da Teoria Holográfica da Realidade. O neurologista Karl Pribram (1877-1973) começou a desenvolver a teoria holográfica para explicar as experiências transcendentais e percepções paranormais. O aspecto mais interessante do holograma é que a parte está no todo e o todo está na parte, ou seja, ocorre uma espécie de unidade na diversidade e diversidade na unidade. Se o cérebro funciona como um holograma, podemos ter acesso a um todo maior que transcende os limites do tempo-espaço. Então a concretude do mundo nada mais é do que uma ilusão condicionada por nossos sentidos.

Pribram (1969) sugere que as experiências místicas permitem a entrada num nível de realidade, numa dimensão que transcende o tempo e o espaço; onde as coisas “são” e não “acontecem” (D’ASSUMPCÃO, 2015).

Então, com os avanços na ciência surgiu uma nova linha dentro da psicologia – a transpessoal – que trabalha exatamente com esses diferentes níveis de realidade.

## **3.2 Capítulo 2 - O que é a consciência**

### **3.2.1 - O espectro da Consciência**

Ken Wilber (1989) em seu livro “O Espectro da Consciência“, aborda a consciência como pluridimensional, ou aparentemente composta de muitos níveis, sendo que cada escola importante de psicologia, psicoterapia e religião se dirige a um nível diferente.

Damásio (2015) também entende a consciência como um espectro com vários níveis como vemos no livro “O Mistério da Consciência”. O autor diz que a consciência é o padrão mental unificado que reúne o objeto e o *self* de seus níveis elementares aos mais complexos (DAMASIO, 2015).

Para Wilber (1989) essas diversas escolas não são contraditórias, mas complementares. O autor, ao efetuar a síntese das principais abordagens da consciência, pretende levar o leitor a entender os diversos níveis de consciência. ”Fio-me de que, nas páginas seguintes, o leitor encontre espaço não só para o ego, o superego e o id, mas também para o organismo total,

para o eu transpessoal e, finalmente, para a consciência cósmica — fonte e sustentação de todos eles” (WILBER, 1989, p. 05).

Wilber (1989) faz uma analogia entre o que ele chama de espectro da consciência e a radiação eletromagnética: “referirmos à consciência como a um espectro, ou como composta de numerosas faixas ou níveis vibratórios, o significado permanecerá estritamente metafórico” (p. 11). A consciência não é um espectro, propriamente, mas para finalidades de comunicação e investigação o autor compara os primeiros cientistas da radiação que faziam investigação com diferentes faixas do espectro, com as diferentes escolas que estudam cada uma um nível diferente da consciência.

Os primeiros cientistas — porque utilizavam instrumentos díspares — estavam simplesmente “fazendo ligação” com várias e diferentes frequências ou níveis vibratórios do espectro, sem dar tino de que todos estudavam o mesmo processo básico. A radiação eletromagnética, portanto, consiste num espectro de energia de vários comprimentos de onda, frequências e energias, que vão desde os raios cósmicos “mais finos” e “mais penetrantes” até as ondas de rádio “mais densas” e menos enérgicas (WILBER, 1989, p. 09)

O autor ressalta que a dificuldade de diálogo entre as diversas escolas é justamente pela falta de perspectiva global, cada escola afirma ter a totalidade do saber sem perceber que estão apenas falando de um nível do espectro consciência.

O fato de ser cada abordagem, cada nível, cada faixa apenas uma entre várias outras faixas, não deveria, de maneira alguma comprometer a integridade nem o valor dos níveis individuais, nem da pesquisa levada a efeito nesses níveis. Pelo contrário, sendo uma manifestação particular do espectro, cada faixa ou nível só é o que é em razão das outras faixas. A cor azul não é menos bela porque existe ao lado das outras cores do arco-íris, e a própria “azuhdade” depende da existência das outras cores, pois se a única cor existente fosse o azul, nunca seríamos capazes de vê-lo. (WILBER, 1989, p.10)

Justamente por cada escola focar sua atenção numa faixa ou nível do espectro é que, no ocidente, existe de quatro a cinco escolas principais, que formam quatro teorias diferentes a respeito de um nível de consciência. Cada uma mantém relação complementar entre si e não antagônica e se dirige a um nível diferente do espectro (WILBER, 1989).

Wilber (1989) explica que dentre os inúmeros níveis possíveis, acessíveis através das revelações da “psicanálise, do Budismo Yogacara, do Hinduísmo Vedântico, da terapia da Gestalt, do Vafrayana, da Psicossíntese, e quejandos” foi identificado quatro faixas menores (Níveis Transpessoal, o Biossocial, o Filosófico e o da Sombra) e três faixas principais que

foram escolhidas com base na sua simplicidade e facilidade de identificação. A esses três níveis chamamos: 1) o Nível do Ego, 2) o Nível Existencial e 3) o Nível da Mente. Wilber (1989) identifica que:

o Nível do Ego inclui a mente e o Nível Existencial inclui a mente e o corpo, o Nível da Mente inclui a mente, o corpo e o resto do universo (...) o Nível do Ego é o que sentimos quando nos sentimos pai, mãe, advogado, homem de negócios, americano, ou qualquer outro papel ou imagem particular. O Nível Existencial é o que sentimos “debaixo” da nossa autoimagem; ou seja, é a sensação de existência orgânica total, a convicção íntima de que existimos como o sujeito separado de todas as nossas experiências. O Nível da Mente — como buscaremos demonstrar — é o que estamos sentindo neste momento antes de sentirmos qualquer outra coisa — uma sensação de identificação com o cosmo (WILBER, 1989, p.10).

Para Wilber o nível da mente é o nível da percepção mística, da consciência cósmica e “a imensa maioria das pessoas, sobretudo na sociedade ocidental, não está pronta, nem disposta, a realizar experiências místicas, e tampouco é capaz de fazê-lo” (WILBER, 1989, P. 13). Embora o nível de consciência cósmica seja um nível maior de consciência por englobar os outros dois níveis, o autor entende que não há superioridade entre os níveis quanto ao método terapêutico, uma vez que cada uma dessas abordagens trabalha com um nível diferente de consciência.

É importante salientar que Transpessoal não é uma questão de técnica, mas de uma perspectiva da realidade. A terapêutica transpessoal leva o indivíduo a trabalhar suas dificuldades em diversos níveis, até que ele entre num processo de individuação (crescimento pessoal), vivenciando outros estados de consciência. Estes estados de consciência darão ao indivíduo condições para perceber que ele não é só corpo, mente e emoções, entrando em contato com sua energia mais sutil, não percebida pelos cinco sentidos. (D’ASSUMPÇÃO, 2015, p. 07)

De acordo Ken Wilber (1989) as abordagens ocidentais poderão ser usadas como preparação preliminar ou como auxílio concomitante, pois quaisquer métodos que ajudem a promover um estado de relaxamento e tensão reduzida são conducentes à experiência mística, já que a redução das tensões inerentes ao fato de sermos um ego parece facilitar a transcendência (WILBER, 1989, p. 14). “As metas dos enfoques orientais e ocidentais, por conseguinte, são surpreendentemente díspares, mas isso não deveria surpreender, pois as metas diferem porque os níveis diferem” (WILBER, 1989, p. 15).

No Nível do Ego quaisquer desvios é vista pelas autoridades com a máxima desconfiança, em lugar de encará-los com franco interesse. Por isso Wilber (2014) chama atenção ao fato de que as únicas autoridades com as quais podemos contar cientificamente “são os exploradores

consciosos que experimentaram os vários níveis da consciência, incluindo o de sermos um ego e o de transcendermos o ego”. (WILBER, 1989, p. 15).

