

# William Bento

## Psicologia Antroposófica e outros Escritos

Tradução de  
MARCOS MORAES



## SUMÁRIO

Apresentação .....	pág. 07
Agradecimentos .....	pág. 13
<b>I Parte</b> .....	pág. 17
<b>LIVRO THE COUNSELOR...AS IF SOUL AND SPIRIT MATTER</b>	
1. Salutogênese: A Base da Psicologia Clínica Antroposófica .. Dr. William Bento	pág. 19
2. Transtornos de personalidade revisitados .....	pág. 41
Dr. William Bento	
3. Depressão .....	pág. 83
Dr. William Bento e Dr. Edmund Knighton	
4. Adição.....	pág. 107
Dra. Roberta Nelson e Dr. William Bento	
5. Trauma e Estresse Pós-Traumático .....	pág. 143
Dra. Roberta Nelson e Dr. William Bento	
6. Observação do processo iniciático nas patologias .....	pág. 165
Dr. William Bento	

<b>II Parte</b> .....	pág. 189
<b>ARTIGOS</b>	
1. A Psicologia Antroposófica Emergente .....	pág. 191
2. Re-unindo Psique e Astro-Logos .....	pág. 211
<b>III Parte</b> .....	pág. 249
<b>POESIAS</b>	
1. A Lança da Chama Eterna .....	pág. 250
<i>The Lance of Perpetual Flame</i>	
2. Em tempos como estes .....	pág. 254
<i>In times like these</i>	
3. Existe uma Amizade .....	pág. 256
<i>There is a Friendship</i>	
4. Oração a Psique Sophia .....	pág. 258
<i>Prayer to Psyche Sophia</i>	
5. Súplica do Abismo .....	pág. 262
<i>A Petition from the Abyss</i>	
6. Existe um Sacerdócio .....	pág. 264
<i>There is a Priesthood</i>	

## CAPÍTULO 1

# SALUTOGÊNESE: A BASE DA PSICOLOGIA CLÍNICA ANTROPOSÓFICA

William Bento, Ph.D.

A concepção antropológica da psicoterapia baseia-se em um paradigma de ser humano muito diverso da visão convencional que se popularizou na Psicologia e no trabalho clínico. Gostaria de situar nossa abordagem no contexto da *salutogênese*, em oposição à imagem moderna do ser humano desorientado, quebrado, fragmentado.

Se estivermos buscando algum tipo de cura ou solução, a orientação patológica da Psicologia convencional não é o melhor caminho; *Salut!* – saúde! – vitalidade! – força vital! – *Gênese* – o florescer contínuo e o desenvolvimento dessa vitalidade. Isso nos leva numa direção melhor: A salutogênese significa a possibilidade de ver o ser humano como um ser integral, como um ser dotado de plena capacidade e potencial para a autocriação e a autocura. No início – na gênese do ser humano – cada indivíduo recebeu tudo o que necessitava para sua integridade e desenvolvimento. Este deveria ser sempre o princípio orientador de nosso trabalho. A questão fundamental para nós, seres humanos em evolução, é: como retornarmos à nossa totalidade, ao movimento ascendente que nos é inato? A salutogênese nos conduz ao encontro daquilo que está presente na origem, mesmo que esteja apenas latente no momento. De acordo com a visão da salutogênese, focamos no desenvolvimento de nossa capacidade de autodeterminação.

A saúde básica de cada indivíduo está presente como pano de fundo. No caminho à frente, estão as necessidades prementes dos seres humanos. Quando não somos capazes de satisfazer as próprias necessidades ou quando nos vemos em situações em que nossas necessidades não estão sendo atendidas, surge uma espécie de desequilíbrio entre o pano de fundo e o momento presente. Algo perturba a integridade do ser humano. Uma vez que, no cotidiano, priorizamos a capacidade de atender nossas necessidades, vamos começar por aqui. Sobre qual das necessidades básicas humanas universais devemos concentrar nossa atenção neste paradigma?

Minha proposta é a compreensão quadrimembrada das necessidades, o que nos dará a estrutura para compreender a salutogênese, o diagnóstico e o tratamento. Embora Rudolf Steiner tenha falado sobre estas questões, essa visão não foi criada por ele. Ela teve início na sabedoria de nossos antepassados; eles sabiam que o mundo em sua totalidade está composto por quatro elementos perceptíveis e tangíveis.

Vou começar por Platão. Conhecemos os quatro elementos: fogo, água, terra e ar. Os antigos gregos fizeram determinadas associações a partir destes elementos. Ao contemplar as características do fogo, eles perceberam sua existência também na natureza interior dos seres humanos. Chamaram de alma a essa natureza interior, esse espaço interno, o calor que sentimos continuamente em nosso interior e que nos dá o sentimento de existência. Sobre a água – que está constantemente dentro de nós, mantendo-nos sempre em movimento – os filósofos antigos descobriram qualidades às quais se referiram como o espírito. O ar foi associado à mente. O elemento terra foi relacionado ao corpo. Essa formulação foi a premissa do pensamento platônico. A natureza do ser humano – corpo, mente, alma e espírito – também era vivenciada na natureza do mundo exterior.

