

O Método Invisível

Um convite para um caminho profundo de autodesenvolvimento prático com base na integração do *Quarto Caminho* e da Neurociência como resposta ao "Mal do século XXI" e o desenvolvimento do *Adulto Saudável* no contexto de uma nova Espiritualidade Ontológica



João Bogado

Carta ao Leitor

Como este Caminho Nasceu

Querido Leitor,

Como homem e ser humano, não poderia querer nada mais para minha vida do que oferecer no altar dos pés dos meus mestres e na Ágora pública da sociedade moderna da qual faço parte, a soma sintetizada das minhas experiências de vida em forma de contribuição, mesmo que pequena e pontual, para a evolução da nossa raça humana.

O resultado da elaboração deste trabalho, imperfeito e temporal como todas as contribuições científicas, é a realização deste propósito.

Não se engane, vejo a canalização e sintetização deste conhecimento não como o fim, mas como o verdadeiro princípio da minha jornada terrena, entendendo que este é apenas o primeiro passo de um longo processo de aplicação, aperfeiçoamento e expansão do que é aqui colocado como o **Quinto Caminho**.

Esta teoria, sintetizada e canalizada por mim a partir de uma grande junção interpretativa dos conhecimentos dos meus muitos mestres numa abordagem simples, pragmática, contemporânea e universal, pertence ao campo das ciências noéticas, ontológicas, espirituais e - acima de tudo - humanas.

Assim como quase tudo no *Quinto Caminho*, atribuo o valor desta nova abordagem a três fatores.

Primeiro, seu mérito vem da interpretação e reorganização sistemática e prática das linhas ancestrais dos meus mestres, baseadas em verdades imemoriais, o conhecimento sagrado e experiências práticas equivalentes a muitas vidas de aplicação do conhecimento. Essas experiências chegaram até mim através das dezenas de leituras, retiros de terapia e meditação, formações e processos terapêuticos e sobretudo a minha criação filosófica, humana e espiritual, proporcionada pelos meus pais *Anna Patrícia Menezes e Chagas e Laureano Guerreiro Bogado*.

Esses mestres, que aqui serão citados numa ordem cronológica da minha vida, me ensinaram na forma de experiências presenciais, livros, palestras, e alguns através de seus alunos, mas são as fontes originárias das teorias ancestrais e abordagens raízes do trabalho que foi desenvolvido. São eles:

Pierre Weil; Roberto Crema; Jean Yves Leloup; Monja Coen Roshi; Kaká Werá; Paramahansa Prajnanananda; Dan Millman; Amit Goswami; Viktor Frankl; Lama Padma Santem; Chogyam Trungpa Rinpoche; Bert Hellinger; George Gurdjieff; Oscar Ichazo; Claudio Naranjo; Idries Shah; Rav Philip Berg; Wilhelm Reich; Alexander Lowen, Milton Erickson.

Segundo, conjuntamente com esses conhecimentos ancestrais e abordagens profundas, o método aqui proposto se apoia num lastro científico pautado na Neurociência, Cognição Corporificada e os métodos de intervenção práticos e diretos desenvolvidos pelas ciências do desenvolvimento humano nas últimas décadas, que só foram possíveis serem integradas neste trabalho pela generosa contribuição, tanto pessoal quanto profissional, do meu terapeuta e mentor *Eduardo Shinyashiki*.

Sem ele, nem eu enquanto ser que me apresento hoje, nem esse trabalho aqui descrito e desenvolvido seriam possíveis. Seria como tentar correr apenas com uma perna. Du não só me devolveu a perna que me faltava, como fez questão de me mostrar que eu poderia voar.

Somado a isso, em terceiro, no que concerne a *nova espiritualidade ontológica e integração da experiência transpessoal*, que completam o objetivo e estágio final do trabalho proposto, as fontes e experiências originadoras dessa dimensão do trabalho se enraízam, no que meus mestres indianos chamariam do meu *sadhana*, a minha prática espiritual e pessoal.

Posso dizer que fui o primeiro a passar pelo caminho - desorganizado e espontâneo - deste método antes da sua sintetização prática, como a "**cobaia inicial**" deste trabalho e cheguei nas exatas conclusões que ele propõe, de transformar dores em recursos, e desafios em contribuição, como disse no início desta carta.

Assim como muitos que passaram por experiências análogas ou piores do que passei, senti, por muito tempo, a sensação ambivalente de que por um lado havia algo de errado comigo e que ser eu mesmo era uma péssima estratégia para ser feliz e ser amado, e que isso só ia me machucar.

Acabou que fui muitas coisas, algumas que eu mesmo criei e muitas outras que permiti que criassem para mim, e isso me machucou muito mais do que se eu tivesse apenas olhado para minhas feridas e tivesse feito paz com quem sou e era. Isso me drenou, me deixou triste, me cercou das pessoas erradas e me colocou à beira de um suicídio aos 21 anos de idade, por ter ido para tão longe que consegui me tornar meu maior inimigo sem perceber.

Já por outro lado, me sentia um ser especial, um injustiçado pelo destino mas que tinha grandes coisas preparadas sob a sua estrela, como um herói de uma grande história ainda vivendo antes da "grande virada" que viria resolver tudo. Isso me tornou arrogante, me fez tomar riscos demasiados, me desconectou de mim mesmo e do outro, me fez me submeter a relações e situações que eu não queria e no fim só serviu para me ver como um ator impostor na vida e nas decisões que eu mesmo criei.

O que me salvou foi este trabalho, corporificado nos muitos trabalhos das pessoas que citei aqui somado a minha prática espiritual, que é o terceiro pé desta transformação. Dos confins escuros das minhas dores e problemas, esse sentido espiritual de *ser* e nessa experiência de *ir além de mim* (que será aqui proposta e provocada), e que me fizeram recriar a minha história e o sentido da minha vida, agora com as minhas próprias mãos.

A história da minha vida se encaixou numa mandala, um caleidoscópio encaixado dentro de uma geometria sagrada que eu montei para transformar o que antes era vidro quebrado, num filtro para pôr cor na Luz. Essa virada de chave da dor para o recurso e essa sintetização do *ser* neste trabalho é tudo que sempre quis ou poderia querer para mim, e é o que quero para você.

É a razão motivadora do meu momento de virada na madrugada escura nos meus 21 anos em que eu decidi deixar de ser meu inimigo e mudar minha percepção.

Não havia nada de errado comigo, sou uma pessoa a qual coisas aconteceram e que errou, escolheu e viveu com os recursos e limitações que tive, e que eventualmente - no fundo do poço da minha vida -

fui chamado ao despertar de um novo chamado, do meu novo Sentido de Vida. Um sentido meu, um sentido de quem sou.

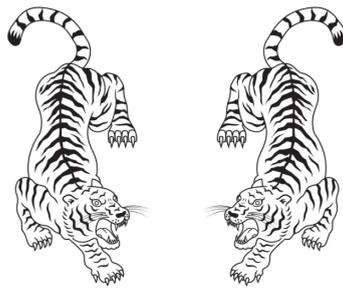
Nesse sentido, fiz-me sim personagem da minha própria história. Mas não um herói grego sacrificado e punido pelo seu defeito fatal, mas sim como mais um homem como comum, que seguiu o caminho e encontrou algum nível de liberdade e escolhas para ser quem ele queria ser.

Sem certo e errado, sem dor ou prazer, sem luz e nem sombra, simplesmente sendo.

Eu sou Eu. Simplesmente e apenas Eu.
E neste sentido, somos nós dois, este Eu aqui colocado.
Ou melhor, *podemos ser*.

João Bogado

Kailua, Oahu, Hawaii
06 de Março de 2023



Introdução: O "Mal do Século" XXI e o Desafio do Homem Moderno

Os últimos 110 anos de história da humanidade foram - sem sombra de dúvida - os mais ambivalentes no que concerne a saúde mental e emocional, a felicidade e a autorrealização do homem e da sociedade.

De um lado, passamos pelo que talvez foi o maior *trauma civilizacional* de toda a nossa história na forma de diversos acontecimentos de *possibilidades de extermínio*, de mudanças profundas na nossa percepção e valores como sociedade e na maneira como existimos e funcionamos no mundo como:

As duas grandes guerras, o holocausto, a guerra fria, a corrida espacial, a internet, a inteligência artificial, a facilitação do empreendedorismo e da mobilidade social, o aumento do acesso universal ao conhecimento e entretenimento, o avanço dos psicotrópicos, dos narcóticos e das drogas lícitas e ilícitas. E essas são só algumas das centenas de mudanças que ocorreram ao homem comum, no espaço de um século.

De outro lado, ganhamos evoluções e novas possibilidades de escolha, liberdade, saúde e experiências como nunca antes:

A estrutura da família, a rotina de trabalho, a duração média da vida, a mobilidade logística global, a conectividade e democratização do conhecimento, a quebra de dezenas de instituições e convenções sociais, a monogamia sequencial (o acesso a múltiplos possíveis parceiros ao longo de uma vida), o acesso a remédios, saneamento e saúde, o uso e acesso a experiências e substâncias que criam dopamina, serotonina e todos os demais hormônios responsáveis pelo prazer e felicidade de forma artificial. Essas são apenas algumas das experiências dramaticamente diferentes que passamos ao longo de nossas vidas, que abriram a porta para que um homem comum hoje tenha a possibilidade de uma vida infinitamente mais rica que o homem mais rico do mundo 110 anos atrás.

E são experiências que mesmo nossos pais - a geração anterior a nossa - não tiveram acesso pela maior parte ou pela totalidade da vida deles.

Esses fenômenos e seus desdobramentos, criam uma situação atípica e única na vida do homem moderno. Porque, mesmo nos mais simples detalhes e hábitos das nossas vidas "cotidianas" somos uma humanidade inédita, psicológica e emocionalmente despreparada para lidar com a miríade de estímulos e possibilidades que um único dia das nossas vidas oferece. Criando um fenômeno de uma "modernidade tóxica" que ao mesmo tempo que dá e proporciona possibilidades, recursos e a democratização de quase todas as áreas da sociedade, cria um ambiente que é inóspito à saúde mental, emocional, auto realização e felicidade do homem comum.

Fato que pode ser observado no fato de sermos hoje a geração mais medicada, infeliz, suicida e só de toda a nossa história, ao mesmo tempo que vivemos o momento de maior evolução e prosperidade por qualquer indicador de qualidade de vida. Um momento inclusive em nunca tivemos tanto acesso e democratização dos recursos necessários para empreender o que os pais fundadores dos Estados Unidos da América chamaram de "Busca da felicidade" seja ela qual for nos seus próprios termos.

Esse "**Paradoxo da Modernidade**" onde o mesmo avanço tecnológico que tanto nos ajuda é o veneno que nos adoce atualmente é talvez nosso maior desafio e **o que nos referimos aqui como o "mal do século" XXI**. Essa a grande causa da tristeza, insatisfação e perda do potencial humano do *homem moderno* é o grande problema que será atacado e tratado pelo *Quinto Caminho* na sua proposta de solução para uma melhor experiência do ser e do viver nos nossos tempos.

Podendo também ser colocado na provocação do Professor e Terapeuta Roberto Crema "*Se o Ser Humano não for a maior descoberta do XXI, haverá século XXI para o Ser Humano?*".

Essa é a descoberta e integração que aqui será proposta, numa abordagem sintetizadora do melhor das linhas ancestrais e antecessoras no processo do desenvolvimento humano, com as soluções modernas da **Neurociência** e a proposta de uma nova experiência **Transpessoal integrada e de uma nova Espiritualidade Ontológica**. Tudo isso dentro de uma abordagem universal, pragmática e direta que combina com o funcionamento e ritmos do *homem moderno*.

Isso porque ao analisarmos melhor a vida e os mecanismos de enfrentamento do homem moderno chegamos também a abissal conclusão que passamos a esmagadora maioria do nosso tempo e processo de desenvolvimento em instituições, contextos e modelos de pensamento criados e perpetuados pela geração anterior, no século XX.

Essas instituições, contextos e modelos tem valor rico e contribuições importantíssimas para o avanço do desenvolvimento humano e para os campos de estudo do ser, entretanto eram limitados pela tecnologia e baixo acesso à informação que marcou a grande maioria das descobertas do século passado. Isso sem tirar o mérito e importância das suas descobertas, inclusive como etapa no processo do desenvolvimento científico destes campos de estudo.

Entendemos também, que agora, num momento *post hoc* as mudanças centrais e os acontecimentos traumáticos citados, nos posicionamos numa situação ideal para a construção de um trabalho verdadeiramente integrado ao *espírito dos nossos tempos*. E que sintetiza o melhor das linhas de desenvolvimento do século XX que, como veremos a frente, focam muitas vezes com profundidade e impacto em **uma** das várias dimensões dos problemas do *homem moderno* como veremos mais à frente (S 5).

Isso porque este novo homem não só tem mais problemas do que as gerações anteriores, como tem problemas integrados, que necessitam de soluções integradas, trazendo o melhor de várias abordagens diferentes, somado a ciência e a nova espiritualidade.

A falta desta solução - até agora - cria um Ser Humano prisioneiro e sujeito a todas as consequências e malogros do já definido **Paradoxo da Modernidade** como nos coloca num contexto de utilizar muitas vezes, soluções mecanismos de enfrentamentos de 40, 50 e 60 anos de idade para enfrentarmos situações que existem a apenas 5, 2 e as vezes menos de 1 ano.

Um exemplo simples é o caso da recém disseminação do uso da Inteligência Artificial, no final de 2022, e que certamente trará graves mudanças para a vida do homem comum nos próximos 10 anos, análogas ou maiores que a transformação causada pela disseminação da internet, e que era imprevisível, mesmo dois ou três anos antes.

Ao considerarmos todos esses fatores, nasce a questão: *Como preparar e instrumentalizar o Ser Humano para um futuro, um mundo e uma vida que de fato ainda não existem e, mais ainda, como criar um processo de desenvolvimento que carrega as descobertas e aprendizados do passado juntamente com as descobertas recentes da ciência no que poderia ser chamado de um "Processo de Desenvolvimento em direção a Auto Realização e Felicidade" independente das possíveis mudanças, desafios e contextos que o mundo moderno pode provocar.*

Tudo isso somado inclusive aos tradicionais problemas e desafios milenares do homem, que podem ser definidos majoritariamente em:

- 1) **Relação Consigo Mesmo:** Sua realização "consigo mesmo" que tange a superação de traumas e questões biográficas da sua história, sua esfera espiritual, seu senso de propósito e alinhamento das suas escolhas e hábitos de vida com os seus valores.
- 2) **Relação com os Outros:** A construção de um relacionamento amoroso e de um núcleo familiar próprio, assim como as comunidades de amigos e companheiros que circundam a vida pessoal para satisfação de suas necessidades sexuais, afetivas e sociais.
- 3) **Trabalho e Contribuição:** Encontrar uma contribuição produtiva na forma de um trabalho e tomar um lugar na sociedade como membro funcional e confiável. Na busca de um *Sentido de Vida* e num propósito e satisfação reais.

Que serão futuramente definidos como *Necessidades Milenares* do Ser Humano que são alvos deste processo que pode ser definido como a "Construção de um funcionamento saudável e independente" ou o "Desenvolvimento do homem (ou adulto) saudável".

Processos e necessidades estas, que mesmo sem o *Paradoxo da Modernidade* já representavam desafios com obstáculos relevantes nas neuroses e fixações do ser humano médio dos séculos XIX e início do XX com outros contextos e funcionamento. Mas no entanto, nesta nova óptica do *Quinto Caminho* entendemos que encontramos uma experiência distorcida equivalente de cada um dos males do *Paradoxo* em cada uma das *Necessidades*. Sendo os três males do *Paradoxo da Modernidade*:

- a) **A inconsciência, alienação e desconexão corporal**, emocional e psicológica. Ou seja, sofremos e não sabemos porque ou de que forma sofremos. Sempre mergulhados nos estímulos do mundo moderno, somos incapazes de acessar necessidades, traumas e insatisfações mínimas que seriam mais facilmente percebidas pelos nossos antepassados por conta da ausência de estímulos hormonais, externos e constantes que a vida moderna proporciona. Perdemos a presença corporal, e nossa identidade e relação com o mundo no caminho. Sendo essa a distorção moderna da necessidade de harmonia na *Relação Comigo Mesmo*.
- b) **A falta da maternagem, a "perda da infância" e o movimento sexual interrompido**, que compõem a perda não só da relação de amor materno, mas de toda a experiência de nutrição e afeto dos contextos comunitários (família, amigos, bairro, cidade) que eram antes responsáveis por introduzir a criança, gradual e saudavelmente na sociedade e relações com outros núcleos de pessoas, se desdobrando para as conexões profundas e relações românticas, as experiências de prazer e satisfação reais e autopercepção de suas necessidades sexuais. Sendo esta a distorção moderna relacionada à segunda necessidade na *Relação com os Outros*.
- c) **A quebra da ordem, da relação com o Pai e o masculino e sua consequência na distorção da figura e do relacionamento com Deus** - enquanto arquétipo e como experiência transpessoal - e os impactos que a perda da esfera da espiritualidade tem na vida, significado e realização do *homem moderno*. Essa "perda de sentido" que impacta não só o emocional e o pessoal, mas se transforma, em última instância, numa distorção social, do ponto de equilíbrio e do *Trabalho e Contribuição*.