Ken Wilber (1989) chama atenção para o grande número de técnicas, métodos, escolas, filosofias e disciplinas psicoterapêuticas, sendo um problema descobrir uma aparência de ordem, uma lógica interior, uma corrente de continuidade nesta vasta complexidade de sistemas psicológicos diferentes e frequentemente contraditórios.

Não é o foco do presente estudo entrar em detalhes sobre estes níveis descritos por Wilber<sup>7</sup>, tão somente deixar claro que é uma forma didática para entender que a psicologia transpessoal entende a consciência como um espectro em que o ser humano é holístico e considerando a existência de níveis de consciência que transcendam ao ego.

Para De Ropp (1968 *apud* D’ASSUMPÇÃO, 2015) o mapa da consciência pode ser estruturado nos seguintes níveis: primeiro nível – sono sem sonhos; segundo nível – sono com sonhos; terceiro nível – o sono acordado (identificação); quarto nível – a transcendência do eu (consciência de si); quinto nível – a consciência cósmica (consciência objetiva).

Roberto Assagioli (1976 *apud* D’ASSUMPÇÃO, 2015) apresenta a seguinte cartografia da consciência: O inconsciente inferior; o inconsciente médio; o inconsciente superior ou superconsciente; o campo da consciência; o eu consciente ou self pessoal; o eu superior ou self transpessoal e o inconsciente coletivo.

O mapa concêntrico da Consciência Humana desenvolvido pelo psicólogo Kenneth Ring (1978 *apud* D’ASSUMPÇÃO, 2015) corresponde muito aos princípios budistas, consistindo em atingir a fusão da mente com a natureza da existência. Quando o homem desenvolver a mente, tentando ver a natureza da realidade ao ponto de aproximá-las tanto que não poderá distinguir a diferença entre o que é percebido – a essência da existência e a mente humana.

De acordo com D’Assumpção (2015) esse mapa desenvolvido por Ring (1978) é bastante útil na prática terapêutica, pois ele deriva de observações das experiências clínicas. 1 – A Vigília é o estado normal de consciência, é a única região da consciência na qual o indivíduo está

---

<sup>7</sup> Depois do livro “O Espectro da Consciência” Wilber desenvolve o projeto *atman* que contém 16 níveis, até, recentemente, fechar em 10 níveis

normalmente ciente do seu conteúdo; 2 – O Pré-consciente é a região intimamente ligada à consciência de vigília normal e é o domínio do ego; 3 – O Psicodinâmico tem início no momento do nascimento físico, é uma região bem estudada pela psicanálise; 4 – Ontogênese é também denominado Perinatal, tem início no momento da concepção e se estende até a hora do nascimento; 5 – O Transindividual apresenta as experiências ancestrais, experiências de prováveis encarnações passadas, experiências coletivas e raciais e experiências arquetípicas; 6 – No Filogenético os indivíduos experimentam identidade com as vidas animal e vegetal e até mesmo com a matéria inorgânica; 7 – No Extraterreno as pessoas vivenciam fenômenos de percepção extrassensorial, encontro com seres, viagens para outras regiões do universo e experiências fora do corpo físico; 8 – No Superconsciente algumas pessoas vivenciam a identificação com a Consciência Cósmica e tem a sensação de abarcar a totalidade da existência e alcançar a Realidade Maior; 9 – A experiência do Vácuo é a mais enigmática e paradoxal de todas as experiências transpessoais. É a identificação vivencial com o nada, o silêncio primordial, que parecem ser a origem de toda a existência. Está além do tempo e espaço e de todas as formas. O conceito de “*vacuum*” quântico da física moderna com todas as suas propriedades aproxima-se dessa realidade.

Há ainda uma outra classificação descritos por Weil e Jacobson desses estados de consciência, que acreditamos ser mais didático para este estudo, já que nossa proposta é também entender como o domínio da mente torna o indivíduo mais espiritualizado, ou seja, silenciar os pensamentos podem levar ao fim do sofrimento, como propõe Osho, Chopra e Tolle. São seis estados de consciência, como sintetizado pelo psiquiatra Adalberto Tripicchio no seu artigo intitulado “Psicologia Transpessoal” (TRIPICCHIO, 2007) a saber:

a) O Estado de Consciência de Vigília: é a consciência desperta normal, é o estado comum, voltado para o pensamento lógico de causa e efeito; a pessoa está consciente de si mesma. É o estado de consciência no qual nos encontramos quando estamos acordados, pensando, trabalhando, planejando. Neste estado predominam as funções do ego.

b) Estado de Consciência de Devaneio: é o estado intermediário entre o de vigília e o de sonho, quando estamos prontos para dormir em estado de relaxamento.

c) Estado de Consciência de Sono Profundo: no estado de sono profundo sem sonhos, as funções do ego desaparecem, assim como a noção de tempo/espaço. Inexiste a dualidade eu-mundo exterior e o indivíduo entra em unidade com a Consciência Universal, havendo uma revigoração energética. Pode-se supor que equivale a uma experiência transpessoal que é esquecida pelo indivíduo.

d) Estado de Consciência de Sonho: neste estado, além dos conteúdos oníricos estudados por Freud e Jung, o indivíduo pode vivenciar experiências mais profundas, como a premonição e a experiência de sair do corpo.

e) Estado de Consciência de Despertar: é um estágio intermediário entre a Consciência Cósmica e a consciência individual no seu estado de vigília. O campo da consciência se amplifica e os três outros estados de consciência (o de devaneio, de sonho e de sono profundo) tornam-se claros e interligados, possibilitando ao indivíduo que, posteriormente, perceba a unidade do Cosmos e de si.

f) Estados de Consciência Cósmica: é o estado resultante da integração entre todos os estados de consciência; é o estado em que há o controle da atividade cerebral. Designa um estado de consciência além da consciência comum do homem. O indivíduo passa a compreender o funcionamento e a razão de ser do universo, a relatividade das três dimensões do tempo e do espaço. (D'ASSUMPÇÃO, 2015, p. 16 e 17)

### **3.3 Capítulo 3 – Espiritualidade: do estado de consciência de vigília ao estado de consciência holotrópico**

Neste capítulo discorreremos sobre dos estados de consciência de vigília e o de consciência cósmica (holotrópico), pois julgamos ser essenciais para o entendimento da espiritualidade. Entendemos que o primeiro passo para o “despertar da consciência” (consciência de despertar) seja o reconhecimento de que o ego (estado de consciência de vigília) é apenas um falso eu. Somente temos acesso ao nosso eu verdadeiro (self) na medida em que aprendemos a silenciar nossa mente para que a consciência surja. E na medida em que nos tornamos mais conscientes, podemos experimentar novas dimensões do nosso ser, além dos cinco sentidos (consciência cósmica) (D'ASSUMPÇÃO, 2015).

#### **3.3.1 O ego e o estado de consciência de vigília**

De acordo com Pierre Weil (1987, p. 28) no livro “Linguagem holística” ego é um termo latino empregado por Freud para designar o Eu, tomado como instância psíquica, “que ele próprio não considerava mais do que uma hipótese de pesquisa” (WEIL, 1987, p.28).

O ego seria uma instância emergente do conflito entre o superego e o id, a educação de nossos pais internalizada e a força das pulsões. Seria a instância mediadora desse conflito; mas sua energia, como a do superego, proviria do id pulsional. “Onde estiver o id, que ele se transforme em ego.” Na realidade, nem Freud, nem ninguém até hoje, pode localizar o Ego. Tudo indica que ele não passa de um conceito\*, um pensamento, enfim, um engrama\*. A crença no Ego está encerrada em um consenso\* a seu respeito. (V. Ser Humano) (WEIL, 1987, p.28).



