

A Respiração Holotrópica no Brasil

Por Álvaro Jardim e Carmen Maciel

Publicado no "The Inner Door", da Association for Holotropic Breathwork International, ISSN # 1524-623X, Volume 14, Issue 2, Santa Cruz, Califórnia, EUA, Maio de 2002.

Publicado no livro Exploring Holotropic Breathwork: Selected Articles from a Decade of The Inner Door, Editado por Kylea Taylor, Hanford Mead Publishers Inc., Março de 2003, Califórnia, EUA.

Álvaro Jardim é psicólogo e psicoterapeuta. Foi certificado facilitador pelo Grof Transpersonal Training em 1997, no Brasil. Fez treinamento avançado em 1998, nos EUA. É Especialista em Valores Humanos e Transdisciplinaridade pela Universidade Salgado de Oliveira. Lecionou no Centro de Ensino Unificado de Brasília, na Universidade Salgado de Oliveira e no Centro Psicoterápico e Transpessoal. É Coordenador do programa do Grof Transpersonal Training, no Brasil. Facilita, mensalmente, oficinas de Respiração Holotrópica, desde Setembro de 1997. Trabalhou com Stanislav Grof e com Tav Sparks nos EUA, na Europa e no Brasil. Desenvolveu o projeto e coordenou a Especialização em Psicologia Transpessoal Aplicada, à luz da teoria de Stanislav Grof, realizado pelo Centro Psicoterápico e Transpessoal, com a chancela da Universidade Católica de Goiás. Foi Membro do Conselho da Association for Holotropic Breathwork International no triênio de novembro de 2003 a novembro de 2006. al@aljardim.com.br .

Carmen Maciel, Ms., é psicóloga e psicoterapeuta licenciada. Ela é Especialista em Psicologia da Saúde e Mestre em Ciência em Antropologia Social. Foi certificada como facilitadora de Respiração Holotrópica, em Setembro de 1997, no primeiro grupo certificado no Brasil. Foi Coordenadora, com Álvaro Jardim, do programa do Grof Transpersonal Training, no Brasil. Ela exercita a prática clínica particular e atuou como docente por 22 anos na Universidade Federal de Pernambuco, onde desenvolveu um projeto em Psicologia da Saúde, coordenou pesquisas e publicou artigos, como: Cuidado, Hospital! Uma Visão Crítica (1987); Humanização da Medicina (1993); Emoção, Doença e Cultura: O Caso da Hipertensão Essencial, em Prática da Psicologia em Hospitais (1994). Foi do Conselho Editorial da revista Psicossomática. ccm01@hotmail.com .

Jardim e Maciel registram o início e o desenvolvimento da Respiração Holotrópica no Brasil.

Somos psicólogos e trabalhamos como psicoterapeutas no Brasil há mais de 20 anos.

Em Setembro de 1997, obtivemos nosso certificado como Facilitadores do Grof Transpersonal Training (GTT), na primeira turma que se formou no Brasil. Em Julho de 1998, estabelecemos uma parceria, com a finalidade de facilitar grupos em várias cidades do Brasil, tais como Recife, Goiânia e Fortaleza. Em Fevereiro de 1999, começamos a coordenar o GTT no Brasil, tendo realizado os módulos: "O Jogo Cósmico" (Stan Grof e Tav Sparks, em Fevereiro de 1999); "A Prática da Respiração Holotrópica, Partes I e II" (Tav Sparks e Jill Moore em Julho/Agosto de 1999); e "Arquitetura da Psicopatologia" (Stan Grof e Tav Sparks, em Setembro de 2000). Um seleto grupo de sete pessoas do Recife teve condições de completar sua certificação na Argentina. Desde então, o interesse e a participação nas sessões de Respiração Holotrópica pareceu decrescer. Uma razão é a grave e profunda crise econômica que o Brasil vem atravessando, nestes últimos anos. No entanto, existem muitas outras variáveis que devem ser levadas em consideração. Elas refletem nossa cultura e universo simbólico. Algumas delas são questões que sentimos necessidade de discutir com a Comunidade Holotrópica mais ampla.

Analisando melhor o trabalho que fizemos nos últimos anos, acreditamos que algumas coisas precisam mudar. Introduzimos a Respiração Holotrópica para muitos grupos diferentes de pessoas – elas eram convidadas a tentarem participar da experiência e experimentar seus efeitos. Algumas pessoas compareceram somente a uma ou duas sessões e nunca retornaram (este grupo inclui psicólogos e psiquiatras). Os que estão participando das nossas sessões mensais estão tipicamente no processo de iniciar ou continuar psicoterapia individual com um de nós ou, eventualmente, com outro terapeuta. Nós enfatizamos a necessidade de psicoterapia com uma orientação transpessoal.