Ou seja, o adulto contemporâneo não só não pode ser considerado *adulto* no sentido tradicional do conceito de Ser Humano que amadureceu e tomou seu lugar na sociedade, como seu funcionamento

continua muitas vezes como um eterno resgate nostálgico por uma infância perdida que em realidade nunca aconteceu, sem confrontar os verdadeiros acontecimentos de sua própria biografia.

Sem compensar por essa falta que o processo moderno o privou, o *adulto doente* infantilizado e preso nesse eterno resgate de medo e prazer, imediatismo e passividade não só não atinge um estado de contribuição, satisfação e auto realização, como fica *indisponível* para endereçar de fato a busca pelas ***Necessidades Milenares*** criando um funcionamento neurótico na **Relação Consigo Mesmo** na **Relação com os Outros**.

Isso cria um adulto sexualmente frustrado, com um buraco afetivo, traumático no centro da sua existência desconectada, resultando num funcionamento de culpar o externo, as pessoas, os acontecimentos e, em última instância, *Deus e a ordem da vida*. Num contexto de perda de sentido, em que me desconecto de tudo que possa existir além de mim, da empatia com o outro, do propósito, da natureza e que vai se refletir no meu **Trabalho e Contribuição** como veremos mais à frente.

Estes males modernos da "Inconsciência", "Perda da Infância" e "Quebra da Ordem" que compõe o ***Paradoxo da Modernidade*** serão abordados nesta metodologia de trabalho dentro da "Normose" e os "Traumas Formativos" e tem sua origem durante a gestação do feto e na primeira infância, especialmente no que concerne o processo da *mielinização*.

Já o funcionamento neurótico em relação às ***Necessidades Milenares*** nascidos destes traumas e contextos normóticos com base nas três distorções do ***Paradoxo da Modernidade***, e como eles se transformam no *adulto doente* e num sistema disfuncional serão abordados na seção sobre o "Ego" e as "Dinâmicas da Personalidade".

Levando até a descrição do ***Quinto Caminho*** como uma abordagem de resposta moderna e ancestral para esses males e problemas.

Nesta visão, a cura dos males modernos deste novo homem, é o reencontro ancestral com as necessidades buscadas desde o tempo dos nossos antepassados na construção de um novo estágio evolutivo, um verdadeiro ***Homo Conscius*** em contraste ao atual estado do ***Homo Sapiens Sapiens***, que consegue - simultaneamente - criar uma resposta para seu próprio tempo e desafios enquanto realiza os objetivos e vive as experiências desejadas por seus antecessores.

Essa "cura transgeracional" que une passado e presente pode parecer desafiadora ou talvez até idílica, mas a partir de uma análise mais profunda e substancial se apresenta como possível, natural e até mesmo lógica, quando consideramos a abundância exponencial de recursos que temos hoje.

Apenas a possibilidade da união das miríades de abordagens e conceitos transdisciplinares que compõem este trabalho já são - apenas na sua existência - uma prova da possibilidade evolutiva que nos foi proporcionada.

Essa também é a cura de uma modernidade tóxica em direção a uma modernidade verdadeiramente evolutiva e ao despertar de um novo amanhecer da consciência na sociedade para toda a raça humana.

Consideramos, no contexto da unidade e do aspecto civilizatório e coletivo de todos os fenômenos aqui descritos, que a cura de um único ser humano num processo aqui descrito é também uma cura da humanidade enquanto início da mudança do nosso funcionamento coletivo no efeito de rede e "dominó" que uma nova postura saudável pode gerar.

Esse movimento já se iniciou e está contido na essência de muitos trabalhos e esforços de desenvolvimento humano contemporâneos, mas não há tempo a perder. É necessária a expansão das abordagens práticas que nos levam a liberdade e consciência, cada vez mais. Só assim criaremos uma sociedade saudável, de adultos saudáveis, *uma pessoa de cada vez*.

1. O Adulto Saudável

A definição do que é um *adulto saudável* não passa, em nenhuma instância, por filtros morais, de valor ou contexto cultural. Uma aplicação específica deste conceito é que o que pode ser considerado como "encontrar uma contribuição produtiva na forma de um trabalho e tomar um lugar na sociedade como membro funcional e confiável" no que tange a **Necessidade Milenar** do **Trabalho** já definida, pode se materializar em escolhas e situações de vida completamente diferentes a depender do contexto familiar e social do adulto em questão.

O que em uma família e sociedade pode significar se tornar um funcionário público, em outra pode significar abrir seu próprio negócio. O que em um contexto pode significar ganhar e preservar o máximo de dinheiro possível em detrimento por exemplo do pagamento de impostos e seguir a letra da lei em outro contexto pode ser considerado como altamente imoral, errado e uma quebra dos valores e bem estar social daquele grupo.

O mesmo é válido para escolha de seus amigos, companhias e do seu parceiro ou parceira, no que tange a necessidade da **Relação com os Outros**, e das suas decisões, experiências e movimentos na **Relação Consigo Mesmo**. Dessa forma, devemos abrir mão de qualquer parâmetro ou filtro subjetivo, moral ou de valor para definir o *saudável* aqui referido.

Neste sentido, entendemos que saúde é a viver a essência de quem somos, sem que isso nos pese, nos prejudique ou nos faça sentir incoerentes de alguma forma. Saúde é ter paz em ser quem somos, sem atritos nesse estado de *ser* que venham de fatores externos, sejam eles normas sociais, acontecimentos ou opiniões e relações alheias. Isso - por mais simples que pareça ser - não só é extremamente difícil para o *adulto doente*, como gera mudanças dramáticas para sua vida.

Percebemos, por exemplo, como uma das consequências indiretas do contexto do **Paradoxo da Modernidade** uma profunda solidão relacional e existencial entre os adultos doentes. Seja na sua incapacidade de criar relações profundas (*S 3.1*), seja na sua incapacidade de se ver como pertencente a um grupo social, profissional de amigos que representam seus valores.

Essa situação exterior, vestida de **causa em si**, é a origem de diversas falas que ouvimos em discussões, atendimentos, etc. Nas linhas de "não tem ninguém legal / interessante para se relacionar hoje em dia"; "todo mundo é igual"; "onde eu vou achar pessoas como eu?". E outras, com variações de estilo e tonalidade, mas essencialmente as mesmas.

Não é necessário dizer que essa é uma falácia perceptiva em si, e não uma causa, onde **não consigo viver meus valores e ser quem eu sou**, e - mais precisamente - nem sei como isso se pareceria se isso passasse na minha frente. Criando um cenário de doença *precoce* a qualquer relação, onde sou e busco o que **não quero, sou ou o que me representa** e quando encontro exatamente isso, me frustro com o resultado.

Essa é apenas uma onde essa estrutura de falta de autoconhecimento e capacidade de viver quem somos, nos leva a encontrar exatamente o que estamos buscando (ou não buscando). Neste novo contexto percebemos que de fato, a maior parte das pessoas, contextos, situações e acontecimentos "*não são para nós*", ou seja, não refletirão nossos valores, não nos interessa ou nos conecta.

E não há problema nisso, porque isso faz parte de estar bem em ser quem é e em pertencer aos grupos e lugares a partir da essência e não da expectativa de outros. Isso também vai envolver ficar sozinho, sem estar só, enquanto esperamos o desenrolar dos acontecimentos e o nascimento de relações que de fato nos representem. Mas para isso, ser e estar em paz com quem sou se torna uma condição, *sine qua non*.

Esse entendimento vem também de uma *posição perceptiva* intrínseca a este trabalho que é uma visão *atemporal, acultural, amoral e anormal*, no sentido que não busca - em nenhuma instância, expectativa ou pensamento - pressupor, desejar ou trazer nenhuma informação prévia sobre a vida, decisões e gostos de uma pessoa específica. Chamamos de *posição perceptiva do extraterrestre*, como se nos colocando nela nos tornamos um organismo alienígena a vida e preocupações humanas.

Na prática isso significa que ***nada é normal ou anormal, nada é certo ou errado, nada deveria ser de uma forma ou de outra***. A única coisa que buscamos é a coerência e o alinhamento.

Nesta instância da análise e do processo decisório e interventivo, não importa o que, como ou porque você busca algo. Apenas que você busque o que você de fato quer e te representa. Neste sentido descobriremos que na realidade "está tudo errado" e estamos vivendo a vida impostora da busca do exterior e da doença, aí sim olharemos para os "o quês", "comos" e "porquês" para entender a estrutura e sentido dessas disfunções, rumo ao realinhamento das esferas. Mas veja que o realinhamento em si, guiado por princípios de saúde obviamente, é o objetivo, e não um padrão x, y ou z para como, porque ou o que significa o alinhamento.

Outro ponto importante a se observar é que, nenhuma das três ***Necessidades Milenares*** é estática, finita ou final em si. Todas as três se caracterizam muito mais como processos e buscas, com ciclos, etapas e momentos que vão depender do momento, acontecimentos e valores de vida específicos de cada um. Então também não é possível atribuir um "resultado esperado" ou uma expectativa de desenvolvimento padrão para definir o que seria posto como *saudável*.

O que pode sim ser afirmado é que a construção do processo de busca e nutrição dessas três ***Necessidades Milenares*** se responsabilizando pelas consequências e resultados, sejam eles quais forem, inclusive quando a decisão específica é de não-busca em uma das necessidades é o que diferencia o universo e funcionamento do adulto para o da criança.

A ideia do *adulto saudável* não é idílica, utópica ou uma construção de otimismo desmedido, muito pelo contrário. Os desafios, problemas e dificuldades nas três ***Necessidades*** são certos, esperados e constantes. A questão é como lidar com eles nesse processo de busca, nessa jornada sem fim que é a vida. Novamente retornamos ao conceito do desalinhamento e da coerência como foco, em detrimento de filtros morais.

Para elucidar o conceito, vale aqui a inserção do Koan Zen Budista japonês.

O mestre zen trabalhava no templo junto do seu discípulo. Ambos em silêncio, ambos focados nas tarefas a mão.

Depois de algum tempo, o discípulo pergunta:

"Mestre, como meditar com eficácia?"

Ao que o mestre, depois de alguns momentos respondeu:

"Coma, durma, trabalhe e medite".

O discípulo, sem entender insistiu:

"Como assim mestre?"

"Quando comer, coma. Quando dormir, durma. Quando trabalhar, trabalhe. E quando meditar, medite".

A ideia de viver cada experiência quando ela acontece - neste caso - se aplica no exterior, mas pode ser facilmente aplicada com os momentos emocionais e profundos. Viver cada crise, cada tristeza, cada problema, essa é a sabedoria. Viver o que acontece *quando acontece*, sem mais nem menos.

Isso infere entender o que sinto, me apresentar com certa vulnerabilidade e ter a coragem de manter e viver essa experiência enquanto ela se fizer necessária, sem exageros. Buscamos, dentro do funcionamento doente moderno, não só alterar os caminhos e acontecimentos trazidos pela vida, como controlar o que sentimos, e ainda achamos que isso é um exemplo de resiliência.

Veremos mais à frente (S 2.3; S 3.2; S 5.2) os impactos somáticos e emocionais disso, sobre como isso inicia os ciclos de trauma e doença e distorce o corpo funcional. Veremos também como nos comprometemos com imagens e arquétipos de "força" que são na realidade estratégias de enfrentamento vazias para resistir a viver o momento que estamos vivendo.

Relacionamentos acabam...

Negócios dão errado...

Pessoas ficam doentes...

Não podemos controlar o decurso dos acontecimentos na nossa vida, mas enquanto lutarmos contra ao invés de atravessá-los, estaremos para sempre presos nos traumas, nas máscaras e nas disfunções.

Neste sentido o que define a psicodinâmica infantil, em contraste a do adulto, é essa não aceitação do que acontece, essa ilusão de controle e influência sobre a vida e que simplesmente não é real. E que se torna, como movimento de consequência pendular, em medo, ansiedade, estresse, dor, dificuldade.

Ninguém consegue controlar os acontecimentos da sua própria vida, mas muitos tentam, isso gera uma vida pautada na falta de autoestima e autoconfiança para de fato escolher com liberdade, por não conseguir e ter medo de lidar com as consequências dessa escolha. Isso também se transforma numa busca de referências externas para busca de força e validação e numa série de dinâmicas infantis.

Tal o filho que olha para o pai (referencial externo de aprovação) antes de dar uma resposta, a criança que chora e faz birra e o jovem amedrontado ou irritado que se recusa a cumprir com alguma das suas obrigações são todas expressões exteriores dessa falta de referência e recursos próprios e a incapacidade de ser frustrado.

Essa relação de "olhar para o pai em busca de aprovação" é emulada com padrões de valores e comportamento, com pessoas (amigos, colegas profissionais, familiares, parceiros), com ideais, com religiões, instituições, grupos. Sempre na busca de avais externos para me darem a segurança que eu não tenho no meu processo de tomada de decisão pautado pelo controle e pelo medo.

Veremos também que essa dinâmica é uma das origens do nascimento do terceiro mal do **Paradoxo da Modernidade** que será explorado mais a frente (S 4) da **Quebra da Ordem, da Distorção da figura e do Relacionamento com Deus** e perda das experiências espirituais transpessoais.

Onde entendemos o valor psicológico profundo da dimensão psicológica do espiritual na construção de um propósito ou *Sentido de Vida* para aplacar o que foi nomeado pelo neuropsiquiatra Viktor Frankl como o **Vazio Existencial** e a vida sem sentido.

Onde, como eu sou incapaz de me conectar com o a esfera do **transpessoal** na minha vida num processo que vem do interno para o externo - seja isso como propósito/ missão no trabalho, a contribuição humanitária com os meus, a construção de uma moral própria, etc. - eu me torno frustrado de um sentido e realizações no próprio valor *identitário da minha existência*.

Intensificando ainda mais a necessidade das referências e valores externos na criação de uma autoconfiança, realização e seguranças superficiais e ocas. Que cria o que chamaremos de **Espiritualidade Distorcida** que gera uma relação niilista, justificadora ou profética com o Divino (ou substitutos) enquanto arquétipo psicológico.

Ou seja, nada existe além de mim, apenas a ciência e o material e estamos todos condenados à morte e ao esquecimento(niilista). Ou Deus é o motor da vontade e acontecimentos no Universo, tudo que dá certo ou errado na minha vida é por causa dele então devo me submeter (justificadora). Ou o espiritual é uma ferramenta quase noética a ser utilizada para prever, influenciar manipular o invisível em minha vida para assim gerar sorte e melhores resultados (profética).

Esses padrões, por mais que aparentemente distintos, recaem sobre uma ótica Freudiana, colocada no *Futuro de um Ilusão*, de um **Deus nascido do corpo e das frustrações sexuais**, como um mecanismo de enfrentamento e justificativa para o vazio existencial da vida. Onde o externo dita o interno, e o espiritual, o transpessoal e o *Sentido da Vida* existem e vem de **fora de mim** e não estão sob minha influência e controle.

Neste sentido o *adulto doente* é um ser órfão, uma "criança abandonada" que se sente - no profundo - sem recursos, sem confiança, sem capacidade e sem propósito próprio, o que se caracteriza numa paralisação, numa incapacidade de realizar certas ações, tomar certas decisões e mudar o que precisa ser mudado.

Frases como:

"Não sei porque, mas sigo entrando nos mesmos tipos de relações com pessoas parecidas"

"Parece que vive toda minha vida baseado nas vontades e expectativas de outros"

"Tento me afastar desse trabalho / pessoa / situação mas não consigo"

"Sei que isso é errado mas faço mesmo assim"

E que justifica essas situações com fatores exteriores, culpando as experiências do passado e com as explicações da *espiritualidade distorcida* supracitada.