## A Visão Platônica das Quatro Propriedades Elementais do Cosmos: A Visão Alquímica.

Fogo = natureza da alma	Ar = natureza da mente
Água = natureza do espírito	Terra = natureza do corpo

Muitas vezes, os aspectos da experiência humana eram descritos de maneira filosófica. Os termos utilizados eram os seguintes:

1. *Psique*: A Psique é a aspiração, digamos, a busca pela união entre o interior e o exterior. Essa aspiração é basicamente uma necessidade, uma das necessidades básicas da alma humana: a necessidade de amor. Rudolf Steiner formulou essa imagem nas palestras dadas em Berlim entre 1 e 4 de novembro de 1910, chamadas *Psicosofia*.<sup>15</sup> Os fundamentos da Psicologia antroposófica foram estabelecidos a partir desses *insights* centrais de Steiner.

### Os quatro domínios da experiência humana: quatro necessidades centrais dos seres humanos.

Psique: a necessidade do amor (Fogo)	Ethos: a necessidade da identidade social (Ar)
Cosmos: a necessidade de alinhamento e enraizamento (Água)	Cronos: a necessidade da subsistência corporal (Terra)

2. *Cosmos*: A partir da sensação do espírito, era muito claro que o ser humano estava inserido no Cosmos. Ele não estava separado da água,

15. STEINER, R.: *Anthroposophie, Psychosophie, Pneumatosophie*, GA 115, Dornach. O ciclo de 4 palestras chamado *Psicosofia* está publicado em: TREICHLER, M.: *Conceitos fundamentais para uma Psicologia Antroposófica*, 2a. ed., SP, Ed. Antroposófica.

do ar, do fogo e da terra. Mas precisava encontrar sua relação com essa totalidade maior, abrangente, a que chamamos Cosmos. O ser humano tem uma necessidade fundamental que podemos chamar de necessidade de alinhamento com a Grande Totalidade, ao que podemos nos referir como espírito. Para os gregos, isso representava a sensação de estar num fluxo, tal como a água, não apenas no sentido de um alinhamento com o que está acima mas, também, com o que está abaixo. Este fluxo criava nossa sensação de verticalidade, a sensação de que estamos conectados a algo muito maior do que nós mesmos e/ou com aquilo que é visível em nosso horizonte. Pois, se nossa atenção está colocada apenas sobre nós mesmos, perdemos a sensação de fluência e de alinhamento que são nossos direitos espirituais por “nascimento”.

3. *Ethos*: Os gregos também compreendiam que seres luminosos que vivem entre nós podiam compartilhar nossas ideias e pensamentos. Pensamentos e ideias, os poderes da mente que são uma espécie de tesouro espiritual para nós, criam o *ethos* básico, os valores básicos, os padrões fundamentais de relacionamento fundados em nossa necessidade inata de possuir uma identidade social. Descobrimos quem somos quando interagimos com os outros. Recebemos de volta a imagem refletida não apenas de quem somos, mas também de quem poderíamos ser, de quem poderemos nos tornar. A necessidade de possuir uma identidade social, um papel, um lugar, uma confirmação e o reconhecimento de nossa importância para, e com os outros, é fundamental em nossas vidas.

4. *Cronos*: No canto direito inferior do quadro acima, temos o que os gregos chamaram de *Cronos*. A sensação do tempo existe na esfera de Cronos, em cujo âmbito tudo está em constante mudança. Esta sensação está relacionada à nossa existência física e à necessidade de subsistência do corpo, uma necessidade vital. Na Terra, precisamos manter a substância terrestre de nossos corpos. Eles precisam ser continuamente alimentados... Com a solidez das formas terrestres vem a marcha do tempo e a exigência de encarar permanentemente as necessidades de

sobrevivência. E na esfera terrena existem, também, outras necessidades. Cada ser humano se depara com desafios para encontrar a realização em uma situação amorosa que lhe dê sua identidade entre outras pessoas, o sentido de existência como parte dessa totalidade maior e a sensação de que a segurança e a sobrevivência estão garantidas. Os problemas ocorrem quando as necessidades não são satisfeitas. As pessoas farão qualquer coisa a seu alcance para atendê-las. Muitas vezes, o que é visto como patologia é apenas a luta de alguém para satisfazer uma necessidade sem compreender como fazê-lo ou sem a capacidade para tal.

