

Counselling Biográfico – Biografia e Carma

As etapas do trabalho biográfico do ponto de vista dos corpos suprasensíveis

Edna Andrade



Primeira etapa: Biográfico – a visão panorâmica da própria vida

Ao passar pôr um processo biográfico a pessoa revê passo a passo, a trajetória de sua vida, revivendo através dos fatos, os impulsos, sentimentos e anseios que permearam as suas experiências, desde a lembrança mais remota até o momento atual.

Ela tem, ao final desta retrospectiva, uma visão panorâmica de sua própria vida.

Esta vivência é diferente da mera recordação.

O processo biográfico é de tal natureza que a pessoa enxerga o caminho que percorreu estender-se diante de seu pensar como se ela estivesse dentro de uma paisagem. E ela contempla a sua biografia da mesma maneira como, através da visão comum, olha-se um quadro. A visão panorâmica da própria vida situa-se no campo da vivência imaginativa através da qual as nossas recordações se organizam em uma única imagem.

A dinâmica dos corpos supra sensíveis na retrospectiva biográfica

A visão quadrimembrada do ser humano e a visão do conjunto de leis que regem a biografia humana são os principais legados deixados pela ciência espiritual de Rudolf Steiner.

De um lado temos o ser humano como uma entidade composta por quatro envólucros sendo eles: corpo físico, corpo etérico, corpo astral e Eu. Por outro lado, temos a biografia humana regida pela leis de vida e morte.

O **corpo físico** pode ser contemplado a olho nu porque é um corpo espacial, tridimensional, tem peso, volume, é palpável, é substância condensada.

O **corpo etérico**, primeiro envólucro supra sensível da entidade humana permeia o físico e só tem um caráter espacial quando habita o físico mas se estende além dos limites do físico, ele é o corpo das forças vitais, forças plásticas de movimento, ciclos, transformações e metamorfoses que ocorrem no tempo.

Para enxergar mais concretamente esta diferença podemos observar como um cristal se diferencia de uma planta.

Os fatos biográficos ocorrem no plano da existência física, do espaço e tempo: “isto ocorreu de fato”, “eu passei por isso”; “eu estava lá”.

Através da retrospectiva biográfica ordenamos cronologicamente os fatos e as vivências dos eventos biográficos que se encontram amontoados na memória. As memórias biográficas por sua vez são forças vivas condensadas no arcabouço da alma e se mostram à percepção consciente como um painel de quadros coloridos por diferentes tipos de sentimentos.

Simultaneamente durante a retrospectiva biográfica, esta ordenação das memórias intensifica a consciência do potencial das nossas forças vitais como portadoras de recursos infinitos para as nossas transformações e crescimento pessoal. Entretanto nos deparamos também com o fato de que uma parte destas forças pode estar parcialmente estagnada ou poluída por vivências biográficas hostis ao nosso desenvolvimento.

Ao fazer uma retrospectiva biográfica e construir a visão panorâmica ocorre uma intensificação da autoconsciência através da experiência de “quem sou eu” e isto significa dizer que no trabalho biográfico alcançamos a percepção imaginativa do nosso corpo etérico. Isto resulta que no final da retrospectiva biográfica atingimos um estado de consciência em que percebemos o dinamismo da própria existência, ou seja nos vivenciamos como um ser em evolução e transformação contínua.

Esta experiência originada no íntimo ativa as forças do pensar, sentir e querer fazendo brotar entusiasmo e possibilidades em relação ao futuro, ocasionando uma euforia anímica – a pessoa geralmente sente-se ao final de um Biográfico, motivada e reintegrada à vida .

Este sentimento de euforia que é como um novo florescer é uma lei inerente de processos de síntese. Consciência é luz! Assim como o faz a planta, sintetizamos luz, nos apropriamos da nossa essência! Esta intensificação da autoconsciência é o primeiro passo para o auto conhecimento constante e conseqüentemente para um autodesenvolvimento consistente.

Segunda etapa : Counselling

Na continuidade do processo biográfico estamos no âmbito que genericamente podemos chamar de objetivação da biografia e da prática do Counselling.

No Counselling colocamos a questão biográfica em foco, estabelecemos contrapontos e conexões com fatos do passado ampliando assim a consciência do momento atual para poder mergulhar nas dores e emancipar as forças evolutivas que levam ao futuro.

Nesta etapa a visão panorâmica se torna o pano de fundo e cada fato ou cena da biografia nos dá a dimensão do todo da biografia como se encerrasse e representasse toda a biografia.

Em termos do caminho de autodesenvolvimento neste ponto tratamos da dor, da raiva, da mágoa – da vida íntima dos pensamentos, dos sentimentos e das intenções.

Este estado de confrontação consigo mesmo requer muito acolhimento terapêutico intensificando-se a relação de confiança que foi estabelecida na primeira etapa entre o cliente e o Aconselhador Biográfico.

Busca-se juntos atingir o cerne da dor para emancipar as forças anímicas que estão prisioneiras de determinadas circunstâncias do passado principalmente dos eventos ocorridos durante a fase pedagógica do desenvolvimento físico que se estende do nascimento aos 21 anos.

Situações de abandono, de medo, de rejeição, de não reconhecimento, de falta de oportunidades, predisposições congênicas, disposições adquiridas pelo tipo de educação contribuem para distúrbios de comportamento que intensificam as crises de desenvolvimento biográfico.

A dor nos leva para o núcleo da vida anímica, sede da dinâmica do corpo astral, com as suas tensões, contrastes, disposições para a harmonia ou para a desarmonia.