Enquanto o *adulto saudável* é um criador de recursos próprios, é alguém capaz de entender que não estará pronto para a maior parte das situações e acontecimentos da sua vida, mas que sua força não está na preparação. Ele vê sua biografia como recursos e mostras de que é capaz de lidar com o incerto, o caótico e o que se apresenta.

Neste sentido, sua relação com *Deus e o Transpessoal*, independente de suas crenças (ou não crenças) é de criar uma espiritualidade *própria e ontológica* baseada no seu próprio ser, experiências, valores e crenças. Criando seu próprio *Sentido de Vida* a partir de uma moral própria, de um senso de contribuição e *realização identitária da sua existência* além apenas do que as próprias necessidades do Corpo, das Emoções e da Mente.

Criando uma percepção e força de ser capaz de viver e caminhar seu próprio caminho tal qual a frase de *Dan Millman "Pise e o caminho aparecerá"*. Onde tenho confiança na minha capacidade de lidar com o que virá, independente do que vier.

Ou seja, nessa ótica, o que define o *adulto saudável* não é que tipo de vida ele constrói ou de que forma, em que tempo ou qual resultado ele vem fazendo isso, mas sim a sua capacidade de lidar com as escolhas, questões e consequências dessa vida construída. E sobretudo de criar um caminho, e uma contribuição social própria que traga um *Sentido de Vida* baseado no ser, seja ele qual for.

Se tornando a materialização do antídoto/solução do *Mal do Século XXI* onde ele não só é capaz de lidar com os desafios inúmeros, múltiplos e inéditos da modernidade como satisfazer e buscar suas *Necessidades Milenares*.

Também podemos definir que, para realizar isso, esse *adulto saudável* precisará, necessariamente, habitar em seu próprio corpo sendo capaz de perceber e satisfazer suas próprias necessidades, quebrar com os funcionamentos neuróticos do *Ego* e *Dinâmicas da Personalidade* que o estejam prendendo no "piloto automático" das más decisões repetidas.

E que, para isso, ele precisará conciliar junto ao seu contexto familiar, valores, história e visão de vida um "lugar social" presente e futuro ou seja, uma contribuição, um relacionamento, família e uma vida que representem a sua individualidade e valores sem perder de vista o seu núcleo e experiências originais, e também sem que isso precise significar uma submissão ou concordância cega aos valores desse núcleo original.

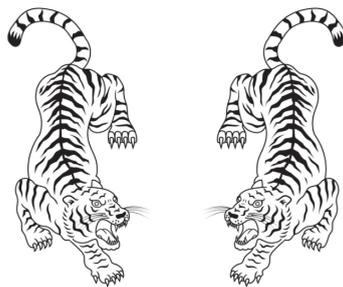
Assim sendo, o *adulto saudável* é um ser ambivalente que, em certa medida, abandona a família e as experiências da infância para criar suas próprias experiências e seu próprio novo núcleo familiar por entender que essa seria a "ordem natural". Entretanto, retendo com ele a leveza, experiências e posturas da dimensão infantil assim como os valores, conexão e aprendizados recebidos da sua família de origem como recursos para serem usados(ou não) nessa nova vida em sociedade.

Ou seja, o *adulto saudável* é aquele que voluntaria e naturalmente deixou a dimensão da família de origem e da infância, sem de fato deixar essas experiências, carregando-as como recursos e parte da sua nova identidade como membro funcional e confiável da sociedade.

Esse movimento de cura, transmutação, evolução do *adulto saudável* em direção a si, a seu futuro e a viver a essência, é também em certa medida a cura da sua família de origem, da sua comunidade e dos seus círculos dentro do conceito do efeito de rede, e o início da virada de chave da consciência citada antes.

E é este exato movimento e processo que o ***Quinto Caminho*** proporcionará.

Primeira Parte: *Paradoxo da Modernidade*, um mergulho nos três males do "Mal do século XXI" como distorção das três experiências das *Necessidades Milenares*



2. A Desconexão com o Corpo

A alienação e desconexão com o próprio Corpo não é invenção moderna. Entretanto, o processo do *paradoxo da modernidade* ampliou, aprofundou e multiplicou a desconexão com o corpo em esferas e intensidades inéditas, especialmente no que tange aos últimos 20 anos após a ampla disseminação dos computadores, smartphones, das drogas lícitas e ilícitas e ampla industrialização da dieta do Ser Humano médio.

Mais importante até do que a desconexão com o corpo e o processo de “escravidão hormonal” que será descrito a seguir, é importante entender o que significa de fato a desconexão e alienação do corpo.

Entenderemos que, essa desconexão com o corpo começa na verdade com uma *super identificação* com ele, no nível identitário que distorce as relações *Corpo-Emoções-Mente* já na sua raiz, porque inverte o processo saudável da *consciência que direciona o corpo*, para um processo de doença do *corpo que direciona a consciência*.

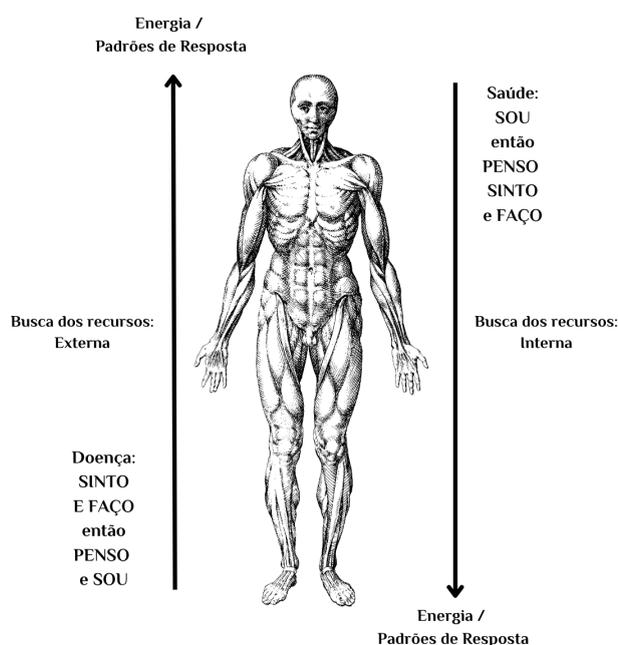


Figura 1: A inversão do processo da consciência.

Neste sentido, o coração e início do processo do *adulto doente* é a perda das referências e do senso de identidade própria, para ser substituído por soluções e experiências contemporâneas que não só não são capazes de preencher os vazios como na realidade o distorcem, escravizam e adoecem.

Esta inversão do processo tira o homem de um lugar de confiança, autonomia, liberdade e *recursos internos*, e o coloca no lugar de buscar a resposta *fora*, porque ele perdeu a relação de recurso e ferramenta com seu próprio corpo e passa a viver as faltas e os traumas com as quais ele está *super identificado*.

Essa é também a raiz da diferença *adulto vs. criança* no contexto de *saúde vs. doença* aqui trazido.

O caráter máximo e principal da do funcionamento infantil é a dependência, a falta de referências internas e a não aceitação da realidade. Que é a exata relação e funcionamento que encontramos no *adulto doente* mesmo em suas diversas formas e diferenças exteriores.

O que acontece é que na sociedade em que vivemos, valorizamos uma independência, confiança e autonomias *práticas*, ou seja, na concepção social atual alguém que 'se vira', que tem certo sucesso profissional e que aparenta ser independente é um adulto funcional.

Entretanto, o que observamos quando tiramos as máscaras e levantamos o capuz deste "adulto funcional" é que na verdade ele é funcional na disfunção. Onde esse adulto lança mão de todo tipo de experiência, substância e hábitos nocivos, sejam eles relacionamentos disfuncionais, hábitos alimentares e de saúde, padrões emocionais destrutivos e outros. Para conseguir se equilibrar no seu desequilíbrio.

Este novo homem inconsciente, sozinho, inseguro, doente, dependente é na verdade apenas um homem que se perdeu de si. E que sente antes de ser e pensar, que se *super identifica* com seu corpo na perseguição dessa *identidade do corpo* (em contraste com uma identidade do ser) mas num segundo momento é escravizado por vícios nocivos e assim sofre e adoece, numa eterna *danse macabre* de repetir padrões ruins e viver uma vida pobre e drenante.

O que dificulta perceber esses padrões é que essa inconsciência é múltipla, diversa, variada. Enquanto uma pessoa com certa biografia, valores e trato vai ter sua disfunção em ser agressiva, controladora, rígida e sistemática, outra terá sua inconsciência e disfunção materializados na perda de referências próprias, submissão a vontade do outro, necessidade de agradar e preocupação excessiva com a autoimagem. Uma terceira pode ter inconsciência materializada numa racionalidade dispersiva e egoísta que cria um funcionamento desconectado e procrastinador.

Pessoas são diferentes, com inconsciências e padrões disfuncionais diferentes. Entretanto, o que observamos é que o padrão e processo de origem da inconsciência, que se torna o funcionamento da disfunção e do **Ego** é o mesmo, e a raiz desses padrões e processos está pautada nas três doenças do **Paradoxo da Modernidade**.

O que veremos ao longo das próximas sessões é o detalhamento do processo de desconexão do corpo, como primeiro mal do **Paradoxo**, que se relaciona - principalmente - com a primeira **Necessidade Milenar** da **Relação Consigo Mesmo**.

Mas que, como veremos, se desdobra em disfunções no funcionamento necessário para as outras duas **Necessidades** também.

Isso porque, ao longo de todo este trabalho, entenderemos o corpo como o pano de fundo, o mapa do registro e a "casa das disfunções", mesmo as emocionais e mentais. Isso porque no processo da inversão do processo da consciência descrito na *Figura 1* o corpo, o que é sentido, o que é feito e o que nos acontece passa a ser o padrão de referência da identidade e do funcionamento.

Neste sentido, encontramos as raízes e âncoras de funcionamento dos três males do **Paradoxo** enquanto experiências distorcidas das **Necessidades** no corpo, no que definiremos aqui como os "**Três**

Corpos" que mais a frente serão associado a teoria dos *"Três Cérebros"* e a todo o processo de transformação do *Quinto Caminho*.

2.1 O Corpo Identitário e a Auto Alienação

Em sua primeira instância experiência, no valor **identitário** do corpo, entendemos o corpo não só como uma parte da "máquina humana" mas a epítome da auto expressão do "Eu" facilmente percebido na relação íntima entre esses dois conceitos.

Frases como "Eu sou um homem moreno, de olhos castanhos, barba e 1.82 de altura, tenho 42 anos e estou começando a ficar grisalho" e "Eu sou uma mulher de 29 anos, cabelos ruivos encaracolados, pele pálida, sou baixinha e um pouco acima do meu peso ideal" na autodescrição são caminhos simples de entender, que para grande maioria das pessoas, nós **somos** o corpo.

As imperfeições e características do corpo são as **nossas** imperfeições e identidade.

Os limites, o mal estar e as doenças do corpo são **nossas** crises e limites.

E, acima de tudo, a felicidade, o prazer e o gozo só são percebidos quando **nosso** corpo se sente assim.

Essa distorção perceptiva e a criação de uma identidade quase igualitária de quem somos com o corpo que habitamos é o início das distorções de comportamento e da experiência humana. Especialmente no que tange a primeira *Necessidade Milenar* da boa *Relação Comigo Mesmo*.

A começar que quando consideramos que **somos o corpo** inicia-se o processo de desconexão com o corpo como ferramenta funcional para o uso da consciência, conforme propõe a *Figura 1*.

Isso porque o corpo, enquanto ferramenta e objeto existente, é falho, tem crises e problemas. Isso é real enquanto adultos formados, mas também é real durante todo o desenvolvimento psíquico emocional da criança.

Detalharemos isso ainda mais nas seções da *Parte Dois*, entrando em cada uma das experiências formativas, suas consequências e funcionamentos associados, entretanto aqui já cabem exemplos práticos para melhor entendimento da inversão da consciência e auto alienação no corpo.

...

Um menino, aos 3 anos de idade, tem uma crise gástrica, ou simplesmente uma descarga emocional mal gerida, que resulta com que ele faça cocô nas calças. O adulto responsável, preocupado e estressado diz: "OLHA O QUE VOCÊ FEZ! QUE FEIO".

*No entendimento que **somos o corpo** a interpretação dessa experiência é "olha o que eu fiz, eu faço tudo errado, eu falhei".*

...

Um menino de 1 ano, dentro de um contexto familiar de exigências e expectativas por parte dos pais, no processo de desenvolvimento motor e começar a andar. Toda vez que ele se levanta e dá alguns

passos sua mãe diz: "Muito bem! Muito bem! Nossa, ele é muito inteligente, olha como ele dá os passinhos".

*No entendimento que **somos o corpo** a interpretação dessa experiência é "**eu** consegui, **eu** fiz o certo, **eu** sou amado agora por isso".*

...

Uma menina de 6 anos, que já demonstra que crescerá para ser uma bela mulher, está doente, o que a deixa mais triste, chateada e introspectiva na sala de jantar. Neste dia, estão recebendo visitas, inclusive alguns amigos dos seus pais de quem ela gosta e admira.

Vendo a menina fazendo cara feia, um adulto mais velho diz: "Meninas bonitas que não são bem humoradas e simpáticas acabam sozinhas do mesmo jeito, hein? É como a história da moça que estudava com a gente no ensino médio, era a mais bonita da classe, mas muito exigente, dura e crítica, até hoje ela não casou".

*No entendimento que **somos o corpo** a interpretação dessa experiência é "**eu** não deveria estar me sentindo assim, **eu** vou acabar sozinha se não for simpática, **eu** ser bonita pode ser um problema para minha vida".*

...

Uma menina de 3 anos, brincando entre amigos numa confraternização de algumas famílias, ainda sem muita noção da direção do público e privado, derruba algo em sua camiseta, que a deixa suja e molhada. Sem parar para pensar sobre isso, ela tira sua camiseta em público.

Um adulto, vendo a situação a repreende: "QUE ISSO MENINA! Se cubra! Você tá doida?".

*No entendimento que **somos o corpo** a interpretação dessa experiência é "**eu** preciso me cobrir, **eu** não posso me expor, **eu** estou errada".*

...

Esses são apenas alguns exemplos (que serão detalhados e explicados na *Parte Dois*) de experiências no desenvolvimento infantil que *começam com experiências do corpo*, e se tornam inícios de percepções de identidade e da relação consigo mesmo.

Esses momentos formativos descritos, focando em esferas mais ordinárias das experiências humanas, são um exemplo estrutural do *corpo ditando a percepção do ser e da consciência*.

Quando estressamos isso para situação de trauma mais sensíveis como acidentes, mortes de parentes, abusos, doenças graves e outras experiências formativas mais intensas, percebemos a mesma dinâmica, entretanto intensificada física, emocional e mentalmente pelo teor dessas situações.

Nessa instância analisamos o funcionamento do trauma e das experiências biográficas ainda ancoradas e somatizadas nos tecidos, onde o que aconteceu com o **nosso corpo** é significado como algo que aconteceu **conosco** e não com o veículo em que habitamos.

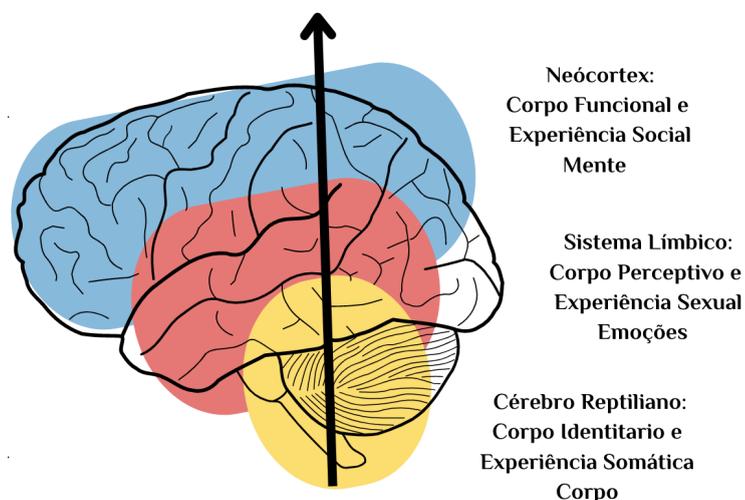
Neste sentido, o trauma, enquanto descarga emocional que nasce de uma situação externa e não é respondida, se torna a base de uma distorção identitária, que vai se tornar o funcionamento doente e a personalidade.