A prática da Respiração Holotrópica no Brasil requer ainda bastante trabalho. Os grupos têm diminuído de tamanho, segundo informam muitos facilitadores, e tornou-se um consenso geral que, embora as pessoas vivam experiências profundas, muitas não continuam com o trabalho. Analisando a situação, concluímos que as razões para isto podem ser:

- O fato de que as pessoas estão acostumadas ao antigo paradigma científico. Este trabalho requer mudanças teóricas que são desafiadoras. O Brasil é um país de mentalidade aberta em relação a todo tipo de diversidade, incluindo crenças religiosas, entretanto, há um acordo tácito que poderia ser melhor descrito como

"cada macaco em seu galho". A ciência não tem nada a ver com práticas religiosas, e é ainda pior se uma prática parece de alguma maneira ligada ao espiritismo e a crenças sobre vidas passadas. Se alguém é espírita (isto é, acredita na primazia do espírito sobre a matéria e em reencarnação), é provável que aceite mais facilmente a Respiração Holotrópica do que um católico tradicional. No entanto, alguns católicos têm experimentado a Respiração Holotrópica porque conheciam nosso trabalho e o consideram muito confiável e extremamente profissional.

- Alguns facilitadores certificados mencionaram que há muito tempo, esforço e dinheiro necessários para ser um facilitador certificado, e que o retorno financeiro não é muito tentador. É necessário ter um outro trabalho enquanto se investe em se tornar um facilitador certificado atuante.

- No Brasil não há uma rede de emergência espiritual disponível. Ocasionalmente, tivemos casos de pessoas entrando em estado de emergência e não foi possível dar a tempo o suporte necessário. Conseqüentemente, eles tiveram que, procurar psiquiatras tradicionais e tomar medicação controlada. Estes médicos não estavam informados sobre a Respiração Holotrópica e seus efeitos (como é comum aqui no Brasil), portanto rejeitaram este tipo de abordagem e contribuíram para criar uma má reputação sobre ele.

- Outro aspecto desafiante do trabalho tem a ver com o compartilhar das, experiências, ao final das sessões. Pensamos que deve ser dada mais importância à dinâmica dos grupos, especialmente nos módulos de treinamento, onde os participantes interagem, profundamente, durante seis dias ou mais. No decorrer do treinamento, muitos participantes aprofundam-se muito nos seus processos emocionais, e é necessário estar atento aos relacionamentos que surgem entre participantes entre si e com os facilitadores. A dinâmica destes grupos inclui subgrupos emergentes, projeções, atuações, mecanismos de defesa, etc. Dar atenção a estas dinâmicas pode ajudar muito. Todo o setting poderia funcionar como um processo de aprendizagem de diagnosticar e comunicar emoções, bem como prover uma preciosa oportunidade de ser autêntico consigo mesmo e com os outros. Tomar consciência de emoções profundas e encará-las não é fácil. Entender o que é interno e/ou externo a si mesmo é uma tarefa complexa. Criar a intenção de focar a dinâmica dos grupos, aprender mais sobre relacionamentos saudáveis, e investir o tempo necessário, com atenção e apoio aos participantes, pode oferecer um ponto de referência para o retorno à vida diária.

Embora seja importante não interpretar o que emerge, durante as sessões de

compartilhamento, parece valioso ouvir e trabalhar com alguém, que foi profundamente afetado pelos relatos. Queremos dar a essas pessoas apoio e a oportunidade de lidar com o material emergente. Agimos assim não apenas para obter melhor integração, mas também para dar a elas a oportunidade de lidar o tempo necessário, dentro do seu mundo interno, com a mensagem simbólica e nunca negar ou ignorar o que está acontecendo internamente. Provavelmente, precisamos aprender como impor alguns limites em cada situação, mas é melhor lidar com a necessidade de limite do que não levar o processo emergente em consideração. Como trabalhamos com estados ampliados de consciência, precisamos criar alguns contatos com a vida real – dando ao grupo mais oportunidade de se tornar cada vez mais consciente de suas percepções e insights. Acreditamos que este enfoque seria um meio mais efetivo de facilitar a evolução da consciência do grupo.

Finalmente, nós, orgulhosamente, anunciamos que o projeto do curso de Pós Graduação Lato Sensu 2002, denominado "Especialização em Psicologia Transpessoal Aplicada", que enfocará a Teoria de Stanislav Grof, foi aprovado pela Universidade Católica de Goiás. Esta é a primeira iniciativa desta espécie em nosso país e representa a legitimação da Psicologia Transpessoal e da Respiração Holotrópica, no meio acadêmico. Será um curso de 375 horas, realizado em 16 encontros mensais. Stan Grof será nosso Convidado de Honra, já confirmado. Todos os professores são brasileiros, alguns são Especialistas, outros Mestres da Ciência, e outros, ainda, são Doutores. A maioria deles é também certificado pelo Grof Transpersonal Training. Alguns deles trabalharam com Stan Grof em várias oficinas no Brasil e no Exterior.

All rights reserved to AHBI ©