De acordo com Tolle (2007) juntamente com a noção de “eu” e suas palavras correlatas “mim”, “meu”, “comigo”, etc. traz uma interpretação equivocada sobre quem a pessoa é, um sentido ilusório da identidade “Isto é o ego” (TOLLE, 2007, p. 30). Segundo Tolle o lado bom é que se formos capazes de reconhecer a ilusão como tal, ela se dissolverá.

Ligia Splendore (2014) em seu texto “O ego transpessoal” diz que a psicologia transpessoal ampliou a compreensão e denominação de Ego.

Carl G. Jung chegou a mesma conclusão que Tolle. Jung acreditava que a maturação psíquica ou processo de individuação faz com que o indivíduo transcenda os limites do ego. Inclusive, Jung foi o primeiro psiquiatra a usar o termo transpessoal e “redimensionar os alcances do ego, popularizando o conceito de self como centro de toda a personalidade”. A relação do self com o ego é comparada àquela do “que move com o que é movido.” e vai ao encontro do conceito de consciência de Tolle (2007) quando diz ser possível deixar de identificar com o fluxo incessante da mente.

Jung descreve uma interdependência dos dois: o self possui uma visão mais holista e é, portanto, supremo, mas a função do ego é confrontar ou satisfazer às exigências dessa supremacia. Inicialmente o ego está fundindo com o self, porém depois dele se diferencia. (SPLENTORE, 2014).

Á medida em que nos tornamos mais conscientes de nós mesmos vai emergindo uma consciência livre, colocando o indivíduo numa “comunhão incondicional obrigatória e indissolúvel com o mundo” (TRIPICCHIO, 2007).

A percepção do ego não representa a totalidade da experiência humana precisando se dissolver para que o indivíduo “se torne uno com tudo o que existe sentindo seu Ser essencial, sua natureza de sabedoria e luz” (SPLENTORE, 2014).

Essa ilusão da dualidade é bem ilustrada por Weil, quando comparada à tradição budista:

*“O mar constitui uma unidade; mas as ondas, comparadas umas às outras, são pluralidade. As ondas podem ser comparadas com o nosso ego; cada ego olhando para outro ego, cada onda olhando para outra onda, tem a ilusão de ser diferente; na realidade faz parte de um só mar; o ego é onda e mar ao mesmo tempo; ele é individualidade e unidade simultaneamente”* (SPLENTORE, 2014 *apud* Weil).

Segundo Lígia Splendore (2014) embora o ego seja essencial para a estruturação da psique humana, ele não representa quem somos em totalidade. Primeiro aprendemos a definir e

estruturar nosso ego, para depois “torná-lo mais flexível e poroso até por fim dissolvê-lo completamente acessando a dimensão da unidade que não possui nenhuma forma” (SPLENTORE, 2014).

Uma observação interessante é a psicose estar associada a uma perda dos limites do ego. Acontece uma desestruturação do ego no indivíduo, pois esse apresenta um ego muito frágil.

Nesse modelo é possível identificar de um lado o psicótico que vivencia a desestruturação do ego, pois apresenta um ego frágil, com dificuldades de delinear o Eu e o Outro, seu mundo interno e externo, dependente da aprovação e reconhecimento das outras pessoas; por outro lado, o místico que experimenta a dissolução do ego, pois apesar de entrar em estado psicótico apresenta um ego forte e bem estruturado. Ou como disse Joseph Campbell:

*“O místico, dotado de talentos inatos e seguindo a instrução de um mestre entra na água e descobre que sabe nadar; o psicótico, por sua vez, despreparado, sem orientação e sem dotes, caiu nela ou mergulhou voluntariamente e está se afogando” “Ele pode ser salvo? Se uma corda for jogada, ele vai segurá-la?” (SPLENTORE, 2014).*

De acordo com Sigmund Freud o ego é um dos três componentes básicos estruturais da nossa psique. Responsável pelo princípio da realidade. Ao separar seu Eu da Mãe, o Bebê se torna consciente de sua própria identidade, aí nasce o ego (SPLENTORE, 2014).

### 3.3.2 O numinoso: O estado de consciência cósmica (estado holotrópico)

A percepção do mundo em estado holotrópico é mais acurada do que nossa percepção diária dele, os limites no universo são ilusórios, a matéria é essencialmente vazia, como tem mostrado a física quântica-relativista. “Sabemos hoje que o que aparece para nós como discretos objetos estáticos são, atualmente, condensações dentro de um campo de energia una (integrada), dinâmica”. (GROF, 2016, p. 9)

Essa descoberta está em conflito direto com a “percepção de pedestre” do mundo e traz para a mente o conceito hindu de maya, um princípio metafísico capaz de gerar um convincente fac-símile do mundo material. E a natureza objetiva dos domínios arquetípicos e históricos e do inconsciente coletivo foi demonstrada por C.G. Jung e seus seguidores, anos antes, pelas evidências coletadas, através da pesquisa psicodélica e das novas terapias experienciais que as confirmaram, além de qualquer dúvida razoável. Somando-se a isso, é possível descrever, passo a passo, os procedimentos e os contextos apropriados que facilitam o acesso a essas experiências; isso inclui os procedimentos não-farmacológicos, tais como as práticas de meditação, música, dança, exercícios de respiração e outras abordagens que não podem ser vistas como agentes patológicos por nenhuma ampliação da imaginação. (GROF, 2016, p. 9)

Um dos pontos mais importantes do trabalho desses teóricos, diz respeito aos estudos dos estados holotrópicos, no qual confirmou que as experiências que se originam em níveis mais profundos da psique<sup>8</sup>, como pensou Jung, tem uma certa qualidade que Jung chamou (após Rudolph Otto) de numinosidade (Jung, 1964, *apud* Grof, 2016). Este é o ponto que a psicologia transpessoal encontra com a espiritualidade.

Para Grof (2016) a psiquiatria tradicional usa o termo “estados alterados de consciência”, mas pessoas que estudaram a consciência significativamente preferem o termo “estados não-ordinários de consciência”. Existem muitos estados não-ordinários de consciência que não são curativos, transformativos, nem evolutivos, que não são interessantes do ponto de vista heurístico.

Por este motivo, ao perceber que não havia um termo apropriado para estados com estas qualidades positivas como as experiências dos xamãs, das culturas nativas, dos iniciados nos mistérios, os budistas, os yoguis, os místicos cristãos, os sufis, os cabalistas, etc. Grof cunhou o termo holotrópicos. Que, como já vimos, significa literalmente “se mover em direção à totalidade”, como no termo heliotropismo (*heliosis*, sol) é a propriedade da flor sempre seguir o sol, mover-se na direção do sol.

Tanto Grof, Chopra, Osho e Tolle acreditam que na cultura ocidental nós apenas nos identificamos com uma fração de quem somos. Grof (2011) distingue dois modos de consciência: a experiência normal, todos os dias da realidade consensual (estado de consciência de vigília) e a *holotrópica* que refere-se a estados que visam em direção à totalidade. O holotrópico é característica de estados não-ordinários de consciência: meditação, experiências místicas ou psicodélicas. De acordo com Grof esses estados não-ordinários são frequentemente classificados pela psiquiatria contemporânea como psicóticos.

Grof (2011) utiliza uma explicação hindu para explicar as duas formas de consciência do ser humano: Os hindus falam do fato de que não somos *namarupa* (o separado, indivíduo, eu ilusório), não somos nome e forma, nossa identidade mais profunda é realmente com o princípio criativo do universo *atman/brahman* (o divino, a verdadeira natureza do eu).

---

<sup>8</sup> Grof chama níveis mais profundos da psique de experiências “perinatal” e “transpessoal”

Os Hindus ainda oferecem métodos específicos com a “promessa” de que podemos validar experencialmente, podemos vivenciar qualquer estado entre o ego (sua identidade diária), ou se identificar com o divino ou com qualquer coisa que é parte da criação. Por isso do termo holotrópico significa mover-se em direção à totalidade. Esse movimento em direção à totalidade às vezes ocorre por pequenos passos, por vezes é um salto súbito, Grof (2011) chama atenção para o potencial inerente nestes estados para recuperarmos nosso status cósmico e alcançar a totalidade (GROF, 2011).