Essa distorção identitária, não passa do desajuste na relação e função do que chamaremos mais a frente de "Primeiro Cérebro" ou "C1" referindo ao **Cérebro Reptiliano** e suas funções, redes e sistemas de influencia no corpo.

Esta é a área cerebral mais antiga, análoga aos animais como um todo, e que existe - dentro da estrutura cerebral de nossos antepassados - a 100 milhões de anos. Esse sistema neurológico se responsabiliza pelos nossos instintos, pelas nossas respostas, pelos nossos funcionamentos que se referem a sobrevivência e pelas respostas ao trauma.

No sistema dos três cérebros, que será aprofundado mais a frente, entendemos que respostas identitárias do primeiro cérebro nascem das intensas emoções e padrões de resposta gerados por este sistema na tentativa de nos poupar do perigo, da dor, e preservar o corpo e o que está - nessa infância - reconhecido como o próprio ser.

A ideia do "cego de raiva" e "paralizado de medo" nascem dessa natureza **alienante** do primeiro cérebro que simplesmente *toma conta* da consciência num padrão de "botão de pânico" e "modo de emergência" no qual ele simplesmente **precisa agir e responder**.



Este cérebro base, é onde o sangue e a coluna encontram a estrutura cerebral, entendendo que o resto do cérebro (que é o que nos faz *Homo Sapiens Sapiens*) nasceu *a partir* do **Reptiliano**. Criando uma situação onde, enquanto o C1(Instinto) estiver verdadeiramente ativado, é impossível acessar os recursos ou operar pelo C2(Emoção) ou C3(Razão).

Essa **Auto Alienação** que origina essa relação de superidentificação é facilmente entendida na sua inconsciência quando pensamos no homem bêbado no bar que, quando esbarra em alguém que não o viu, reage e grita "*Você tá louco? Tá querendo me derrubar?*". Ou seja, o estado de inconsciência do homem o faz dar um significado a mais a uma experiência exterior, trazendo um aspecto de "eu" para uma situação onde o "eu" não existe.

A reação e significado nasce da sua inconsciência, não da realidade. O funcionamento da distorção identitária é a mesma, com o ajuste que neste caso, estamos bêbados de descargas emocionais e hormonais.

trauma, abuso, culpa, merecimento

Essa é também uma das origens da já citada ***Espiritualidade Distorcida*** onde há a criação de uma justificativa exterior e corporal para os traumas que nos aconteceram já que, enquanto seres humanos, temos a profunda necessidade da *Busca do Sentido* e a da construção de uma moral pessoal e um senso de *Ser e Destino* como veremos mais à frente (*S 4*).

Essa superidentificação identitária também não deve ser confundida com conexão ou presença corporal saudável, porque é na verdade uma inversão do processo de consciência do corpo onde o físico dita o caminho, as limitações e o funcionamento da consciência baseado num passado de traumas e tensões, enquanto que o movimento de saúde é o exato inverso pautado na presença e no presente como vimos na *Figura 1*.

Na saúde, o contexto identitário do corpo deixa de ser o que ***somos*** se tornando um veículo de expressão dos nossos valores, objetivos e visão no agora. Um corpo saudável é um corpo que serve aos propósitos e rotina de vida daquele que o habita. De tal forma que se o corpo não é capaz de suportar, viver e expressar a vida, objetivos e valores daquele que o habita, há aí uma desconexão.

Em relação às crises, traumas e problemas, a mudança de percepção da saúde é que o que acontece de bom e ruim no corpo são resultados de acontecimentos e experiências externas além do nosso controle, mas não são crises que acontecem conosco enquanto seres identitários.

Abandonamos o passado traumático e a ideia de um corpo que dita o emocional, mental e espiritual para o desenvolvimento de uma presença e um desapego corporal pautado pelos nossos valores e consciência.

Essa mudança de percepção em relação ao corpo é o que permite o estado de amadurecimento e saúde antes descrito onde *há a capacidade de lidar com fracassos, frustrações e crises* pois existe uma separação entre o que acontece com o meu corpo e suas limitações e minha percepção de valor e segurança de quem eu sou.

Da mesma forma que eu abandono *as crenças da Espiritualidade Distorcida (S 4)* que, em sua estrutura psicológica e emocional são conceitos que mascaram uma relação infantil com vida, onde a criança fica a mercê da visão externa (dos pais) para o referencial de significado, decisões e - em última instância - irresponsabilização pela própria vida.

Em última instância, devemos também considerar o tratamento, hábitos e relação que construímos com o corpo e o que isso implica no contexto identitário.

Principalmente quando abusamos, distorcemos, maltratamos e “escravizamos” o corpo dentro de contextos de vícios e maus hábitos descritos na seção a seguir. Porque neste contexto estamos fazendo isso com nós mesmos enquanto seres identitários, no contexto de que acreditamos e vivemos inconscientemente nessa percepção do corpo como o ser.

O que leva à segunda função do corpo no valor de **experimentação** ou percepção do mundo.

2.2 O Corpo Perceptivo e a experiência Sexual

O Corpo Perceptivo serve a função de ferramenta de interação com o mundo, na condição de veículo que habitamos para a construção e concretização de nossas visões, objetivos e servir a nosso modelo de vida.

através da qual provamos, recebemos, fazemos, sentimos e experimentamos todo o rol de experiências, sensações e sentimentos que compreendem a experiência humana.

Essas experiências e sensações podem facilmente ser agrupadas em três grupos de experiências físicas: **Dor, Prazer e Neutralidade**.

O *adulto saudável* que vive o aspecto funcional dessa função no corpo, dentro da ideia do amadurecimento que lida com as crises e frustrações da vida em sociedade, não só experimenta cada uma dessas três dimensões de experiência, dando o peso adequado e a resposta necessária para cada uma delas. Como é capaz de manter uma postura de presença receptiva para poder receber, interpretar e responder aos três estímulos.

Entretanto, esse não é o funcionamento do adulto doente quando é confrontado ao longo do dia pelas três experiências. O que acontece na verdade é um processo de antropomorfização dessas experiências num fenômeno que quase extingue as experiências de neutralidade, ainda que seja essas das três a que mais permeia nossas experiências na vida ordinária no que se refere aos estímulos do mundo num vetor fora para dentro.

A chuva, o sol, a noite, o dia, nenhum desses fenômenos exteriores acontecem com um propósito antropomorfizado, assim como fenômenos mais específicos como um acidente, algo que se quebra, um problema cotidiano, o mau humor de uma pessoa próxima e a grande maioria dos acontecimentos num dado dia tem - para nós - um valor que em absoluto é **neutro**, ou seja, não tem, não pretende e a princípio não poderiam causar impressões de **Dor** ou **Prazer** no corpo.

O que acontece é que, na super identificação identitária com o corpo e na *desorganização perceptiva* causada por esse primeiro funcionamento doente da função da **identidade** no corpo, juntamente com narrativas e superstições de destino e Deus já citadas, passamos a dar juízo de valor e antropomorfizar os fenômenos externos e acontecimentos de um dia comum, atribuindo valores positivos e negativos de **Dor** e **Prazer** à situações que de outra forma seriam apenas neutras.

Além disso, dentro dos efeitos negativos do *Paradoxo da Modernidade* fomos condicionados e acostumados a anestesiar qualquer sensação negativa com estímulos de prazer artificiais. Não entendendo o **Prazer** como uma expansão de vetor contrário da **Dor**, mas nocivo em igual medida, a sociedade moderna se construiu em volta da busca obsessiva dessa sensação, em detrimento de tudo e todos, inclusive da própria saúde, satisfação e felicidade.

Confunde-se felicidade com excitação, satisfação com prazer e realização com a anestesia dos sentidos. Isso é atingido através de uma sequência sistemática e alternante de experiências e estímulos

sensuais ao longo do dia na forma de uma alimentação industrializada marcada pelo açúcar, gordura, sal e compostos artificiais, pelos estímulos mentais de entretenimento, sexo, violência através do conteúdo assistido e pela substituição dos relacionamentos interpessoais profundos - que seriam naturalmente limitados pela própria natureza única dessas relações - por relações virtuais em escala pautadas em ego, aparência e interações rápidas.

Soma-se a isso o uso do mais variado rol de substâncias e aromas lícitos e ilícitos como a cafeína, a nicotina e muitos outros. Colocando o Ser Humano numa ***Escravidão Hormonal*** que nada mais é do que a sistemática, obsessiva e constante busca pela Dopamina, Serotonina e Ocitocina artificiais, num "vício alternante" análogo e muitas vezes pior que o comportamento de um viciado em drogas ou de um alcóolatra, que apenas é mascarado pela multiplicidade das substâncias e sua variação.

As consequências e impactos disso, que vão desde os impactos diretos que o excesso do uso de qualquer uma dessas substâncias pode trazer na saúde até mudanças nos ciclos hormonais, ciclo circadiano, energia e vitalidade como um todo, são muito maiores e profundas do que apenas físicas quando consideramos o aprofundamento da infantilização emocional e mental que pode ser causada por esse funcionamento de recompensas de longo prazo sem trabalho, esforço e paciência nenhuma.

O fenômeno que essa "sociedade da auto satisfação" cria a partir dessa profunda desconexão com o corpo, seus ciclos naturais e a busca incessante do **Prazer** é uma sociedade de adultos com um comportamento patológico "mimado" eternamente insatisfeito, ansioso e confuso com o excesso de opções, estímulos e possibilidades oferecidas para seu entretenimento.

Essa infantilização das relações e expectativas perante a vida, cria uma geração de adultos isolada, introvertida, incapaz de criar relações ou contribuições de longo prazo, com expectativas e desejos irrealistas e doentamente idealizados, com um senso de superioridade e merecimento inato que não tem nenhuma raiz na realidade de suas vidas.

Nem é preciso dizer que a criação, estímulo e manutenção dessa verdadeira massa de manobra que oscila entre os comportamentos arquetípicos do zumbi, do robô e de um animal é uma atividade de valor econômico profundo para toda sorte de indústrias, empresas e negócios dos fármacos, ao entretenimento, à alimentícia e muitos outros.

Da mesma forma, nasce, de dentro dessa matrix da doença, uma proposta de desenvolvimento e trabalho psicológico / emocional análogo a "manutenção da linha de montagem" onde o objetivo não é a saúde e o desenvolvimento mas a funcionalidade dentro do modelo disfuncional que pode ser dividida em duas linhas, igualmente disfuncionais e pautadas pela anestesia ao invés da consciência, pelo exterior e a justificativa dos traumas e mergulho nas narrativas ao invés da neutralidade e reconquista de uma identidade que independe do corpo.

Utilizaremos aqui referências da psicologia clássica para o entendimento do teor e funcionamento dessas linhas de tratamento disfuncional, sem querer inferir ou afirmar que as referências clássicas estejam contidas nessa disfunção, muito pelo contrário, o que pauta a disfuncionalidade dessas propostas de desenvolvimento é seu resultado final e estrutura estimuladora da neurose, e não o teor específico dos métodos implementados.

Na sua essência, são ambas propostas infantilizadoras e paternalistas que não conduzem o Ser Humano a um estado de amadurecimento saudável, mas o mantém na estrutura de referências

externas, narrativas e desconexão sendo que a primeira incorpora essa estrutura num modelo mais marculino / racional / paternal e a segunda num modelo mais feminino / emocional / transcendente.

A primeira é a que se assemelha mais a uma psiquiatria Freudiana e racional, altamente pautada em diagnósticos de doenças e disfuncionalidades com o uso de remédios controlados, e de um diálogo narrativo de "prisão nos traumas e na biografia" onde o cliente nada mais é do que uma indefesa criança a mercê do que ocorreu na sua própria biografia e que na melhor das hipóteses se tornará um neurótico medicado e funcional.

A segunda é a que se assemelha a uma psicoterapia Junguiana transcendental, altamente pautada num estudo do sentimento, da experiência sensorial, da busca de um caminho alternativo e de uma verdade que só pode ser percebida mas não compreendida pelo aspecto racional, não raro associada a uso de psicoativos, experiências de transcendência, técnicas orientais e ao desenvolvimento de algo que foi chamado por Chögyam Trungpa Rinpoche de "Ego ou Materialismo Espiritual" onde o buscador se sente cada mais santo e desconstruído no seu caminho mesmo sendo apenas uma versão "suavemente neurótica" do primeiro caminho.

Todas essas experiências, que contribuem para composição do modelo de **Normose** de Pierre Weil, Roberto Crema e Jean Yves Leloup que será apresentado mais à frente, por mais distintos que pareçam em sua superfície não passam de uma grande miríade de variações da postura e mentalidades infantis do *adulto doente* de "não querer sentir o que estou sentindo"; "não querer viver o que estou vivendo"; "não querer passar pelo o que estou passando"; características centrais da distorção da função de **Experimentação** da desconexão com o corpo.

E que contribuem para a incapacidade de lidar com o *fracasso, as frustrações e as crises*, naturais e esperadas na vida funcional na sociedade.

2.3 O Corpo Funcional e Ponto de Equilíbrio Social

A terceira função do corpo é no valor de estratégia de **funcionamento** ou de veículo para criação de equilíbrio na experiência da vida. Que dentro do estudo da desconexão e distorções das funções do corpo no *adulto doente* se torna na verdade a construção de um ponto de equilíbrio disfuncional na relação com o mundo, o trauma e as tensões.

Quando Alexander Lowen expande o trabalho de Wilhelm Reich no que veio a se tornar a análise bioenergética das couraças musculares, dentro do conceito do processo de mielinização, ainda que sem o conhecimento refinado do processo de Cognição Corporificada descrito por Vittorio Gallese e George Lakoff; o que ele descreve é nada mais nada menos do que *as adaptações e a construção de Pontos de Equilíbrio Sociais disfuncionais no corpo para o enfrentamento do trauma e da neurose no homem*.

De maneira simples, podemos dizer que, a partir de uma superidentificação com o corpo, uma assimilação do trauma como parte da história de quem nós somos e uma obsessiva e sistemática busca exterior por prazer, nosso corpo se "deforma e se modela" em padrões pré estabelecidos de neurose e doença numa tentativa de nos proteger e prover o que aparentemente nos falta.

Ou seja, o corpo que teria função de ser o veículo sensorial para realização do meu desenvolvimento, visão e objetivos no mundo se torna uma prisão de funcionamentos neuróticos que foram somatizados numa tentativa de obter o que faltou na experiência infantil e de desenvolvimento.

Outro ponto importantíssimo para o entendimento deste processo - e da visão do Quinto Caminho sobre o desenvolvimento humano e as estratégias para o processo de crescimento do adulto saudável - é que esses traumas e experiências de falta infantil que resultam no corpo disfuncional em busca de equilíbrio acontecem já durante a gestação e - em seu limite - até os 6 anos de idade, fim da fase fálica segundo o desenvolvimento psicosexual Freudiano e início do estado latente.

Somado a isso, estão os contextos familiares e psicoemocionais do que comporá as memórias da primeira e segunda infância, resultando na *Normose familiar*, somada a *Normose social* que será descrita na próxima seção, e também os acontecimentos biográficos, o trauma e o desenvolvimento do Ego e da personalidade.

O que significa, que já antes mesmo do início do que hoje é chamado de "adolescência", todas as adaptações disfuncionais dos biótipos de Lowen, as neuroses adquiridas do meio, o Ego e as psicodinâmicas da personalidade, já estão estabelecidas no funcionamento do Ser Humano doente, criando uma verdadeira impossibilidade para a construção de um amadurecimento saudável e - aí sim - uma relação de *destino*, não com as determinações e visão de leis e de uma Inteligência Superior, mas com a repetição eterna das experiências somatizadas de trauma, falta, contração e expansão da infância. Criando um verdadeiro conjunto de doenças e "pilotos automáticos" do Ego e fechando o processo de desconexão do Corpo, que se antes - no seu modelo saudável - funcionaria como uma verdadeira ferramenta de libertação e realização de um propósito maior, especialmente no que tange a satisfação das três *Necessidades Milenares*, agora se tornando a prisão e a materialização das neuroses somatizadas do ego e do seu funcionamento.