Nesse sentido, todo trabalho clínico abarca um aspecto psicopedagógico. A abordagem salutogênica exige que adotemos uma perspectiva positiva frente às buscas humanas, ao invés de colocarmos sobre elas um rótulo negativo ou patológico. Do ponto de vista Junguiano, estas quatro necessidades têm a ver com o que Jung chama de quatro funções básicas.

### **As quatro funções psíquicas de Jung em relação às quatro necessidades principais.**

A necessidade de amor da alma = sentimento	A necessidade de identidade social da mente = pensamento
A necessidade de alinhamento e enraizamento do espírito = intuição	A necessidade de existência do corpo = sensação

Observem que estes gráficos divididos em quatro partes foram pensados para sobreporem-se uns aos outros.

Nas quatro funções básicas temos: sentimento, pensamento, sensação e intuição. Jung observou que temos a predisposição de nos apoiarmos mais em uma do que em outra função. A tarefa da integração é unir o todo em um estado equilibrado, a arte de aplicar a salutogênese. Essas funções orientam o ser humano na busca pela satisfação de suas necessidades. As estruturas representadas nos diagramas divididos em quatro partes

existem há milênios. Elas formam a base da compreensão filosófica: o amor e a sabedoria do ser humano, uma visão de mundo anterior à Antroposofia. Precisamos levar essa sabedoria (*Sophia*) para o *Anthropos*. Devemos agora recuperar conscientemente o que nos foi dado de forma inconsciente.

Quando comecei a atender pacientes em consultório, trabalhei principalmente com adolescentes. Parte de minha formação foi feita com William Glasser, fundador da 'Terapia da Realidade'. Fui profundamente tocado, tanto pela pessoa, quanto por seu trabalho. Glasser tinha uma visão sobre as necessidades básicas que ele esquematizou em um modelo de seis aspectos e que agora podemos sobrepor ao modelo quadrimembrado.

### **William Glasser e a Terapia da Realidade: as necessidades básicas em relação às necessidades centrais.**

Necessidade de amor = relacionamentos	=	Identidade social = valor próprio e empoderamento
Necessidade de alinhamento e enraizamento = valores	e	Necessidades corporais = segurança e alegria

Uma das necessidades definidas por Glasser é a segurança, as necessidades corporais básicas. Ligada a ela também há algo relacionado a sensação interna de bem-estar. Não apenas sentir-se seguro e ter o que é necessário, como, também, a sensação interna de bem-estar que Glasser corajosamente chamou de alegria, de felicidade por estar vivo e gratidão pela existência: logo, a profunda sensação de bem-estar.

Ele nos fala sobre a necessidade de empoderamento, a capacidade de tomar decisões, de perceber-se, até certo ponto, como responsável pela própria vida. Essa sensação geral de empoderamento corresponde à própria experiência interior de sentir que temos valor e somos reconhecidos. Nesse sentido, ele se refere ao que vimos em relação ao ar, o elemento mental, como auto-estima.

Glasser descreve que criar e manter relações significativas é uma necessidade básica, o que podemos ver na parte esquerda superior do quadro. Ele descreve ainda outra necessidade: a de viver de acordo com seus ideais espirituais, viver de acordo com o que você diz, relacionado ao que temos no lado esquerdo inferior do quadro, a água e o espírito.

Apresentei-lhes apenas uma ideia básica das necessidades centrais. Se você é psicoterapeuta ou amigo de alguém que o procura buscando algum tipo de apoio, é importante não ser pego pelos detalhes da estória de aflições e desesperos. A pergunta fundamental é: “O que você necessita?”. Ela não é diferente da pergunta que encontramos no mito do Graal, quando Parsival precisa amadurecer a ponto de poder perguntar: “O que te aflige?”. Mais do que focar no sofrimento, é muito mais fácil olhar para as lutas de seu cliente de forma positiva, como seu esforço para satisfazer alguma necessidade. Em todo o trabalho que realizar com o cliente, você deve manter a pergunta: “Como posso apoiá-lo em relação ao que ele necessita?”

Claro, muitas pessoas vêm ao consultório por estar sofrendo de sintomas debilitantes; portanto, sua atenção está voltada aos sintomas e não às suas necessidades. Muitos não sabem do que precisam. É essencial recuperar sua capacidade e seu direito de formular essas necessidades. Alguns viveram situações nas quais a questão de atender às suas necessidades é estranha e desconhecida; mas, ainda assim, este é um direito de nascença que devemos honrar.

Quando adotamos o que se necessita como ponto de partida da avaliação psicológica, podemos compreender melhor quais necessidades não estão sendo atendidas. Podemos, então, começar a construir o caminho para o encontro com as necessidades. Não é que você vá dar diretamente o que o paciente precisa, mas você lhe apresentará algumas referências. Como psicoterapeuta, você pode tornar-se alguém que auxilie o paciente a desenhar um mapa que poderá ajudá-lo a navegar pelas correntes e tormentas de sua vida.