Grof (1990), diz que Maslow descreveu a categoria de experiências místicas caracterizadas “pela dissolução dos limites pessoais e pela sensação de união com as outras pessoas, com a natureza, com o universo inteiro e com Deus” (GROF, 1990, p. 99) e para designar essas experiências inventou o termo "experiências de pico".

Maslow criticou a postura da psiquiatria tradicional que afirma que essas experiências são indícios de doença mental e demonstrou que as experiências acontecem com qualquer pessoa “bem-ajustada” (GROF, 1990, p. 99). Ele também observou que se estas experiências alçarem seu fim natural, ou seja, forem exploradas de forma consciente, mais próxima da “realização pessoal”, a pessoa estará com uma grande capacidade de expressar seu potencial criativo.

Grof (1990) também cita outro pesquisador da consciência, o psiquiatra Walter Pahnke que desenvolveu uma lista das características básicas da experiência de pico baseadas no trabalho de Abraham Maslow e de W. T. Stace e usou o seguinte critério para descrever esse “estado de pico”: - Unidade (interior e exterior). - Forte emoção positiva. - Transcendência do tempo e do espaço. - Sensação de sacralidade (numinosidade). - Natureza paradoxal. - Objetividade e descobertas. - Inefabilidade. - Efeitos posteriores positivos.

Grof (1990) chama a atenção ao fato de que a pessoa que passa por essa experiência de pico sentir uma grande sensação de cura e bem-estar pelo fato de alcançar um estado de completa unidade e integridade interior, tendo a sensação de dominar as divisões e fragmentações comuns do corpo e da mente (GROF, 1990).

Ao transcender a distinção comum entre sujeito e objeto, é possível vivenciar um estado de união com a humanidade, com a natureza, com o cosmos e com Deus, o que traz uma numinosidade, termo que C. G. Jung usava para descrever um sentimento profundo de

sacralidade ou de santidade, que está associado a certos processos profundos da psique sem que tenha relação com crenças ou programas religiosos anteriores; “é uma percepção direta e imediata de que estamos lidando com algo que tem uma natureza divina e é radicalmente diferente da nossa percepção comum do mundo cotidiano” (GROF, 1990, p. 99).

### 3.3.3 Espiritualidade

Antes de conceituar espiritualidade é necessário entender que as práticas espirituais são diferentes das práticas religiosas. As práticas espirituais treinam a percepção e a concentração, uma técnica que enfoca e estuda a mente flutuante, vibrátil, nos faz entrar no presente, segundo GROF (*et al* Grof, 1990, p. 88) o primeiro elemento de toda prática espiritual é penetrar no presente.

Penetrar no momento presente é a primeira entrada nos domínios espirituais, pois esses não estão no passado nem no futuro. O passado é mera lembrança e o futuro, pura imaginação. O presente fornece a porta de entrada em todos os reinos da consciência que estão além das nossas atividades cotidianas normais. Estar aqui exige uma fixação da mente, uma concentração e uma atenção. É a velha frase dos cassinos de Las Vegas: "Você tem de estar presente para ganhar." Você tem de estar no cassino, assim como deve estar presente na sua prática de meditação (*et al* Grof, 1990, p. 88).

Tolle (2007) diz que as religiões firmaram-se como forças divisoras em vez de unificadoras. O principal motivo é que se tornaram ideologias, sistemas de crenças com os quais as pessoas se identificam e usam para ressaltar sua falsa percepção do eu. Por meio das crenças as pessoas se classificam como “certas” definindo sua identidade e coloca o outro que pensa diferente como errados. “O homem feito “Deus” na sua própria imagem. O eterno, o infinito, o inominável foi reduzido a um ídolo mental no qual as pessoas tinham de acreditar e que devia ser venerado como “o meu deus” ou o “nosso deus”(TOLLE, 2007, p. 21).

Eckhart Tolle (2007) levanta a questão de qual seria o papel das religiões estabelecidas no surgimento da nova consciência. Muitas pessoas já reconhecem a diferença entre espiritualidade e religião, percebendo que ter uma religião, ter um sistema de crenças, um conjunto de pensamentos entendido como verdade absoluta não torna ninguém espiritualizado “na realidade quanto mais um indivíduo faz de seus pensamentos (crenças) sua própria identidade, mais se distancia da dimensão espiritual que existe dentro dele” (TOLLE, 2007, p. 22-23). Por isso a espiritualidade, a transformação da consciência está surgindo fora das estruturas das religiões institucionalizadas, pois, como vimos, a experiência transpessoal

somente acontece quando não há a mente pensante estruturando uma identificação com o ego. Por isso a meditação é importante em qualquer busca espiritual. O objetivo é transcender a identificação com o ego.

Como Ken Wilber mostrou em seu livro “A Sociable God” (WILBER, 1983) e Grof no seu texto “O futuro da psiquiatria e da psicologia: desafios conceituais da pesquisa clínica da consciência”, não há possibilidade de conflito entre a ciência genuína e a religião autêntica. Se parece haver tal conflito, estamos lidando muito provavelmente com “falsa ciência” e “falsa religião”, no qual um lado tem um sério mal-entendido em relação à posição do outro e representa muito provavelmente uma versão falsa ou enganosa de sua própria disciplina.

Grof (2016) identifica duas formas diferentes de experiências espirituais diretas. Uma delas é a experiência da imanência divina que é caracterizada por uma sutil, mas profunda transformação da percepção da realidade diária. A segunda forma de experiência espiritual é a da transcendência divina: “envolve a manifestação dos reinos e seres arquetípicos da realidade que são ordinariamente trans-fenomenais” na qual temos uma experiência diferente da percepção do estado de consciência diário (estado de alerta) “nesse tipo de experiência espiritual, os novos elementos parecem “se revelar” ou “se explicar” inteiramente, para os termos apropriados de David Bohm, de um outro nível ou ordem de realidade” (GROF, 2016).

Tolle (2007) diz que quase todas as pessoas ainda estão identificadas com o fluxo incessante de pensamentos, e esse é o significado de ser espiritualmente inconsciente. Para Tolle, há quem nunca se esqueça do momento em que conseguiu romper com a identificação com seus pensamentos, momentos em que foi capaz de sentir brevemente a mudança de identidade, do conteúdo do pensamento (ego) para se tornar a consciência lá no fundo. Outros indivíduos mal percebem ou apenas notam uma abundância de alegria ou paz interior sem saberem o que originou esses sentimentos.

Embora Wilber (1989) utilize o termo “nível da mente” para designar o nível mais elevado do espectro da consciência, como veremos, o pensamento de Tolle sobre o ego é o mesmo de Ken Wilber. Ao dizer mente, Tolle (2007) quer dizer que o indivíduo perdeu a conexão com o momento presente, que ao se identificar com o fluxo incessante da mente ele se torna

espiritualmente inconsciente. Tolle nos lembra que a consciência é o poder oculto que existe no momento presente.

A experiência denominada de Consciência Cósmica é o estado que vem confirmar os pressupostos da Física Moderna e caracteriza-se basicamente em compreender o cosmos como uma unidade viva, onde desaparece o sentimento de dualidade e onde presente, passado e futuro deixam de existir. Satori, Nirvana, Samadhi, estágio superior de consciência, experiência transpessoal, mística, transcendental, culminante, psicodélica são os termos usados para as vivências. Para Pierre Weil (1972) as principais características são: percepção do cosmo como unidade viva, da qual se sentem parte integrante, desaparece o sentimento de dualidade; as dimensões de espaço e tempo são transcendidas; sentido de sagrado; sensação de que a vivência é mais real do que as quotidianas comuns; completo desaparecimento do medo da morte, que é vista como uma passagem para outra dimensão de vida (adquire a certeza da eternidade); Mudanças radicais no sistema de valores seguido anteriormente (WEIL, 1972).