Esse novo corpo doente, entre funcionamentos automáticos e disfunções nascidas da distorção da experiência sexual perceptiva e uma super identificação, funciona como uma estratégia distorcida nascida da doença, mas com os objetivos de preencher suas faltas e compensar por aquilo que lhe parece faltar, se tornando um *Ponto de Equilíbrio Social* disfuncional onde ao invés de ser quem sou e experimentar o que acontece comigo, vivo na tensão desesperada de tentar controlar o que não controlo, mudar quem sou e me encaixar em dinâmicas doentes do meu passado que projetei no meu presente e no meu futuro.

Esses "pilotos automáticos" e somatizações da neurose são os que se tornam, com o tempo tempo, muitas vezes na terceira década de vida em diante, as doenças, dores e problemas, resultados da excessiva somatização e insistência nesses padrões de *destino* que vem desde a primeira infância.

Isso, somado aos fenômenos e experiências do *Paradoxo da Modernidade* é o que tem construído, ano após ano, a geração mais doente, medicada, neurótica e patológica de toda nossa história num momento que o acesso ao conhecimento, a ciência e aos diferentes métodos de saúde, prevenção e longevidade deveriam estar criando o exato oposto.

Novamente, o modelo econômico de tratar o efeito e não as causas, numa eterna batalha contra as doenças, ao invés da busca da saúde e da consciência, cria um profundo conflito de interesse das diversas indústrias, negócios e empresas envolvidos com a saúde e o tratamento de doenças para mudarem este paradigma.

Felizmente, o que parece ser o problema persistente torna-se também o caminho para a solução, como será demonstrado até o fim deste artigo, onde utilizamos os biótipos de Lowen, as disfunções e desequilíbrios do corpo desconectado e até mesmo os padrões de somatização das doenças como uma porta de entrada para o entendimento da anatomia e funcionamento do ego específico do Ser Humano analisado em questão, trazendo luz e insight para o exato funcionamento e tipo de tratamento necessário para aquele específico padrão de disfunção usando os princípios da Neuroplasticidade, da recriação da Consciência Corporal e dos processos de saída das psicodinâmicas do Ego através do que aqui foi referido como o "*processo de desenvolvimento do adulto saudável*" que serão descritos nas próximas sessões.

3. A Falta da Maternagem, a Perda da Infância e o Movimento Interrompido no Desenvolvimento Sexual

Ainda dentro das disfunções dos malefícios criados pelo *Paradoxo da Modernidade* como bloqueios ao desenvolvimento do *adulto saudável*, é importante definir e entender o fenômeno que será aqui definido como o *Movimento Interrompido no Desenvolvimento Sexual* causado pelo contexto moderno de *Perda da Infância* e a *Falta da Maternagem* no que tange ao desenvolvimento da criança e a criação dos instrumentos mínimos necessários para o movimento do *adulto saudável* de "abandono" das questões, traumas e contextos da infância em direção a sua inserção como membro funcional e confiável da sociedade em busca das três *Necessidades Milenares* que compreendem essa nova existência madura.

Nas sessões que seguirão, vamos delinear, entender e endereçar as diferentes experiências e estruturas das **Experiências Formativas**, do **Ego**, das **Dinâmicas da Personalidade** e suas possíveis soluções no processo de cura do Quinto Caminho. Essa abordagem e análise é personalizada e única para cada indivíduo exposto ao processo do método, razão criadora da necessidade da junção dos diferentes métodos de estudo do corpo, da personalidade, das neuroses e das psicodinâmicas numa mesma estrutura sistemática e pragmática que fosse capaz de responder a multiplicidade de possibilidades de contextos e disfunções de quem a ela fosse exposta.

Sendo que, independente do padrão da disfunção, todo o processo disfuncional nasce do primeiro malefício aqui descrito da **Desconexão com o Corpo**.

Já no caso do *Movimento Interrompido no Desenvolvimento Sexual* que aqui será descrito, existe também uma conjunção de universalidade da sua atuação em todos os tipos de **Ego** e **Experiência Formativa**, mas por um motivo distinto.

Como aqui será exposto, a raiz da universalidade do fenômeno da *Perda da Infância* e *Falta da Maternagem* está contida não numa situação estrutural que a coloca num lugar comum para toda experiência humana, mas numa situação *contemporânea* que a coloca num lugar comum para todas as experiências formativas de imprinting humano dentro do contexto específico do *Paradoxo da Modernidade* que vivemos nas últimas décadas.

Entretanto, antes de analisarmos a exata natureza dessa disfunção e o que a perda e atrofiamento dessa área no desenvolvimento do *adulto saudável* significa, é importante definir e qualificar o que aqui é referido como *Maternagem* e como *Sexual* especialmente no que visa demonstrar suas

universalidades para a experiência humana contemporânea e a suas escassezes e disfunções sistêmicas e generalizada no momento em que vivemos.

Primeiramente, é necessário compreender a **Maternagem** não como apenas a boa relação entre mãe e filho que provê tudo que a criança precisa para seu desenvolvimento, mas sim no contexto social e ambiental que a criança viverá na primeira e segunda infância *enquanto* passa por seu processo de desenvolvimento emocional, mental, sexual, espiritual.

Nesse contexto, podemos compreender a experiência de uma **Maternagem** mais abrangente como as experiências e contextos que compõe as possibilidades da criança poder se expressar e ser aceita por ser quem é, poder se relacionar com outrem, errar, acertar e ser corrigida com amor, sem repressão e trauma, observando e se inserindo nos contextos sociais da família e da comunidade sem imprints de desvalorização e incapacidade.

Isso compreende primeiramente a mãe sim, mas compreende os pais, seus relacionamentos, os modelos e referências de adultos - homens e mulheres - ao redor e seus funcionamentos, a comunidade, a escola, a cidade nas quais a família está inserida e seus contextos de valores e de funcionamento psíquico-emocionais.

Certamente que a ideia de que uma criança terá acesso a todos esses recursos e experiências em dinâmicas de saúde por um período tão longo quanto a totalidade da sua primeira e segunda infância não só é idílico e irreal, como não é a ideia aqui proposta. É certo e até desejável que se encontrem traumas e desafios nos processos de desenvolvimento, tentando sempre buscar a saúde nas abordagens de como lidar com eles.

Também não proponho aqui, em nenhuma possibilidade ou análise, que antes da chegada da **Modernidade** aqui descrita isso era possível em sua totalidade nas comunidades humanas, numa espécie de *fugere urbem* nostálgico como um clamor de retorno aos tempos áureos.

O objetivo desta definição "idílica" no entanto é demonstrar por meio do contraste o quão diametralmente oposta e nociva é a experiência de **Maternagem** nos lares modernos, mesmo em famílias estruturadas que tenham pais e filhos em dinâmicas mais saudáveis que a média.

Especialmente porque a falta de um ambiente mais positivo para a experiência e desenvolvimento da criança se enraíza em motivos e conceitos que vão além do controle dos pais e toma um formato *estrutural*. A mudança da rotina de trabalho no pós guerra e especificamente nos últimos 40 anos onde ambos os pais trabalham, onde a experiência educativa e de desenvolvimento da criança sai do âmbito da família e é transferido para os âmbitos sociais e da escola criou uma situação onde mesmo pais engajados e disponíveis passam uma quantidade de tempo substancialmente menor com seus filhos em relação às gerações anteriores.

Além disso, a expansão do modelo de vida urbano, com a violência, desconfiança, a quebra do sentimento e a vida de comunidade, assim o afastamento geográfico dos micronúcleos familiares (pai, mãe e filho) do macronúcleo familiar (avós, tios, primos) criou, para além disso uma perda de um sentimento identitário tribal e comunitário profundo que marcou todo o desenvolvimento e história da humanidade. Isso sem nem mesmo considerarmos o expressivo número de divórcios e estruturas familiares alternativas, que - sem nenhum juízo ou análise de valor - também aumentam a dificuldade prática da existência e inserção da criança nesses ambientes de comunidade e de tribo.

Mais do que a relação pai e mãe, a referência de um relacionamento - saudável ou não - e a vida da família, os contextos de comunidade e de tribo são um ensaio da vida social futura, da inserção nos contextos profissionais e sociais da comunidade e na capacidade de eventualmente construir ou fazer parte da sua *própria* comunidade/tribo, com referenciais saudáveis do que é a vida humana em comunidade, com suas diferenças, modelos e problemas.

A transformação do moderno *Homo Sapiens Sapiens* num ser introvertido, medicado, neurótico, isolado e infeliz não é surpreendente neste contexto. Pois este novo ser aparentemente superior, munido da tecnologia e os recursos inimagináveis da *Modernidade*, é na verdade um Ser Humano que perdeu o senso de Humanidade enquanto uma tribo, que foi, pelos últimos 20 mil anos, nosso única, verdadeira e maior vantagem evolutiva em relação ao resto da natureza.

Tal qual a anedota do filhote de Águia perdida que acaba num galinheiro e se esquece de como voar, o homem moderno é um Ser que perdeu a verdadeira essência do que significa ser **Humano**.

Essa falta universal do nosso tempo é o que pode ser chamada da *Perda da Infância* e a *Falta da Maternagem* não como uma experiência pessoal e biográfica, mas como uma experiência social, universal e *contemporânea*. Que marca o homem moderno como um ser carente e sedento por conexões, comunidades e humanidade, mas que é incapaz de fazer o movimento de buscá-la exatamente pela falta de qualquer referencial ou experiência formativa que o permita ter recursos internos para fazê-lo.

O resultado direto disso é um adulto que tem conexões pessoais a partir dos seus relacionamentos românticos, através das relações profissionais, pelo legado de relações da adolescência e infância, mas que essencialmente é um ser só, que só consegue construir relações em contextos práticos e que mesmo assim tem uma dificuldade profunda na criação de intimidade ou de relacionamentos profundos mesmo de amizade, e que não pertence de fato a tribo nenhuma.

Criando uma incessante busca pela conexão e pelo amor - *eros* e *philia* - que está fadada ao fracasso, pela incapacidade estrutural e falta de referências para a construção dessas relações, mesmo quando frente a frente com alguém que poderia constituir parte de uma tribo conosco.

Essa falta e busca mal sucedida, joga o *adulto doente* nas mesmas narrativas, histórias e pontos disfuncionais de equilíbrio descritos na *Desconexão com o Corpo*, com uma variação de tom, intensidade e tipo de reação de acordo com o *Contexto Formativo, Ego e Dinâmica de Personalidade* específica daquele adulto em particular, mas que num pano de fundo geral universalizado vai se refletir num diálogo interno nas linhas de:

"não há ninguém interessante / legal / como eu no mundo"

"o mundo não é mais como era antes"

"os homens/mulheres são todos _____"

"sinto falta de algo na vida, mas não sei o que é"

"gostaria de ter tempo mais para mim, mas não sei o que faria com esse tempo"

Essa desconexão com o corpo, com a tribo, com as relações é um movimento - ou mais precisamente a falta dele - profundo. Que vai impactar todas as áreas desde o senso de identidade, de não saber o que sou, o que gosto, o que quero, o que necessito, se tornando um processo de funcionamento doente e

neurótico de me sentir eternamente despreparado e inadequado num mundo cada vez mais frio e terrível.

As consequências desse **Movimento Interrompido** são múltiplas e com impactos profundos, mas tem como seu centro de falta a perda do **Prazer Real**, da **Alegria de Viver**, dos **Relacionamentos Profundos**, sexuais ou não, e da **Autorealização**. Que é, em seu sentido profundo, psicológico e - na origem Freudiana - a interrupção de um movimento de desenvolvimento **Sexual**, que é a segunda parte deste mal moderno da experiência contemporânea.

3.1 O "Movimento Interrompido" no Desenvolvimento Sexual

A importância do entendimento e definição do efeito do **Movimento Interrompido** na experiência e desenvolvimento do *adulto doente* vai muito além da perda da comunidade e da tribo. Nesta perda de identidade e de quem sou, perco a conexão com tudo que compete as minhas vontades, necessidades e desejos reais.

Sendo que *reais* nesse contexto é o que eu de fato sinto, busco e tenho como necessidade e não o que me foi imputado ou que foi adquirido nos contextos **Normóticos** sociais.

Na sua desconexão corporal, e na desconexão com o senso de comunidade da **Infância Perdida** o *adulto doente* não só não sabe quem é, o que quer, o que sente e o que busca, como não sabe como acessar essas informações e vive numa situação ambivalente infantil de conflito entre **o que eu acredito que eu DEVO fazer porque assim me disseram / e a confusão de não saber o que eu QUERO fazer porque não sei quem eu sou.**

Mesmo em **Egos** e **Dinâmicas de Personalidade** que tenham, como tendência do seu funcionamento neurótico, a necessidade de realização, sucesso, ação e até uma aparente necessidade de auto satisfação, com um olhar mais próximo descobrimos que mesmo esses movimentos que podem aparecer como buscas da realização da identidade e do prazer são na verdade as mesmas estratégias disfuncionais e desconectadas citadas na seção 2.3 "**O Corpo Funcional e Ponto de Equilíbrio Social**", mas com um teor moral e aparência de realizador, como veremos mais à frente na seção dedicada a estas dinâmicas e movimentos.

O resultado de toda essa desconexão e perda identitária é na realidade a perda do **Prazer Real** e da **Sexualidade** enquanto experiências psicológicas, físicas e emocionais, tal qual o biotipo **Rígido** de Lowen/Reich no qual a necessidade de me *apresentar* como um Ser adequado, atrativo, bem sucedido e adaptado se estressa a um nível obsessivo onde *ser percebido* como um Ser sexualmente satisfeito dentro dos padrões e referenciais sociais é o único foco, em detrimento de nos satisfazermos e nos tornarmos sexualmente realizados dentro de nossos padrões e referências sociais pessoais. Criando uma experiência contrária de desconexão com **Prazer Real** e a **Sexualidade** substituído por uma tensão de se apresentar como e de viver como. Novamente, como no caso da **Maternagem e Perda da Infância**, não como uma experiência formativa específica para um biotipo específico, mas numa situação **contemporânea** comum como sociedade dentro do contexto específico do **Paradoxo da Modernidade** que estamos vivendo.

Essa sociedade **Sexualmente Frustrada**, se materializa num início de movimento com uma busca obsessiva, sistemática e incessante pela satisfação artificial e os estímulos hormonais, como definido

na seção 2.2. "*O Corpo Perceptivo e a Experiência Sexual*", essa busca pelo **Prazer** físico e todas as suas consequências funcionam neste contexto como substituições externas, superficiais e vazias do **Prazer Real, Alegria de Viver, Relacionamentos Profundos e Auto Realização** que o processo de desenvolvimento saudável podem proporcionar.

Isso se manifesta, exteriormente no que tange ao corpo e as experiências sensuais, numa busca incessante por um corpo sensualmente sedutor que se manifesta num padrão de beleza **Rígido** (no padrão Lowen/Reich) associado a um culto obsessivo de busca pela juventude, a virilidade, a vitalidade e a performance sexual.

No arquétipo masculino isso se manifesta na busca por um corpo musculoso, tenso e que performa, associado a padrões de humor e comportamento dentro do arquétipo de um "*macho alpha*" provedor, menos num contexto de um guerreiro que protege fisicamente sua mulher e sua ninhada, mas mais no contexto do governante que apresenta a virilidade sexual e a capacidade para a violência protetiva, mas que materializa seu poder no sucesso profissional, no status social e na alta oferta de possibilidades sexuais enquanto "modelo atraente ideal".

Soma-se a esses arquétipos também, uma **contracultura normótica** nos moldes psicológicos materialistas desse "*macho alpha*" governante numa resposta pós contracultura americana Vale do Silício-Nova Iorque onde não só é interessante prover e ser um sucesso profissional e social, mas é necessário também a integração de um novo tipo de espiritualidade e intelectualidade rasas, totalmente estruturadas no modelo **Rígido** do *parecer* ao invés de *ser*, onde há quase que uma síntese *Ateniense-Espartana* do guerreiro intelectual e consciente mas que se materializa na verdade na mesma experiência artificial do **Movimento Interrompido** onde eu me direciono à, mas não consigo realizar, experienciar e desfrutar de fato a experiência buscada.

Nesse contexto, observamos o uso da meditação, da yoga e outros conceitos e ferramentas orientais, do exercício e experiências físicas, do desenvolvimento humano dentro dos moldes pseudo Freudianos e pseudo Junguianos também descritos na seção 2.2 *O Corpo Perceptivo e a Experiência Sexual*", e do uso de remédios controlados e drogas psicoativas para modulação química e busca de experiências além das tensões e confinamentos das frustrações sexuais do funcionamento **Rígido**.