Nesta dimensão do trabalho vamos lidar com as forças internas que se encontram em oposição, vamos conhecer a verdadeira índole da pessoa, as suas sombras, a natureza de sua vida dos instintos. Vamos esbarrar com os limites individuais. Até onde a sua vida anímica consegue ser permeada e ordenada pela consciência para que possa amadurecer e florescer.

Do ponto de vista do processo biográfico podemos considerar o corpo astral como o envólucro das emoções e o corpo etérico como o envólucro das forças vitais.

Abordando o assunto de forma generalizada, quando a exacerbação das forças do corpo astral provocam muito desgaste das forças do corpo etérico, nos

deparamos com alterações de algumas funções do organismo que provocam desde desvitalização e stress até perturbações orgânicas simples ou sérios distúrbios de saúde .

E quando estas forças astrais predominam sobre a consciência é comum nos depararmos com uma estagnação no desenvolvimento biográfico e com doenças anímicas de origem física como depressões, síndromes, neurotização do comportamento, eclosão de uma psicose. etc.

Nem todas as pessoas encontram-se aptas a fazer um biográfico.

Do ponto de vista da terapêutica médica antroposófica alguém que se encontra em condições precárias de saúde precisa ser apoiado no trabalho biográfico por um processo de recuperação, desintoxicação ou sustentação de suas forças vitais e psíquicas através de medicamentos e outras terapias tais como a massagem, tratamentos externos, arte terapia, psicoterapia ou tratamento psiquiátrico .

Artes Plásticas como linguagem

A arte faz a ponte entre a biografia externa e a biografia interna. Ela torna-se mediadora entre a realidade dos fatos e a realidade subjetiva.

Aquarela, desenho, modelagem são algumas das formas de investigação da vida interior e um meio eficiente para expressar a dinâmica das forças da alma .
Através da arte o pensar desenvolve seu potencial imaginativo enquanto que o sentir se abre para a inspiração de novas realidades e o querer desenvolve a intuição que capta os novos caminhos, os novos passos que precisam ser dados na vida.

Na primeira etapa, durante a retrospectiva biográfica, a pintura é o meio mais apropriado para acompanhar o relato. Os quadros sintetizam em imagens os temas e sentimentos de cada fase da vida. A atividade da pintura consegue acompanhar o Eu até regiões etéricas da alma onde vivem os sonhos, as ideias em um estado semiconsciente ou totalmente inconsciente. Uma imagem vale por dezenas de palavras e sintetiza muitos pensamentos, sentimentos e intenções.

Na etapa da objetivação da biografia, dos meios artísticos disponíveis, a modelagem de cenas da biografia traz para a realidade objetiva o que antes vivia na realidade subjetiva.

Ao modelar e observar as cenas modeladas a pessoa se vê de fora, a partir de uma consciência ampliada, com objetividade: “este sou eu!”. Podendo inferir, transformar a cena e mobilizar forças de transformação alinhadas com a sua consciência, ordenando desta forma o seu destino. As cenas em argila atuam poderosamente, plasmando novos conteúdos na consciência.

Terceira etapa : O trabalho com o Carma

A visão panorâmica da biografia e a confrontação com o drama pessoal ampliam a visão imaginativa e atinge-se o âmbito inspirativo no qual a pessoa torna-se capaz de lidar com questões cármicas e com a vivência íntima do que lhe é inato, do que lhe pertence de fato e que tem estado com ela desde sempre, do sentimento de ser diferente de todos os demais, da compreensão mais aguda do seu destino pessoal.

Nesta terceira etapa estamos no âmbito do Carma, das forças invisíveis que podem ajudar ou caotizar a vida. Alcançamos o cerne da própria dor, a dor original que está pôr traz das crises de desenvolvimento como se a dor fosse um estado de consciência de si que o ser humano só consegue vivenciar sofrendo.

O psiquiatra holandês Bernard Livegoed que publicou na Holanda em 1976, o primeiro livro sobre as Fases da Vida (2) dizia que o trabalho biográfico era a porta para a pesquisa do carma porque ajudava a perceber a atuação das forças evolutivas na própria biografia.

Nesta etapa ao mesmo tempo em que se trabalha em si aprende-se a enxergar as forças que potencialmente podem ser mudadas e as forças que precisam ser aceitas ou carregadas.

Isto significa que a investigação espiritual dos fatos deve considerar forças que estão mais profundamente embutidas no ser humano e a poesia é a arte que pode melhor expressar este estado de alma e de maturidade.

“Se não trouxeres à tona o que vive dentro de ti,
O que vive dentro te matará
Se trouxeres á tona o que vive dentro de ti
O que vive dentro de ti te salvará”

Nesta etapa do trabalho biográfico a pessoa amplia o diálogo interno com a vida externa.

Às representações do mundo exterior, ela acrescenta continuamente suas próprias reflexões, a relação íntima com o seu próprio ser que tem um passado e um futuro pelo qual sente-se responsável. Ela intensifica a atenção em relação aos sinais que a vida lhe manda, tanto internos quantos externos. Ocorre uma transformação do sentimento inicial de entusiasmo pelas descobertas a respeito de si, para um sentimento de que a felicidade tem sua origem na própria dor existencial e deste ponto de vista a dor pode ser considerada um estado de consciência e não apenas um estado físico e emocional. Consciência ampliada da condição humana, da solidão do indivíduo, das questões do seu destino pessoal. É a convivência diária com um sentimento que traz confiança e poder para o cotidiano: *Eu sou o responsável pelo meu destino.*

Este estágio de desenvolvimento pessoal é melhor descrito nas palavras do poeta Juan Ramon Jiménez com as quais finalizo esta abordagem:

“Eu estava pensando na grandeza do que é ser humano e me encontrei
no divino”