Ken Wilber (1989) diz que o propósito confessado da maioria dos enfoques ocidentais é “variamente exposto como o fortalecimento do ego, a integração do eu, a correção da autoimagem, a construção da confiança em si próprio, o estabelecimento de metas realistas, etc.” e o fato de sermos um ego há uma atenuação das “neuroses normais” (WILBER, 1989 p.14). Tolle (2007) também concorda que no sentido mais amplo o ego em si é patológico, “não importa que forma assuma” (TOLLE, 2007, p. 99). Embora a palavra “patológico” seja usada para explicar uma condição de doença, ele deriva de pathos, que significa sofrimento.

Tolle (2007) diz que a realidade duplicada do universo é igual a nossa. Uma vida produtiva e equilibrada é uma dança entre as duas dimensões que constituem a realidade: forma e espaço, materialidade e imaterialidade. O problema é que as pessoas se identificam tanto com a forma (percepções sensoriais, pensamentos e emoções) que “a parte oculta essencial quase desaparece da sua vida”. Elas se mantêm presas ao ego (TOLLE, 2007, p.192), não experimentam sua espiritualidade (nível da mente para Wilber), não transcendem completa e totalmente a fim de alcançar o *moksha* (libertação), o *te* (virtude do Absoluto), e o *satori* (iluminação). “Deus, diz o texto sagrado, é a consciência sem forma e a essência de quem nós somos, tudo o mais é forma, e ‘o que as pessoas aqui adoram’”(TOLLE, 2007, p. 192).

Como já vimos, as metas dos enfoques orientais e ocidentais, por conseguinte, são surpreendentemente díspares, mas isso não deveria surpreender-nos, pois as metas diferem porque os níveis diferem (WILBER, 1989, p.14-15). E em algum ponto os propósitos das abordagens orientais e ocidentais coincidem entre si “visto que as faixas de qualquer espectro sempre imbricam um pouco nas outras faixas”, entretanto, “a maioria dos enfoques orientais não consiste em fortalecer o ego senão em transcendê-lo completa e totalmente” (WILBER, 1989, p.15).

Para o indivíduo cético que nunca experimentou o Nível da Mente, é difícil admitir a existência da percepção mística desse Nível e mais difícil ainda ouvir a afirmação de que só esse Nível é real, “a única vida verdadeira”, e que o nosso ego é um sonho. “Mas *Shankara* e todos os outros que investigam esse Nível não deixam por menos: o que normalmente denominamos o nosso “eu” é uma ilusão” (WILBER, 1989, p.15).

### **3.4 Capítulo 4 - Ciência e Espiritualidade**

Karl H Pribram, no seu texto “O primado da experiência consciente” diz que devido ao sucesso extraordinário das ciências psicológicas e neurológicas a lacuna aparente entre mente e matéria está sendo preenchida. (AMOROSO *et al*, 2004, p.13-24)

O neurocientista Francisco Di Biase, na introdução do livro “A revolução da consciência” (AMOROSO *et al*, 2004) em que foi organizador junto com Richard Amoroso, diz que a questão da natureza da consciência foi sendo relegada a segundo plano desde o século XVII, sendo praticamente esquecida pelo meio acadêmico nos últimos séculos e somente passou a ser estudado de forma científica nos anos 80 graças às modernas pesquisas nos campos das Neurociências, Física Quântica, Dinâmica Cerebral Holográfica e teoria da Informação Quântica (DI AMOROSO *et al*, 2004).

Para Di Biase a consciência não é um problema científico qualquer, “a compreensão da sua natureza pode nos conduzir a uma nova visão de nós mesmos e de nosso lugar no universo” (2004, p. 7) e completa: “Pela primeira vez na história humana, temos as condições científicas necessárias para entendermos a consciência e sua relação com o universo” (AMOROSO *et al*, 2004, p. 7).



O filósofo René Descartes considerando a verdade básica “Penso, logo Existo” para a pergunta “Há alguma coisa que eu possa saber com certeza absoluta?” identificou a identidade “eu sou” ao pensamento. Sem saber que havia detectado o ego, não percebeu que a consciência que afirma ‘eu sou’ não é a consciência que pensa, pois quando estamos conscientes de que estamos pensando, essa consciência não faz parte do pensamento. Foi Sartre, 300 anos depois, que percebeu isso, “mas ele próprio ainda estava identificado demais com o pensamento para reconhecer o pleno significado do que descobrira: uma nova dimensão da consciência” (TOLLE, 2007, p.55).

Outra consequência da dualidade introduzida por Descartes, em que baseou sua visão da natureza numa divisão entre duas realidades separadas e independentes: a da mente (*res cogitans*) e a da matéria (*res extensa*) é o pensamento de que o mundo material poderia ser objetivamente descrito sem a interferência, já que constituiria numa entidade completamente separada do observador. Mas na medida em que os físicos foram aprofundando nos estudos foram encontrando elementos que abalaram a teoria de Newton. A teoria da relatividade e a teoria quântica provocaram mudanças profundas no conceito de espaço, tempo, matéria, causa e efeito, demonstrando outra dimensão de realidade.

De acordo com a teoria da relatividade de Einstein (1915) o espaço não é tridimensional e o tempo não é uma entidade separada dele, estão intimamente ligados, formando um *continuum* espaço-tempo de quatro dimensões, como acreditam os místicos orientais há milênios. Esse modelo levou os cientistas a alterarem o seu conceito sobre matéria, ou seja, a massa não é nada mais do que uma forma de energia, assim matéria é energia. Essa percepção contribuiu para o desenvolvimento da Teoria Holográfica da Realidade.

Até mais da metade do século XX, mais ou menos nos anos 1970, o problema da consciência no sentido de espírito (*consciousness*) não era discutida devido a esta separação. Entretanto, com as nossas modernas tecnologias de neuroimagens principalmente tomografia com emissão de pósitrons-PET; ressonância magnética funcional - FMRI; single photon emission computed tomography- SPECT; mapeamento cerebral computadorizado- brain mapping; magnetoencefalografia- MEG , permitiu visualizarmos , o “fluxo da consciência”, descrito por William James, no século XIX (DI BIASE, 2016, p.05).

Consciência não é só o funcionamento do cérebro, não é só o substrato neural. Di Biase chama a atenção para a experiência que temos com algo belo, como a rosa. Além de sentir a rosa com os cinco sentidos, tem algo de transcendental com a experiência, algo de fenomenológico, o que na filosofia da mente chamam de *Quali*, a qualidade do fenômeno que você está tendo com a rosa (DI BIASE, 2016, p.05).

David Chalmers classifica o problema mente/cérebro em difícil e fácil. *Hard problem* para contrapor ao *easy problem* que seria justamente chegar a quais são os substratos neurais, o difícil é ver o que é o fenômeno da consciência, a parte fenomenológica, “o problema do conhecimento, o problema ontológico da epistemologia” e não só a parte do substrato neural (AMOROSO *et al*, 2004 p.17).

Teoria desenvolvida por Carl H. Pribram nos últimos 50 anos e experimentalmente confirmado: existe um campo imenso de informação em volta dos neurônios. Os campos eletromagnéticos que se formam em volta dos dendritos, que são distensões dos neurônios, formam campos holográficos. Os campos holográficos são responsáveis pelo aparecimento da memória que é distribuída por todo o cérebro (DI BIASE, 2016).