Esse funcionamento, nada mais é do que a materialização de um funcionamento pendular compensatório onde eu *sinto, analiso, entendo*, mas não *experiencio, desfruto ou vivo*. Essa separação entre o *sentir-sentimento* e o *experienciar-desfrute* se materializa nesse funcionamento racional, reprimido e frustrado mas que quando se libera, o faz num contexto exagerado e disfuncional, numa "*transcendência histriônica*" caracteriza pelos usos de substâncias, alegria forçada/distorcida e exagero na liberação da tensão.

Já no arquétipo feminino isso se manifesta na busca de um corpo ambivalente que apresenta os traços sedutores e sensuais do convite à possibilidade de reprodução numa tendência quase de quebra moral, mas que é imediatamente contrabalanceado e reprimido pela busca de uma inocência infantil, pureza moral e desinteresse sexual gerando uma relação de prêmio a ser conquistado. Associado diretamente também a busca doentia da juventude numa obsessão neurótica raivosa com o envelhecimento, a passagem do tempo e o amadurecimento, numa relação materialista quase de "bem de consumo" a ser protegido, preservado e que tem "data de validade" com a jovem mulher dentro desses padrões.

Essa esquizofrenia corpórea se reflete também nos arquétipos psíquico-emocionais associados onde - no ideal doente desta sociedade ***Sexualmente Frustrada*** - um homem provedor / governante com todas as características da maturidade, mas que na verdade deve apresentar virilidade e vitalidade juvenil, busca uma mulher jovem inocente / sedutora que traga toda a pureza, desinteresse e juventude de um ser ainda em desenvolvimento, mas de quem é esperado, na verdade, uma atitude dominadora, masculina e poderosa de ***femme fatale***. Na criação de uma relação de ***Anti-Maternagem*** distorcida, onde a mulher representa fisicamente uma parceira sexual e reprodutiva e emocional e psiquicamente como uma mãe masculina, provedora de afeto e capaz de dominar o homem que, em todas as outras instâncias se apresenta como dominador.

Para confirmar a existência e funcionamento destas propostas arquetípicas doentes de uma sociedade que reprimiu o ***Prazer Real*** e interrompeu o ***Movimento do Desenvolvimento Sexual*** saudável basta assistir os filmes, séries, vídeos e conteúdos consumidos pela sociedade hoje.

No sentido mais profundo de um ***Mitologia Distorcida*** no que Joseph Campbell definiu como *a função do Mito numa cultura e sociedade* e no que Nietzsche se refere quando afirma "E o homem, em seu orgulho, criou Deus à sua imagem e semelhança." onde criamos e recriamos histórias para lidar com as nossas próprias neuroses e frustrações. Usamos as histórias como mecanismos de superação e enfrentamento para elaborarmos as neuroses dessa frustração sexual.

Um exemplo simples e direto é a fixação atual da sociedade em dois tipos (a contração e a expansão) do homem ou mulher liberto das repressões sexuais e das convenções sociais nas histórias de super heróis e de *serial killers*. Sendo que na primeira, temos uma clássica experiência de uma infância ideal normalmente brutalmente interrompida pela violência de um mundo exterior, mas que é respondida por um protagonista que desenvolve super poderes e é capaz não só de responder em igual medida ao mundo exterior, mas é eventualmente capaz de mudá-lo. E na segunda temos normalmente um protagonista que vem de um lar quebrado e uma experiência infantil cruel e destrutiva mas que se liberta de uma prisão moral e social e se vinga do mundo e de seus captores porque simplesmente não aceita a repressão sexual das suas vontades e desígnios. Dois lados da mesma moeda, esses são apenas alguns dos exemplos de como perpetuamos e recriamos as dinâmicas no que tange a criação de arquétipos ideais que definam os valores distorcidos, frustrações reprimidas e neuroses de uma sociedade que matou o ***Prazer Real*** na busca do ***Prazer*** constante e que criam arquétipos distorcidos, masculinos e femininos, numa tentativa desesperada de recuperar uma ***Infância Perdida*** e uma falta profunda de uma ***Maternagem*** que não sente que recebeu.

Esse trauma social generalizado e essa experiência contemporânea são a pedra base de uma infinidade de dinâmicas, distorções, problemas e fixações sociais como dependências químicas, distúrbios de imagem e psicológicos, depressão e muitos outros. Esses são apenas alguns exemplos de quando essa neurose social se encontra com o trauma pessoal e se estressa ao limite da somatização e disfunção doente. Mas talvez até mais preocupante que isso seja o efeito universalidade enquanto sociedade do que a perda do ***Prazer Real, Alegria de Viver, Relacionamentos Profundos e Auto Realização*** e até mesmo dos caminhos para obtê-los representa para nossa sociedade ***Sexualmente Frustrada***.

Para melhor entendimento deste fenômeno, vale aqui a definição do que são de fato cada uma dessas experiências que se perderam a partir da nossa neurose social e no que sua perda impacta o desenvolvimento do *adulto saudável*.

3.2 A Experiência do Prazer Real, da Alegria de Viver e o Desenvolvimento de Relacionamentos Profundos e da Autorrealização

Começando pela distinção do **Prazer Real** e a experiência de **Prazer** físico descrita na seção 2.2. *O Corpo Perceptivo e a Experiência Sexual*". Primeiramente, é importante entender que o prazer físico enquanto descarga hormonal e liberação física é - em sua essência - uma experiência de gasto de energia similar, apesar de oposta, a **Dor**.

Enquanto descarga de energia hormonal, o **Prazer** e a **Dor** são experiências de reações físicas a estímulos exteriores e fisiológicos que podem ser cinéticos, químicos, hormonais e que tem, como padrão comum do seu funcionamento, a característica de **começarem no corpo e terminarem na mente e no emocional**.

É a inversão do processo da consciência saudável no sentido que o corpo **registra** e só então nós **sentimos**. Mesmo que essa diferença seja de milésimos de segundo, a estrutura dessa inversão permanece dentro da disfunção de superidentificação com o corpo descrita na seção 2.1. *"Corpo Identitário e a Auto Alienação"*.

Essa estrutura sensível de *sinto e depois justifico* é a origem das narrativas de identificação com o trauma e a história do corpo e tira completamente a autonomia e independência do Ser Humano, distorcendo sua percepção em direção à doença.

Se a experiência do **Prazer** começa no corpo, estou para sempre escravo de qualquer estímulo exterior que o excite, estou à mercê do que quer que seja que aconteça com este corpo e devo eu viver a serviço de atender as necessidades deste corpo, e não o contrário.

Essa inversão de relacionamento, ainda que seja dentro de hábitos e padrões saudáveis, leva a dor e ao sofrimento, assim como a relação infantil com o mundo. A natureza do processo da vida é a variação entre **Neutralidade, Dor e Prazer** não só físicos, mas emocionais e no que nos acontece. A ideia de que só temos **Prazer** e bem estar apenas quando nosso corpo se sente assim é o início de uma longa prisão e escravidão corporal e leva a comportamento de frustração e incapacidade de lidar com os fracassos e destinos que não controlamos na linha da definição do *adulto infantil* da seção 1. *"O Adulto Saudável"*:

O que define a psicodinâmica infantil, em contraste a do adulto, é a falta de referências próprias, de recursos próprios e da auto estima e confiança para de fato escolher com liberdade e lidar com quaisquer que sejam as consequências dessa escolha, sobretudo no que se refere a frustração, o fracasso e os destinos que não controlamos.

Entretanto, o que se analisa na prática é que para além da estrutura de superidentificação que já em si própria nociva, ainda se somam os hábitos e padrões disfuncionais já descritos nas seções 2.2 e 2.3, o que faz com que essa inversão se torne a submissão e escravidão a um corpo doente, com vícios e tensões.

Para além disso, a relação disfuncional com o **Prazer** se torna também uma distorção do que é a experiência da **Alegria de Viver** enquanto estado de Ser e objetivo a ser perseguido. Pois, numa relação de inversão com o corpo de *sinto depois interpreto* a consequência natural é que eu interprete a

alegria e a satisfação com as *fontes externas que me trouxeram maior intensidade e frequência de prazer* sejam essas fontes experiências sensoriais, relações ou pessoas.

Nesse contexto há uma transferência da inversão da relação com o corpo para a fonte externa de prazer, onde eu me torno escravo de fazer o que é necessário para a manutenção dessa fonte externa para realização dessa ideia distorcida do que é a felicidade, a alegria e a satisfação. E essa relação invertida é marcada pelo apego às experiências e suas fontes e a perda da liberdade e da autonomia.

Toda essa dinâmica disfuncional é facilmente observada em grande parte nos relacionamentos amorosos modernos.

Um homem conhece uma mulher, que por sua vez proporciona um estímulo externo de prazer numa intensidade e frequências que é interpretada - em meio a sua superidentificação com o corpo - como alegria e satisfação, daí nascem interpretações e narrativas para justificar e confirmar a busca pela manutenção dessa relação como fonte do prazer, gerando apego. Por qualquer motivo que seja, a deixa de ser funcional, harmonia e troca se transformam em conflito e dor, mas mesmo assim o homem se vê incapaz de desistir, mudar ou fazer algo a respeito. Um processo que poderia se resumir num fim de uma relação que não funciona mais se torna meses de sofrimento, apegos, brigas, exaustão de ambos e eventualmente um fim que, muitas vezes, não compreende finalidade, levando mais apego e um processo ainda mais longo de superação até a eventual desconexão.

O que eventualmente foi uma conexão, na realidade se tornou uma dependência que, mesmo fazendo mal, continuou a ser estimulada por conta de uma relação de apego ao prazer. A impossibilidade de mudança, a demora para lidar com uma situação que já não tem mais outra solução e a dependência mesmo depois do fim da relação acontecem não por falta de consciência ou percepção por parte do homem, mas porque quem conduz e dita o processo é *o corpo disfuncional e doente, numa relação invertida com a consciência de servo mandando no mestre*.

A distorção da percepção e experiência da **Alegria** vai ainda mais longe dentro da disfuncional cegueira do corpo doente que manda, enquanto a consciência super identificada obedece, pois dentro das milhares experiências e estímulos de **Prazer** que são recebidas ao longo da vida, eu crio um *projeto de personalidade* de gostos e desgostos (que terá relação com o **Ego** e as **Dinâmicas** como veremos a frente) e de registros de **Dor** e **Prazer**, mas que não passa de uma casca vazia do que seria uma personalidade consciente, esta é a *personalidade originada no corpo* e influenciada pela **Normose** que me cerca.

Essa é a origem de autopercepções e frases como:

"Não sei porque, mas sigo entrando nos mesmos tipos de relações com pessoas parecidas"

"Parece que vive toda minha vida baseado nas vontades e expectativas de outros"

"Sei que isso é errado mas faço mesmo assim"

Voltando a experiências de auto alienação descritas na seção 2.1 *"O Corpo Identitário e a Auto Alienação"*

Essa sensação de "vida impostora" ou "vida falsa" onde o que eu decido, faço e quero parece ser guiado por vontades e instintos alheios a consciência é simplesmente o resultado da busca pela alegria distorcida pelo **Prazer** e a relação invertida com o corpo.

O que nos leva a definição da saúde, do **Prazer Real** e sua consequência natural, a **Alegria de Viver**.

Que são marcados pelo seu funcionamento oposto na relação corpo e consciência, onde *a consciência, decide, constrói e age em busca daquilo que representa seus valores e visão de vida, e o corpo funciona como ferramenta para realização para as decisões conscientes*. Essa relação de *penso e decido logo ajo* em contraste com a relação doente já descrita pode parecer simplista num primeiro momento, mas na prática é quase impossível dentro do modelo de super identificação com o corpo.

Dessa forma, podemos definir o **Prazer Real** como uma experiência nascida de uma decisão consciente, baseada em valores e numa visão, e que existe além do físico, já que está alinhado com a vida que me representa. Além disso, a possibilidade de experimentar e viver uma vida dentro deste modelo está intimamente ligada também a capacidade de tomar decisões duras que me tiram de situações que não se alinham mais com a minha visão de vida, e mais ainda, de aceitar a **Dor**, os acontecimentos que não controlo, as frustrações e os fracassos. Em contraste a busca infantil, neurótica e obsessiva pelo prazer de curto prazo no modelo doente do **Prazer** artificial.

Nesse modelo, a verdadeira **Alegria de Viver** é caracterizada pelo entendimento e experiência de que existe um alinhamento de consciência no que tange a minha vida e as três áreas: **Trabalho, Relação com os Outros e Relação Consigo Mesmo** onde *eu sou quem eu quero ser* e - num complemento ambivalente da saída da **Normose** - onde *eu quero ser quem sou*, num querer pautado pela profunda autoconsciência, não pelo corpo e onde o *ser* se sobrepõe ao *ter e parecer* na quebra do padrão **Rígido** que interrompe o movimento do desenvolvimento sexual.

E onde isso significa necessariamente ensija uma aceitação madura daquilo que eu não controlo, da dor e da frustração porque ***mais interessa a liberdade e autonomia de uma vida "falha" e real nos meus termos do que as ilusões vazias de uma realidade distorcida***. Nesse sentido, a busca da Autorrealização é uma busca por liberdade e de um retorno a si mesmo em que sou capaz de ser e vivenciar a experiência da minha vida na totalidade de **Neutralidade, Dor e Prazer**, porque entendo que esse caminho ainda é melhor que toda a dor, sofrimento e apego que o modelo distorcido de busca do prazer superficial proporciona.

Um bom exemplo histórico para elucidar e demonstrar esse conceito, é a história - *originada do Talmud e da Kabbalah* - de Nathan de Ghazal, discípulo do Rav Akiva, perto da época de Cristo.

Nathan era o judeu mais rico de toda sua região, e acometeu-se sobre ele uma desafiadora situação em que ele se viu profundamente apaixonado por uma mulher que já era casada. Essa vontade, essa paixão, eram tão grandes e tão contra qualquer possibilidade dentro da lei, que ele se tornou fisicamente doente, exatamente por não poder fazer nada sobre isso. Nenhum recurso que ele tivesse era capaz de entregar a única coisa que ele queria, e nada mais poderia satisfazê-lo. Dessa forma, ele acabou enfermo numa cama, passando seus dias sem conseguir se levantar.

Acontece que, por vontade do Destino, o marido dessa mulher foi preso por não pagar os seus impostos, e não tinha nenhuma capacidade ou possibilidade de se libertar. Depois de muita deliberação e reflexão, este homem - que sabia assim como todos na região que o rico Nathan era apaixonado pela sua esposa - mandou chamar a mulher e lhe disse "Vá até ele e peça o dinheiro para me libertar, faça o que for preciso". A mulher, que não era uma pessoa comum e tinha grande sabedoria, foi até a casa de Nathan ter com ele para pedir ajuda para o seu marido.

Ao ouvir a história, ainda da sua posição enfermo na cama, parecia que a vida tinha finalmente lhe sorrído, ele poderia realizar a sua vontade numa situação que ele mesmo nem tinha tido que buscar. "Eu vou ajudar o seu marido, mas o que você vai me dar em troca?" perguntou Nathan.

Ao que a sábia mulher respondeu "Eu sei das suas paixões e das suas vontades e sim, se o que você quer é estar comigo e esta é a sua condição para ajudar o meu marido, eu vou concordar. Você vai estar quebrando com a lei e com todos os valores, mas eu não vou te impedir. Entretanto tem algo ainda maior que eu posso te dar. Algo que ninguém pode tirar de você, que não acaba e que não vai te tornar um pecador".

Essa provocação misteriosa foi tão intrigante que fez Nathan parar e se interessar por ouvir. "O que é isso que você pode me dar?" ele perguntou .

"Você mesmo" respondeu a mulher. "Se você for capaz de me ajudar, e mesmo podendo me ter e realizar esse desejo que está te deixando doente, você escolher fazer o certo, escolher você ao invés desse seu desejo, toda essa energia, essa paixão que está te consumindo vai se tornar a uma força que dinheiro ou pessoa nenhuma no mundo pode te dar".

E assim aconteceu, e Nathan de Ghazal se tornou um grande sábio, um tzadik, respeitado em toda região pela sua conduta e poder.

Já a mulher sábia, retornou para seu marido e o libertou. Entretanto, mesmo depois de ter sido pela inteligência e capacidade de sua mulher, o marido não conseguia acreditar que ela havia conseguido a ajuda para libertá-lo sem que tivesse cedido sua honra e pecado em seu casamento, mesmo que ela dissesse vez após vez o que tinha acontecido. Assim foi que eventualmente eles se separaram, pois não conseguiam mais estar em paz um com o outro.

E, por acontecimento ou vontade do Destino, ela acabou se casando de novo com Nathan de Ghazal, o sábio que havia negado suas vontades e a ajudado pela pureza de seu coração.

Essa história, que remonta dois mil anos, é um ótimo exemplo da distinção entre o **Prazer**, o **Prazer Real**, a falsa satisfação e a busca da **Alegria de Viver**. A ideia de um homem "doente pelas vontades do corpo" que tinham um sentido sensual, mas quebra com seus valores é a perfeita metáfora para grande parte dos hábitos e vida do homem moderno. A escravidão da inversão com o relacionamento com o corpo é a marca da sociedade em que vivemos onde ***eu faço o que me faz mal, perco meu respeito por mim por fazê-lo, mas continuo fazendo***, onde o preço para uma vida anestesiada de evitar a **Dor** e buscar o **Prazer** artificial é a nossa própria identidade e essência.

Da mesma forma, a ideia de que a busca pela alegria e satisfação passa por superar os grilhões do corpo, pela dor e pelos desafios, numa busca pela **Liberdade e Autonomia** como a verdadeira **Autorrealização** é o significado aqui definido para a verdadeira busca e construção de um **Alegria de Viver**.

Nesse contexto, precisamos também definir e desenhar o impacto que esses movimentos saudáveis representam para a construção dos **Relacionamentos Profundos** e em contraste o que sua distorção doente tem de impacto na sociedade enquanto fenômeno **contemporâneo**. Dentro do **Paradoxo da Modernidade** um dos maiores males do impacto da tecnologia enquanto ferramenta de interação

humana é - para além dos fenômenos da *Falta da Maternagem e Interrupção do Movimento de Desenvolvimento Sexual* - da perda do contato humano, da experiência da convivência, da construção das trocas genuínas e do estabelecimento de confiança em novas relações.

Nos transformamos em seres anti sociais e introvertidos que terceirizaram a construção das conexões e das relações para uma sombra digital vazia, numa tentativa de evitar as dores e os desafios que esse processo compreende. Enquanto isso, na vida emocional e pessoal, a carência se torna cada vez mais profunda tanto por conexões fraternas quanto românticas.

Enquanto isso, o corpo anestesiado, mas profundamente carente do toque, da presença e da conexão real substitui as experiências de amor por comida, bebida, sexo e outras substâncias e estímulos químicos na desesperada tentativa de suprir sua falta de alguma forma num movimento nas linhas do que foi descrito na seção 2.2. "*O Corpo Perceptivo e a Experiência Sexual*".

Esse contexto - sem nem mesmo necessitar da análise mais profunda do **Ego** e das **Dinâmicas da Personalidade** e suas atuações nos relacionamentos - já cria um contexto *estrutural* de doença que impede qualquer relação de se aprofundar e se desenvolver na saúde. Novamente, observamos a dinâmica da criação de uma relação para satisfazer as necessidades do corpo. Essa estrutura de relação que é, em última instância, utilitarista e vazia, dificulta e muitas vezes impede as trocas positivas e o crescimento.

É muito comum observamos nesse contexto uma dinâmica ambivalente, onde eu só me relaciono com quem eu já conheço, reinterpretando as mesmas dinâmicas e disfunções da relação que podem ser legadas de anos, e qualquer pessoa nova que entre na minha vida tem valor apenas enquanto existe a novidade, caindo no vazio das interações superficiais em seguida. Novamente, a dinâmica toma uma psicologia infantil onde o meu prazer, as minhas relações e meus objetivos imperam, onde eu tenho medo de me abrir, me machucar e só o conhecido e seguro é confiável.

Neste contexto, *o outro não existe*, ele é um espelho, uma dinâmica interpretativa da minha neurose onde, com muita sorte, a conexão real e a confiança é como um parente distante que visita a relação esporadicamente, enquanto vivemos um drama humano, uma dança onde eu interpreto as minhas neuroses e você interpreta as suas. E nessa *danse macabre* ditada e embalada pela música do corpo e das suas frustrações vamos nos machucando enquanto nossa vontade e nossas dinâmicas permitirem.

Nesse sentido, no que tange os relacionamentos românticos e o apego, observamos um triste fenômeno em que *a doença não pode gerar a saúde* mesmo que tenha como pano de fundo o amor e uma conexão. Mais do que só a busca distorcida pela resolução das carências e alguém que tope dançar a dança distorcida da minha neurose, a falta da saúde implica que nós mesmos não somos capazes de oferecer o que um ser saudável esperaria, independente de nossos recursos e intenções.

Já no movimento saudável, dentro do contexto do *Desenvolvimento Sexual* saudável, a presença no corpo e criação de um padrão funcional, a busca da *Alegria de Viver e da Autorrealização* se torna, no seu *retorno a si mesmo*, e na reestruturação da relação com o corpo onde a consciência dita o funcionamento, *um reencontro também com o outro*.

Ou seja, se estamos satisfeitos, presentes e em paz com quem somos, somos não só capazes de nos conectarmos com o outro, como podemos quebrar com o padrão utilitarista e vazio de busca exterior

daquilo que nos faltaria, para iniciar uma troca a partir da abundância, da sinergia, do positivo e da saúde.

Assim sendo, a proposta do *Desenvolvimento do Adulto Saudável* como a redescoberta do eu capaz, confiante, satisfeito e presente, é também a redescoberta do outro, se tornando um movimento essencial na busca da felicidade e das três *Necessidades Milenares* supracitadas.

Mas então como superar a identificação com o corpo, o movimento sexual interrompido e o padrão disfuncional em direção a saúde? É nesse contexto que a resposta do *Quinto Caminho* se encaixa, enquanto abordagem estruturada, científica e ancestral em suas bases e pragmática, direta e universal na sua aplicação.

4. A Relação Perdida com o Pai e a distorção da perda da Ordem

4.2 O resultado do "Homem sem Deus" na vida sem a experiência transpessoal da Espiritualidade

Na visão niilista, onde nada existe além de mim, e apenas a ciência e o material são confiáveis existe a criação distorcida de uma moral aleatória, meritocrata e *condenatória*.

Nesta experiência de mundo, o que me aconteceu de ruim e bom foram graças ou desgraças do destino, num sentido aleatório, de acaso e de espontaneidade quase pessimista em que acredito que a falta de sentido e o vazio da minha experiência espiritual distorcida nascida do corpo não é causada por mim, mas é uma *natureza da realidade*.

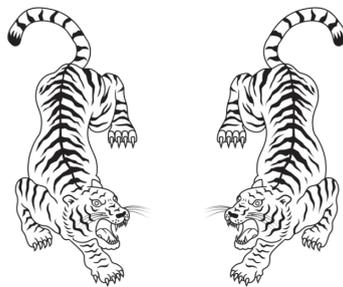
Ou seja, de fato não há um sentido para vida em qualquer escala, e minha experiência disso é a minha versão individualizada e orientada pela "roleta do destino". Alguns chamarão isso de *libertador* e baseado na *ciência e não nas superstições*, mas veremos que essa visão nasce - na realidade - de uma relação de sentir-se injustiçado e desamparado.

Na visão justificadora, em que Deus é o motor da vontade e acontecimentos no Universo, tudo que dá certo ou errado na minha vida é por causa dele então devo me submeter há o nascimento da moral clássica e da preservação dos "bons costumes".

Na visão profética onde o espiritual é uma ferramenta quase noética a ser utilizada para prever, influenciar, manipular o invisível em minha vida para assim gerar sorte e melhores resultados há o nascimento de uma moral utilitarista, egoísta e transcendental.

4.3 A nova espiritualidade ontológica e o retorno da Busca do Sentido na contribuição e no Social

Segunda Parte: O Detalhamento do *Quinto Caminho* como método, abordagem, e caminho de autodesenvolvimento para cura, transformação e superação do *Paradoxo da Modernidade*



5. O *Quinto Caminho*: A integração do *Quarto Caminho* numa estrutura da Neurociência como uma resposta moderna ao Mal do Século XXI e o desenvolvimento do Adulto Saudável no contexto de uma nova espiritualidade

Quando George Gurdjieff introduziu o conceito do *Quarto Caminho* por volta de 1910 na Rússia em suas palestras e ensinamentos, a ideia da construção de um caminho que integrasse **Corpo, Emoções e Mente** numa única abordagem não só era inédita como revolucionária, tal qual *Newton* quando realizou os cálculos diferenciais para determinar as órbitas e gravitação dos planetas sem ter acesso a um telescópio, mas que só seria confirmado e expandido décadas depois quando a tecnologia e a ciência se tornaram capazes de confirmá-los.

Da mesma forma, a ideia do *Quarto Caminho* prático como a integração das abordagens **Físicas** de acesso ao **Trauma**, das abordagens **Terapêuticas** para intervenção em dinâmicas **Emocionais**, e o estudo e análise do **Ego** e da **Mente** como uma intervenção racional para as disfunções do **Comportamento**, precisaria de mais de 100 anos para encontrar na ciência uma resposta contundente para a integração desta abordagem num modelo funcional e sólido.

Nesse meio tempo, durante o decurso do século XX, muitas abordagens, de múltiplas linhas terapêuticas e do desenvolvimento humano se apresentaram como caminhos eficientes e profundos tanto nas abordagens separadas de cada um dos três caminhos **Corpo, Coração e Mente** e nas integrações de dois e alguns momentos até mesmos as três dessas dimensões em experiências, ferramentas e abordagens transformadoras.

Entretanto entendemos, dentro da metodologia e abordagem do **Quinto Caminho**, que para real transformação e superação do **Paradoxo da Modernidade** e seus males aqui descritos é necessário uma nova abordagem integrativa e sintetizadora do *Quarto Caminho* em sua essência e desde a origem dessa nova abordagem.

Para isso se fez necessária a integração e sintetização de múltiplas abordagens e escolas de pensamento do desenvolvimento em cada uma das funções **Corporal, Emocional e Mental** num processo pragmático, estruturado, simples, universal e direto na sua aplicação, mas que estivesse suportado por essas abordagens e escolas profundas em cada uma das funções, permitindo a criação dessa nova abordagem num processo que responde às necessidades, problemas e modelos de pensamento do **Homem Moderno** mas que retém o valor, a profundidade e ancestralidade dessas abordagens originais.

Além disso, entendemos também que essa integração e sintetização só é possível dentro de uma estrutura de caráter **científico** que considere a **Neurociência e a Cognição Corporificada** de *Gallese/Lakoff* associada à análise das couraças musculares do modelo *Reich/Lowen* como uma porta para o entendimento do **Trauma, Dinâmicas Emocionais e Ego** num sistema de análise - interpretação - intervenção que não dependa dos processos cognitivos e de uma concordância moral e intelectual de quem passa pelo processo com o terapeuta e o próprio **Quinto Caminho** para que esse se mostre prático, útil, efetivo e - em seu objetivo maior - **transformador**.

Essa estrutura de abordagem da mente e das emoções através do corpo e do uso da *Neuroplasticidade* na junção de *Gallese/Lakoff* com *Reich/Lowen* chamada de *Inner Vision* e criada por Eduardo Shinyashiki, neuropsicólogo e escritor, é a porta que permite a entrada e aplicação da metodologia do **Quinto Caminho** no comportamento e no desenvolvimento do *Adulto Saudável*, num modelo muito diferente das abordagens do século XX das quais ele se sintetizou.

Isso porque entendemos que o *Homem Moderno*, dentro dos fenômenos e paradigmas descritos aqui até agora criou uma "aversão ao desenvolvimento humano profundo" e uma "necessidade de controle" advinda do excesso de informação, possibilidades e soluções superficiais, que não conversa bem com a estrutura de muitas das abordagens anteriores onde é necessário o entendimento, conexão e concordância *racional e moral* com o modelo e estrutura da abordagem para que ela se mostre efetiva, mesmo que essa abordagem tenha profundidade, impacto e valor substanciais.

Entendemos também que, ainda dentro da estrutura das abordagens do século XX em relação ao *Homem Moderno*, a estrutura na qual é necessário um entendimento cognitivo de uma certa teoria e conteúdo racional para então criar uma experiência emocional e somática transformadora é a inversão do processo que - se fosse respeitado - geraria maior resultado com o menos de atrito. Essa questão da estrutura do processo da transformação no que compreende uma oposição entre duas maneiras de desenvolvimento, sendo a das abordagens anteriores "*entendo, concordo, aprendo e depois experiencio e mudo*" onde observamos um movimento *Mente -> Emoções -> Corpo* e a na nova abordagem do **Quinto Caminho** "*sinto, experiencio, confirmo, e aí então entendo e mudo*" num movimento *Corpo -> Emoções -> Mente*, vai além inclusive das estruturas e vícios do *Homem Moderno* para se tornar um processo com menos atrito e mais impacto no que compreende a estrutura do neural do aprendizado e da mudança dentro do contexto da **Neurociência**.

Essa reorganização do processo transformacional nasce do entendimento da teoria dos "**Três Cérebros**" que vai guiar todo o processo de desenvolvimento e aplicação da metodologia em contraste com o funcionamento "invertido" das abordagens tradicionais.

5.1 A Integração dos "Três Cérebros" na aplicação do *Quarto Caminho* e sua diferença das abordagens do século XX

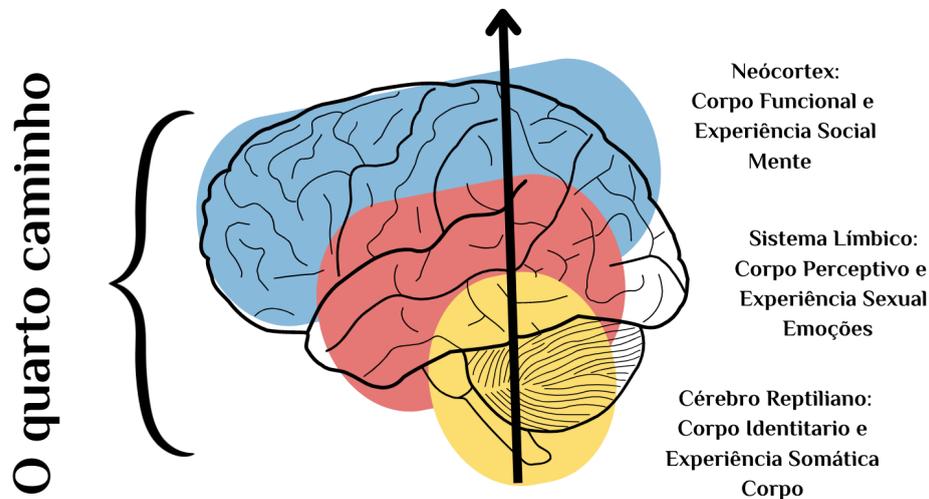


Figura 2: Os três cérebros na sua ordem de resposta.

Neste contexto, observamos o primeiro cérebro, reptiliano instintivo, como o que primeiro recebe os estímulos, energia e informações do corpo, para então se transformarem em inputs e informação no segundo cérebro, o límbico emocional, para só então serem interpretadas e transformadas em narrativa pelo terceiro cérebro, o Neocórtex racional.