O biólogo, Bruce H Lipton (2007) diz que a divisão espírito/ciência recebeu ainda mais reforços em 1859 com a teoria da evolução, de Darwin. Lipton cita uma fala de Ernst Mayr, um famoso darwinista, "Quando nos perguntamos se há realmente perfeição no mundo encontramos apenas a arbitrariedade, a falta de planejamento, o acaso e os eventos acidentais..." (MAYR, 1976 *apud* LIPTON, 2007).

A biologia também tem nos auxiliado a compreender o poder da consciência sobre a matéria desconstruindo esta crença dessa divisão cartesiana. Com os novos microscópios descobriram que todas as células vivas têm uma membrana e que ela é composta de três camadas muito permeáveis que absorvem os estímulos do ambiente, principalmente pensamentos e emoções das pessoas.

Lipton em seu livro “A biologia das crenças” diz que somos a imagem do universo. Ele diz que as células adotam determinado comportamento quando seu cérebro, a membrana, reage aos sinais do ambiente.

Cada proteína funcional em nosso corpo é uma "imagem" complementar de um sinal do ambiente. Se não houvesse um sinal para complementá-las, elas não teriam função. Isso significa, segundo concluí naquele grande momento de "ahá", que cada proteína em nosso organismo é um complemento físico-eletromagnético de algo no ambiente. Como somos máquinas de proteína, por definição somos feitos à imagem do ambiente, seja ele o chamado universo ou, como muitos preferem chamá-lo, o próprio Deus (LIPTON, 2007, p.226).

Os estudos das proteínas dos cromossomos desempenham um papel crucial na hereditariedade quanto ao DNA. Pensamentos são a energia da mente e influenciam diretamente a maneira como o cérebro físico controla a fisiologia do corpo (LIPTON, 2007).

Como o universo tem uma natureza quântico holográfica e o nosso sistema nervoso também tem um tratamento da informação quântico holográfico, estamos conectados com esse sistema universal continuamente através de comunicação instantânea, não-local. Esta conexão holográfica permite que ocorra realmente uma otimização do tratamento holográfico da informação no cérebro quando otimizado nos estados de relaxamento profundo, estados de meditação, de oração (comprovado por meio de mapeamento cerebral de ressonância funcional).

Nesses estados alterados de consciência podemos interagir com a ordem espectral "oculta", "implícita", descrita na teoria quântico-holográfica de David Bohm, e ir mais além, interagindo com uma ordem superior "superimplícita", talvez o objeto final de nossa busca, da qual somos feitos "à imagem e semelhança", tal como o objeto real que gera o holograma! (DI BIASE, 2016).

Este estado permite fazer esta conexão porque fazemos parte de um sistema holográfico universal. Essa afirmação de somos o todo e podemos acessar a informação do todo é repetida pelas antigas tradições espirituais há mais de seis mil anos.

Francisco Di Biase, em entrevista ao canal 20 de Itajubá, sobre Ciência e Espiritualidade, explicou que esta ideia do holograma está presente na nossa tradição judaico-cristão, por exemplo, rezamos: "assim na terra como no céu". O cristianismo diz que somos a imagem e semelhança de Deus. Nos sistemas holográficos diz justamente isso, que somos a imagem e semelhança de alguma coisa que estamos acessando. Em alguns escritos primitivos do cristianismo, como visto em São Thomé, você encontrará Deus em qualquer lugar, debaixo de um toco de lenha ou nos grandes templos, é uma informação que você tem dentro, uma informação não local, instantânea (DI BIASE, 2009).

Di Biase também cita outras tradições espirituais que falam a mesma coisa, por exemplo, no *Upanishads*, o livro sagrado Hindu, diz “Ele habita dentro de tudo e fora de tudo”. No ocidente os alquimistas usam a tábula da esmeralda escrita por Hermes que diz: “O que está em cima é como o que está embaixo, e o que está embaixo é como o que está em cima”. Existe no budismo uma metáfora do colar de gemas preciosas que estavam sobre o castelo do Deus Indra, que estavam dispostas de uma maneira que cada uma delas refletia todas as outras ao mesmo tempo e que o mundo era assim. Há mais de dois mil anos já se falava de uma concepção holográfica do universo, só que de forma metafórica, em uma era pré científica, que não se conhecia o que hoje chamamos de informação, que nasceu com a ciência (DI BIASE, 2009).

No cristianismo, no começo do evangelho de São João está escrito: No princípio era o Verbo, e o Verbo estava com Deus, e o Verbo era Deus. (João 1:1). Para Di Biase (2009) Verbo porque foi escrito numa época pré científica em que não se falava muito em comunicação. Comunicação era aquilo que a palavra permitia, esta palavra então foi designada por Verbo com V (maiúsculo), seria então a palavra do próprio Deus. A comunicação se dava pelo Verbo, é uma metáfora para comunicação, para aquilo que comunica.

Mihai Drăgănescu e Menas Kafatos no texto “Princípios fundamentais gerais na filosofia da ciência” (AMOROSO *et al*, 2004, p. 50 – 72) dizem que a complementariedade é um princípio básico da existência que se aplica em todos os níveis, do nível da existência profunda até os domínios quânticos e cosmológicos. A complementariedade no aspecto cerebral sugere que o pensamento seja uma quantização local da energia consciente, dinamicamente acoplada com uma matriz (AMOROSO *et al*, 2004, p. ).

A complementariedade se manifesta no comportamento total/ parcial da realidade, nas propriedades energéticas/informacionais da realidade profunda, na dualidade onda/partícula no universo, nos aspectos estruturais/fenomenológicos da consciência, nas propriedades locais/não-locais do universo, nos fenômenos contínuos/descontínuos, para mencionar apenas alguns (AMOROSO *et al*, 2004, p.55).

A aplicação desse princípio ajuda a solucionar o impasse na ciência atual sobre o entendimento da vida, da mente e da consciência já que a ciência estrutural contemporânea não pode ser totalmente explicada e nem sequer entendida com os elementos estruturais reconhecidos por ela, é preciso encontrar um ingrediente complementar à parte estrutural de um organismo para entender a vida. (AMOROSO *et al*, 2004, p. 50 – 72)

Outro princípio fundamental da existência é de que “a natureza da existência é tanto física quanto informacional” A informação é contida no físico, embora possa se desenvolver de maneira independente e pode influenciar ou guiar/comandar a parte física. “Não há nada fora do físico, nem mesmo a informação (...) e não há qualquer contradição fundamental entre a informação e a matéria, elas são apenas complementares” (AMOROSO *et al*, 2004, p. 56 e 57).

A energia presente no universo é a base principal de sua dinâmica. A energia é um princípio universal ontológico da existência, da mesma forma que a informação também é.

O mito da ciência moderna é que este campo, hoje conhecido como campo quântico-informacional ou fundamental, é um campo de energia, de informação que existe em todo o universo, então nem o vácuo, o espaço vazio, como acreditávamos, é verdade. Os astrofísicos propõe chamar de *plenum*, porque é um espaço pleno de energia, que a gente chama de campo quântico e que auto-organiza todo nosso universo desde o início (DI BIASE, 2009).

No *plenum* há uma informação que leva a auto-organização através de alguns códigos de informação que permite chegar até a espiritualidade. É um campo inteligente, da mesma maneira que chamamos a molécula de DNA. As moléculas de DNA que existem no núcleo de todas as células do corpo, contém a linguagem da vida em quatro letras (G C A T), esta linguagem é inteligente neste sentido de organizar. A partir dela é organizado nosso corpo e toda a vida no planeta, é inteligente nesse sentido (DI BIASE, 2009).

A auto-organização é realizada nos domínios estruturais da realidade e em domínios fenomenológico- estruturais ou estrutural-fenomenológicos, na realidade profunda e no(s) universo(s) associado(s). É um princípio fundamental. No domínio estrutural, a auto-organização é produzida devido a leis formais específicas que governam esse domínio ou seus subdomínios. A gravidade leva a objetos auto-organizados como planetas, estrelas, galáxias e grupos de galáxias. Os átomos e moléculas são formados por auto-organização. Os núcleos são objetos auto-organizados de *quarks*. A não-linearidade e os processos governados pela dinâmica não-linear são essenciais para uma grande quantidade de estruturas auto-organizadas. A auto-organização atua em estruturas como autômatos celulares, sistemas adaptativos complexos, sistemas de vida artificial, processos caóticos deterministas, todos esses formando os domínios mais recentes da ciência estrutural (a ciência neo-estrutural). São contribuições importantes para a ciência, mas ainda assim são ciência estrutural. Os fenômenos de auto-organização também estão presentes no nível social (insetos sociais e sociedades humanas). O surgimento da Internet é um exemplo de auto-organização (AMOROSO *et al*, 2004, p. 59 e 60).

Esse campo quântico é uma entidade física fundamental, é um meio *continuum* presente em todo o espaço que toma às vezes a forma de *quantum* ou partículas. *Quantum* foi um termo criado em 1900 por Max Plank para mostrar que tudo a nível quântico, em nível de partículas subatômicas, se manifesta por meio de pacotes energéticos. Pela física newtoniana acreditava-se que a energia era contínua, mas ela não é, manifesta-se como pacotes energéticos, depende das órbitas dos elétrons que ficam em volta do núcleo dos átomos.

Esse campo é responsável pela criação de todas as partículas subatômicas e suas interações. E cada partícula corresponde a um campo diferente, campo pode ser entendido como um ímã quando tentamos colocar os dois pólos positivos um contra o outro e não cola porque tem uma força repulsiva, um campo empurrando. O campo é uma coisa real embora não possamos ver. A diferença entre partícula e espaço não existe, o espaço na verdade gera tudo isso e é partícula também (DI BIASE, 2009).

Estas partículas são meras condensações locais em campo universal, num determinado momento tomam essa configuração energética. São condensações de energia que vão e vem e se dissolvem no campo subjacente. “Esse vai e vem é algo que ocorre a trilhonésimo de trilhonésimo de segundo, essas partículas aparecem e desaparecem no espaço. Quando isso foi detectável os físicos a chamaram de partículas virtuais” (DI BIASE, 2009).

Hoje, acreditamos que isso são códigos de informação, e inclusive a ciência decodificou os códigos básicos desta inteligência informacional: 1 - Código Nuclear - que organiza a matéria e a energia, responsável pelo surgimento da cosmofera; 2 - Código Genético que é uma complexificação do código nuclear, que organiza e mantém a biosfera, a vida; 3 - Código Neural - que é o conjunto de subsistemas que mantêm a mente funcionando e o 4 - Código Quântico Holográfico que é responsável tanto pelo funcionamento da consciência quanto da própria estrutura do universo (DI BIASE, 2016).

Para Di Biase (2009), discutir o problema da espiritualidade e ciência é discutir nossa posição dentro deste universo. “Quando vemos uma fotografia tirada pelo telescópio Hubble de duas galáxias se chocando, entendemos que tudo que já temos está nessa explosão. Somos feitos do mesmo material das estrelas”.

Duas galáxias se chocando emite um feixe imenso de energia que se chama de *quasar*, um dos maiores feixes energéticos conhecidos pela ciência e está há bilhões de anos luz de distância. Todos nossos átomos e moléculas são constituídos por átomos que já existiam nestas galáxias (DI BIASE, 2009).

Di Biase (2009) explica que quando o universo evolui, formam as estrelas, algumas destas estrelas envelhecem e viram as supernovas e explodem. No interior dessas fornalhas nucleares que são as estrelas, funcionam como se tivessem explodindo milhares de bombas atômicas a cada segundo. Quando elas sofrem a transformação, principalmente de hidrogênio para o Hélio (segundo elemento da tabela periódica, o hidrogênio é a substância mais comum no universo), a transformação nuclear disso gera energia, e continua em outros elementos (terceiro, quarto elemento da tabela periódica) e se forma dentro dessas estrelas carbono e quando elas explodem como Supernovas esse carbono se espalha pelo universo. Em alguns locais privilegiados, como aconteceu em volta do sol, esse carbono permite o aparecimento de moléculas mais complexas que levam ao surgimento da vida, que são moléculas de DNA, de proteínas, que são à base de todas as formas de vida que conhecemos.

Então somos seres, unidades de carbono, os esqueletos das moléculas orgânicas são feitos de carbono, então somos frutos de uma evolução cósmica, de uma evolução cosmológica. Uma cosmogonia, “quando se fala, de indivíduos de todas as civilizações, em que a partir do que a gente acha que foi uma explosão inicial, chamado Big Bang, foi se formando no universo energia, matéria, vida e consciência” e até onde sabemos somos o fruto mais evoluído de tudo isso (DI BIASE, 2009).

Segundo Di Biase (2009) aquela porção de energia e matéria em formação no universo toma consciência de si mesmo. “Nós somos o próprio universo que toma consciência de si mesmo através dos nossos olhos, através da nossa mente, da nossa consciência e poucas pessoas tem consciência disso, a maioria das pessoas seguem a parte deste universo”. Mas estamos integrados com tudo isso, uma integração que permite hoje um conhecimento que vem da física moderna, entender os seres vivos e a consciência de forma nova.

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A neurocientista Jill Bolte Taylor, conta sua experiência após um derrame no hemisfério esquerdo do cérebro. Segundo a pesquisadora em palestra intitulada “My Stroke of Insight<sup>9</sup>” (“Meu Derrame de Percepção” que também virou livro), viu-se diante do transcendental universo além do ego. Jill relata o quanto o universo é maravilhoso sem a interferência da mente.

Sem a interferência do hemisfério esquerdo, responsável pela organização do mundo através da racionalidade, a pesquisadora de Harvard se deparou com um mundo totalmente novo, no qual, sem os diálogos internos, Jill pode ter uma experiência de pertencimento e entendimento do mundo que só é possível entrar em contato quando não há diálogos mentais. Ou seja, a mente é apenas uma ferramenta de interpretação, todas as sensações e intuições feitas sem o julgamento do ego são experiências maravilhosas com o divino. (informação oral<sup>2</sup>)

Eckart Tolle (2010) no seu livro "O poder do Silêncio" afirma que "A verdadeira inteligência atua silenciosamente" (p. 13). A mente humana acredita que o pensamento é verdade. O grande imenso desejo de saber, de compreender e de controlar, faz com que a mente fragmente a realidade, cortando-as em pedaços, em pequenos conceitos. "A mente pensante é uma ferramenta útil e poderosa, mas torna-se muito limitadora quando invade completamente a sua vida, impedindo você de perceber que a mente é apenas um pequeno aspecto da consciência que você é". (TOLLE, 2010, p. 17)

O que aconteceu com Jill Taylor foi exatamente a experiência da "não-mente", esse espaço que yoguis, monges e praticantes de meditação tanto buscam. Jill relata que foram duas semanas e meia antes da operação e duas semanas e meia depois da reparação do derrame que ela ficou no estado de "nirvana" também denominado estado "numinoso" em que os sujeitos relatam experiências transcendentais como que se fundissem ao universo, tornando-se unos com o mesmo e mesmo experiências de ser animais, plantas e minerais, ou seja, a destituição total do pensamento, do ego.

Grof (AMOROSO *et al*, 2010, p. 153) chama a atenção para o fato de que:

---

<sup>9</sup> Palestra "My Stroke of Insight" da Dra. Jill Bolte Taylor, neurocientista de Harvard, sobre sua experiência com um derrame em 1996. Meu Derrame de Percepção. [https://www.youtube.com/watch?v=m000118Vn\\_g](https://www.youtube.com/watch?v=m000118Vn_g)



Os sintomas associados com as várias lesões do cérebro são muitas vezes tão diferentes que podem ajudar o neurologista a identificar a área afetada pelo processo patológico. Às vezes uma intervenção neurocirúrgica bem-sucedida pode corrigir o problema e a experiência consciente volta ao normal. Esses fatos são normalmente apresentados como evidência conclusiva de que o cérebro é a fonte da consciência humana. À primeira vista, essas observações podem parecer impressionantes e convincentes. No entanto, elas não se sustentam se as submetemos a um exame mais minucioso. Para ser mais preciso, tudo o que esses dados demonstram inequivocamente é que mudanças no funcionamento do cérebro estão intimamente e bem especificamente relacionadas com mudanças na consciência. Mas eles dizem muito pouco com relação à natureza da consciência e sobre sua origem. Na verdade, deixam essas questões totalmente em aberto. É certamente possível pensar em interpretações alternativas que usariam os mesmos dados, mas chegariam a conclusões diferentes (AMOROSO *et al*, 2004, p. 153).

Evidências científicas como a Desprogramação Celular de Lipton, de que a consciência tem um poder sobre a matéria, é muito interessante para percebermos a importância de estar alertas, presentes, conscientes não só para entrar no estado numinoso, como também para criar a realidade que desejamos. Prestar atenção para o que se pensa é de suma importância para a saúde em todos os sentidos. Então as técnicas transpessoais, como a visualização criativa, a meditação e outras técnicas que trazem o inconsciente para o consciente, como o trabalho com mandalas e sonhos (trabalho com as sombras), são primordiais, uma vez que quanto mais conscientes de quem verdadeiramente somos, seremos capazes de caminhar rumo à totalidade do ser.

Ao entender a consciência como um espectro, podemos perceber que a expansão da consciência desde o fortalecimento do ego a partir do estado de presença, passando para a tomada de consciência sobre o processamento mental (deixar de se identificar com ego) e por fim a experiência de transcendência por meio de experiências holotrópicas, promove um despertar sobre nossa natureza espiritual.

Ao discorrer sobre aspectos desses estados não-ordinários de consciência, percebemos que essas experiências expandem a consciência no sentido da percepção da natureza espiritual do ser humano. Entretanto, para que haja um despertar da consciência é necessário o fortalecimento do ego e posteriormente sua dissolução para que deixemos de identificar com este falso eu e possamos explorar nossa verdadeira natureza.

Somente a partir da experiência da não-mente, ou dissolução do ego, em que ao ser silenciada, a mente deixa de limitar nossa experiência à tridimensionalidade, é que temos o despertar da consciência, que é a possibilidade que o ser humano se perceba como um ser além do corpo

físico, como uma consciência cósmica. Além de que o estado de presença nos protege de materializar as catástrofes que, de outra forma, geralmente nossa mente engendraria.

Compreendemos que existem muitas formas de atingir o estado holotrópico: meditação, lesões cerebrais, uso de substâncias como Ayusca e LSD, Experiência Quase Morte – EQM, respiração holotrópica, música, dança etc.

A espiritualidade é justamente esse estado de consciência cósmica. Embora tenhamos utilizado o termo místico, santo, sagrado entre outros, o termo *numinoso* é utilizado por ser relativamente neutro e, portanto, preferível. Já que os outros termos têm sido usados em contextos problemáticos e são facilmente enganadores.

A espiritualidade está baseada em experiências diretas dos aspectos e dimensões incomuns da realidade e não necessitamos de igrejas ou templos e sim deixar a identificação com a forma e experimentar a totalidade.

A espiritualidade envolve um tipo especial de relacionamento entre o indivíduo e o cosmos e vimos que, sendo o universo holoinformacional (DI BIASE, 2015) e nosso sistema nervoso também tratar a informação de forma holográfica, essa conexão é mais que natural, já que somos feitos do mesmo material cósmico, obedecendo às mesmas leis.

## REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

AMOROSO, Richard, and F. DI BIASE. **A Revolução da Consciência. Novas Descobertas sobre a Mente no Século XXI.** Editora Vozes, Petrópolis, Rio de Janeiro, Brasil. Science and the Primacy of Consciousness, Portuguese Translation, Rio di Janeiro: Editura Vozes, 2004.

BOFF, Leonardo **Espiritualidade, dimensão esquecida e necessária.** 2016 <http://www.leonardoboff.com/site/vista/outros/espiritualidade.htm>

CHOPRA, Deepak. **A cura quântica.** Editora Best Seller, São Paulo, 1989.

DAMÁSIO, Antonio. **O mistério da consciência.** Editora Companhia das Letras, 2015.

DI BIASE, Francisco. **Ciência e Espiritualidade.** Entrevista especial ao canal 20 de Itajubá em 27 de ago de 2009. Disponível em: <http://migre.me/tksej> Acesso em 30, jan. 2016.

D'ASSUMPÇÃO. Gislaine. **Psicologia Transpessoal.** Apostila do curso de pós graduação. Instituto Renascer da Consciência – FACISA, 2015

GROF, Stanislav, and Cristina Grof. **A tempestuosa busca do ser.** São Paulo. Cultrix, 1990.

\_\_\_\_\_ **O que é holotrópico.** Canal youtube Plantando Consciencia, 2011. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=t7EAjXKgPQ> Acesso em 20, Nov. 2015.

\_\_\_\_\_ **Psicologia Transpessoal Breve História da Psicologia Transpessoal.** 2016. Disponível em <http://aljardim.com.br/grof/23.pdf> Acesso em 30 de out. 2015

LIPTON, Bruce H. **A biologia da crença: ciência e espiritualidade na mesma sintonia: o poder da consciência sobre a matéria e os milagres.** São Paulo: Butterfly Editora, 2007.

OSHO, BS. **Consciência: a chave para viver em equilíbrio.** São Paulo. Cultrix, 2001.

SIMÃO, Manoel José Pereira. **Psicologia transpessoal e a espiritualidade.** O Mundo da Saúde, São Paulo: 2010 Disponível em: [http://www.saocamilo-sp.br/pdf/mundo\\_saude/79/508a519.pdf](http://www.saocamilo-sp.br/pdf/mundo_saude/79/508a519.pdf) Acesso em 21 de Nov. 2015

SPLENDORE, Ligia. **Ego Transpessoal.** 2014. Disponível em: <http://migre.me/tmKDX> Acesso em 20 de jan. 2016.

TABONE. Márcia. **As crises de transformação da consciência no processo de individuação** IN: BARROS, Maria Cristina Monteiro de (org.). A Consciência em Expansão: Os caminhos da abordagem Transpessoal na educação, na clínica e nas organizações. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2008. <http://migre.me/tmKzi>

TOLLE, Eckhart. **O poder do Silêncio.** Rio de Janeiro: Sextante, 2010.

\_\_\_\_\_ **O despertar de uma nova consciência.** Rio de Janeiro: Sextante, 2007.

TRIPICCHIO. Adalberto. **Psicologia Transpessoal.** 11 de julho de 2007. Filosofias no Campo Psi. Disponível em: <http://www.redepsi.com.br/2007/07/11/psicologia-transpessoal/>  
Acesso em 28 de Nov. 2015

WEIL. P. **A Consciência Cósmica,** Introdução à Psicologia Transpessoal - Ed. Vozes, Petrópolis. 2ª Edição; **As Fronteiras da Regressão** - Ed. Vozes, Petrópolis, 1972.

WILBER, Ken. **O espectro da consciência.** São Paulo. Cultrix, 1989.