No contexto do trabalho do *Quinto Caminho* entendemos os três cérebros não só como os três passos de um processo de absorção do cérebro e da personalidade das informações e experiências humanas, mas aos três passos de um padrão de resposta que origina, no seu desdobramento corporal, as dinâmicas dos três corpos aqui apresentadas onde:

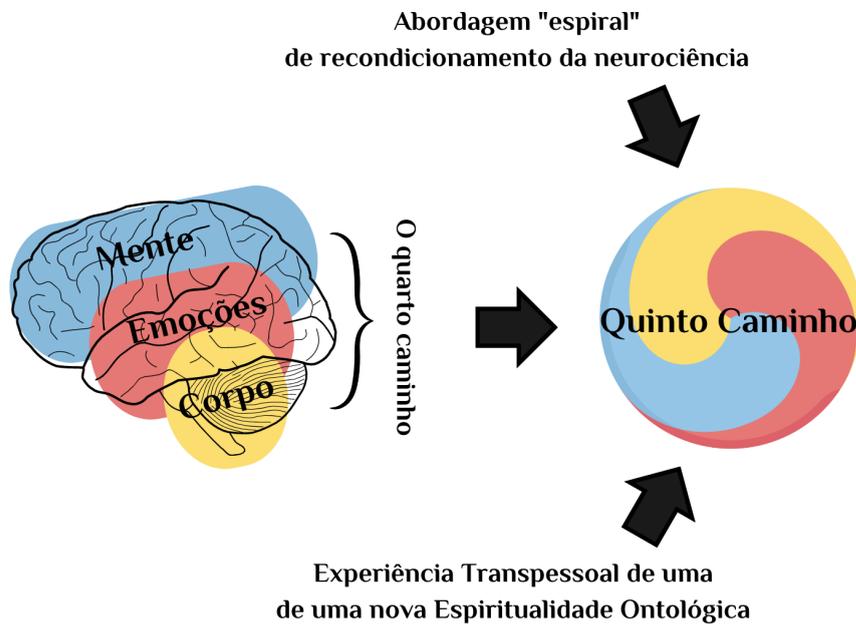
O padrão de resposta e as disfunções na percepção do *Cérebro Reptiliano* (*Cérebro 1*) se tornam materiais no funcionamento do *Corpo Identitário* e no processo da auto alienação (S 2.1).

O padrão de resposta e as disfunções na percepção do *Sistema Límbico* (*Cérebro 2*) se tornam materiais no funcionamento do *Corpo Perceptivo* e a distorção da experiência sexual (S 2.2).

O padrão de resposta e as disfunções na percepção do *Neocórtex* (*Cérebro 3*) se tornam materiais no funcionamento do *Corpo Funcional* e na disfunção do ponto de equilíbrio social (S 2.3).

Dentro deste entendimento, o exato processo descrito da inconsciência e alienação em relação a mim (cérebro 1) que me faz confundir minha experiência perceptiva/sexual como uma experiência do corpo (cérebro 2) e que finalmente resulta na criação de um corpo disfuncional como um "ponto de equilíbrio" estratégico para lidar com as tensões do meu comportamento disfuncional (cérebro 3) ganha nova luz, valor e significado; no sentido em que a proposta da solução precisa e deve passar

pelo mesmo caminho do problema, conversando com o funcionamento *físico e neurológico* de quem passa pelo processo, ativando, curando e integrando os três cérebros / corpos no processo, na ordem



em que a doença e a disfunção ocorrem.

Figura 3: O Quinto Caminho e a Integração dos 3 cérebros e funções Corpo-Emoções-Mente no processo de transformação.

Quando consideramos isso, é possível entender o motivo da necessidade dessa nova abordagem do *Quarto Caminho* associado à **Neurociência** e o motivo das possíveis limitações das abordagens do século XX nas suas diferentes funções do espectro **Corpo, Emoções, Mente**, no que tange a incapacidade de quem passa pelo processo de - mesmo entendendo sua disfunção ou até experienciando uma situação de catarse - pode se ver repetindo novamente seus padrões disfuncionais, mesmo sem saber o porquê da repetição e sem ter neles a mesma segurança e confiança que um dia se tinha.

O que observamos, em relação às diferentes abordagens um, dois ou até três das funções mas sem a integração e processo do *Quarto Caminho* que a nova abordagem do **Quinto Caminho** propõe é que inversão da ordem dos três cérebros ou a falta de um ou dois deles no processo de ativação e cura gera um *movimento interrompido* no processo de cura e na transformação. Ao que seguem alguns exemplos.

Quando nos referimos aos métodos tradicionais da psicoterapia, psicanálise e até mesmo a métodos de desenvolvimento alternativos que analisem o ego, as dinâmicas e disfunções da **Mente**, a falta da integração do **Corpo** e **Emoções** cria um Ser Humano capaz de *perceber* suas dinâmicas, de *entender* seu **Ego** e padrões mentais mas que, por não integrar a experiência somática, curar o trauma e intervir nos padrões emocionais, muitas vezes se torna um "neurótico adaptado" com um "ego saudável" mas que continua a repetir os mesmos padrões, mesmo com a mudança de parte deles.

Já quando nos referimos aos métodos emocionais e corporais que lidam com o trauma as emoções e os contextos familiares como a terapia sistêmica, a terapia das experiências somáticas, e até outros tipos de experiência e tratamento através de experiências catárticas seja por métodos de hiperventilação, ingerência de substâncias e outros métodos alternativos; observamos que mesmo se há a possibilidade de *liberação* de energias traumáticas, nós emocionais da história familiar, e até mesmo mudanças no corpo disfuncional, quem passa pela experiência continua limitado pelo *condicionamento neurológico* e a organização, confiança e conforto que o **Ponto de Equilíbrio Social** disfuncional oferece. Criando uma pessoa "mais leve" com menor carga emocional e traumática nas suas experiências e padrões na vida, mas que ainda vive os condicionamentos neurológicos e a "segurança confortável" do equilíbrio disfuncional.

Neste sentido, se faz clara a necessidade de integração aqui proposta, a partir do entendimento que sim é necessária uma intervenção somática e emocional, mas que culmina numa análise mental do funcionamento, conjuntamente com um recondicionamento gradual do **Ponto de Equilíbrio Social** que, dentro da lógica do **Quinto Caminho** se propõe a fazê-lo com as mesmas ferramentas e abordagens dos Cérebros 1 e 2 como experiências somáticas e catarses emocionais juntamente a um entendimento do **Ego** e das **Psicodinâmicas da Personalidade** assim como a criação de ferramentas e estratégias que usem do princípio da **Neuroplasticidade** para o recondicionamento do *Corpo Disfuncional* e das estratégias do **Ponto de Equilíbrio Social**.

Uma boa história para elucidar e demonstrar esse conceito vinda cultura Sufi chamada "O Senhor da Opção", extraída do livro "A Gazela Velada" de Idries Shah, que tem várias camadas de significados profundos que explicam o funcionamento desta nova abordagem:

Três rapazes, que ouviram falar da grande santidade e dos prodígios realizados pelo mestre sufi Kilidi, encontraram-se, por acaso, quando estavam a caminho da sua morada. Viajando juntos, eles conversaram sobre o que sabiam do Caminho e de seus percalços.

"Ser sincero com o mestre é essencial", disse o primeiro "se ele me aceitar como aluno, é nisso que vou me concentrar para eliminar meu egoísmo vil."

"Sinceridade", declarou o segundo, "sem dúvida significa total obediência, mesmo quando provocado a se rebelar. E eu, com certeza, vou me ater a isso. Mas obediência significa, também, evitar a hipocrisia - desejar no íntimo desobedecer - e inclui a generosidade sem orgulho. É o que vou tentar."

"Sinceridade, evitar o egoísmo vil, obediência, afastar-se da hipocrisia, generosidade", argumentou o terceiro, "são essenciais, mas ouvi dizer que, se o discípulo tenta enxergar essas coisas no seu self inalterado, elas simplesmente se tornam mecânicas, são pantomimas, chegando, até mesmo, a ocultar características censuráveis que aguardam para se manifestar. O verdadeiro discípulo é aquele que não está simplesmente fazendo o oposto do que considera ruim, nem sustentando uma paródia de bondade. Dizem que é um Buscador da Verdade aquele que é senhor da opção: fazer o bem ou fazer aquilo que precisa ser feito."

Finalmente, todos chegaram à casa do sufi e foram autorizados a assistir a algumas de suas palestras e a participar de diversos exercícios de fortalecimento espiritual.

Um dia, o sufi disse a eles: "Seja em casa ou na estrada, estamos sempre em uma jornada. Mas, para efeito de ilustração, eu lhes darei a chance de observar e de participar de uma dessas expedições, em uma forma perceptível".

Depois de caminhar pela estrada por algum tempo, o primeiro discípulo disse ao sufi, "Sem dúvida, viajar é bom, mas minha mente se inclina para o serviço, a estação sufi na qual se pode obter conhecimento trabalhando para os outros e para a Verdade".

O sufi perguntou: "Você gostaria de viver em um alojamento situado nesta encruzilhada e servir as pessoas, até que eu venha buscá-lo para retomar os estudos?". O jovem ficou exultante por ter a oportunidade de realizar sozinho uma tarefa, e os outros o deixaram ali para que satisfizesse as necessidades dos viajantes.

Algum tempo depois, o segundo discípulo disse ao sufi: "Desejo me afastar do egocentrismo, para que meu self dominante possa praticar a sinceridade. Gostaria de ficar neste vilarejo e explicar um pouco, para o povo daqui, que não o compreende claramente, sobre o respeito que tenho por você e pelo Caminho"

"Se esse é o seu desejo, devo conceder-lhe", respondeu o sufi. Deixando-o ali, em estado de graça, o sufi e o discípulo que restava seguiram viagem.

Alguns dias depois, chegaram a um lugar onde as pessoas brigam para decidir quem deveria ficar com uma certa extensão de terra e cultivá-la, e quem deveria ficar com outra. O jovem comentou com o sufi: "É curioso como não percebem que, trabalhando juntos, todos se beneficiam; eles deveriam somar seus recursos e seus esforços para alcançar a prosperidade".

"Bom", disse o sufi, "você pode observar que aqui você é senhor da opção. É capaz de ver alternativas que os outros não enxergam. Sua opção é informá-los ou partir em silêncio."

"Eu não quero lhes dizer nada", respondeu o jovem, "já que podem não me ouvir e, ainda por cima, voltarem-se todos contra mim. Assim, ninguém sairia ganhando e eu apenas me desviaria do meu objetivo no Caminho."

"Tudo bem", disse o sufi "eu vou intervir "Aproximou-se das pessoas e, por meios que apenas ele conhecia, fez com que abrissem mão das terras em seu benefício. Estabeleceu-se lá e, após alguns anos, depois de ter ensinado todos a compartilhar o trabalho, presenteou-os com a terra e com a sua produção; e os dois retomaram a jornada interrompida.

Percorreram novamente os passos da ida e, quando chegaram ao local onde haviam deixado o segundo discípulo, o terceiro jovem percebeu que ele não os reconheceu. A aparência deles tinha mudado após anos de trabalho no campo: o efeito do sol, as roupas e até o modo de falar, devido à longa convivência com os camponeses, estava diferente. Para o segundo discípulo, portanto, eles eram apenas dois aldeões.

O sufi se aproximou do segundo discípulo e lhe pediu que dissesse alguma coisa sobre o mestre sufi que o havia deixado ali alguns anos antes.

"Não fale comigo sobre ele". Retrucou o antigo discípulo, "pois me abandonou aqui para disseminar sua fama nessas terras, dando a entender que voltaria e me ensinaria, e por longos anos não tive notícias dele." E, por algum motivo proveniente do Além, assim que proferiu essas palavras, alguns aldeões apareceram e o capturaram. Os recém-chegados perguntaram ao líder por que agiam daquela forma.

"Esse homem", explicou, "veio aqui e proferiu sermões sobre um grande mestre espiritual de quem era discípulo. Nós o acolhemos e ele se tornou rico e bem-sucedido no nosso vilarejo. Chegamos à conclusão, cinco minutos atrás, de que é um mentiroso e uma fraude, e o estamos levando para matá-lo." Não havia nada que os dois pudessem fazer, embora tivessem tentado, enquanto o pobre homem era arrastado, debatendo-se.

"Ve?", indagou o sufi. "Tentei protegê-lo, mas, aqui, não sou senhor da opção." Os dois continuaram a viagem, até que chegaram à encruzilhada onde estava o primeiro discípulo. Ele também não os reconheceu. Quando se aproximaram, o Sufi perguntou onde poderia conseguir um pouco de água para beber.

O discípulo respondeu: "Estou muito desapontado com vocês, peregrinos. Estou aqui há anos, tentando ajudar as pessoas, e tudo que obtive foi traição. Não vale a pena servir as pessoas. Até mesmo o meu mestre, que me abandonou aqui há três anos ou mais, não está pronto para me servir, voltando e transmitindo os ensinamentos os quais certamente, todos os homens têm direito..."

Tão logo essas palavras saíram da sua boca, um grupo de soldados se aproximou e capturou o homem para o serviço forçado. "Pensamos que você era apenas um pobre asceta", disse o capitão, "mas, ao parar para observá-lo, notamos, pelo seu ar beligerante e seus movimentos violentos enquanto gesticulava que você é forte o suficiente para prestar serviço ao Estado." Não obstante os protestos do sufi e do seu pupilo, os soldados levaram embora o primeiro discípulo.

"Como pode ver, aqui, eu não sou senhor da opção", disse o sufi para o terceiro discípulo.

E foi desse modo que Kilidi mostrou ao único discípulo que teve a paciência de entender, que a compreensão dos eventos e as suas ações se inter relacionam, e que a forma como uma pessoa se comporta interna e externamente irá determinar seu progresso tanto quanto qualquer coisa feita por qualquer outra pessoa.

Indagou Kilidi. "Se lhe perguntassem o que aprendeu, o que você diria?"

O jovem respondeu: "As pessoas veem as coisas isoladamente, pensando que, se fizerem o que querem fazer, sem dúvida conseguirão o que desejam. Além disso, sua bondade gera frutos e sua maldade também, e nada pode impedir a colheita de ninguém. Aprendi ainda que, no caminho, tudo está conectado, pessoas, lugares, acontecimentos e ações. E, por último, aprendi que, embora os pensamentos e ações de uma pessoa possam acabar com toda a sua expectativa de progresso, há uma escusa Misericordiosa: pois não foi permitido a mim continuar meu aprendizado apesar da minha recusa em exercer a opção quando fui senhor dela?"

Nesse momento, ouviu-se um som rascante, e o terceiro discípulo ficou ciente da verdade do Entendimento Maior; e, nesse meio tempo, o mestre sufi Kilidi desapareceu e nunca mais foi visto.

Ele então percorreu o restante do caminho até a casa do mestre, onde um grande número de dervixes estava reunido. Quando entrou, pôs na cadeira do mestre o tapete de oração de Kilidi, que levava consigo. Os dervixes que observavam a cena soltaram um sonoro grito de boas-vindas e o líder deles se aproximou do terceiro discípulo.

"Mestre", disse ele, "estamos esperando aqui, sob um voto de sigilo, há mais de três anos, desde que o Grande Shaykh Kilidi nos deixou, dizendo que retornaria aos céus e, que aquele que trouxesse de volta seu tapete de oração, seria seu sucessor."

A ponta do turbante cobria como um véu o rosto desse dervixe. Ao entregar a instituição para o terceiro discípulo - agora mestre - e preparar-se para tomar seu próprio rumo, o tecido que cobria o seu rosto moveu-se, por um momento, e o novo mestre sufi pôde ver o rosto de Kilidi sorrindo à sua frente.

Esta história Sufi ilustra muito bem a diferença entre os caminhos isolados e o caminho integrado que aqui é proposto. Neste contexto, o Sufi é a consciência, a verdade, o movimento do retorno para o qual os três discípulos são convidados, mas apenas um realiza. Neste contexto, cada um dos discípulos representa um dos três cérebros e caminhos possíveis.

O primeiro discípulo representa o primeiro cérebro e a disfunção da auto alienação e identificação com o corpo. Na sua fixação pela pura experiência somática, "Servir os viajantes", ele se esquece do resto dos caminhos e experiências necessárias para se libertar de seus padrões e assim é acometido por eles. Seu destino é também um resultado negativo do apego ao primeiro cérebro "forçado a servir o exército". Na fixação de sua paixão pelo corpo, a ação e o instinto ele se torna irritadiço e raivoso, se tornando prisioneiro de uma vida que não queria e não tinha nada a ver com seus valores.

O segundo discípulo representa o segundo cérebro e a disfunção na percepção e na experiência sexual. Na sua fixação pela pura experiência sexual, "Quero me apresentar como alguém Santo e sem ego " buscando representar um arquétipo ao invés de sê-lo. Da mesma forma, ele se esquece do resto dos caminhos e experiências necessárias para se libertar de seus padrões e paga o preço da disfunção na fixação sexual quando se torna - pela obsessão doentia do parecer - num impostor que construiu uma imagem que não é compatível com a sua essência; resultando na consequência de que aqueles à sua volta se ressentem dele e se sentem traídos.

Já o terceiro discípulo, representante do terceiro cérebro e do conceito da disfunção do **Ponto de Equilíbrio Social**, se encontra tentado por se inserir numa nova comunidade que está em dinâmica de conflito como aquele que vai "resolver e se inserir" num clássica **Dinâmica de Personalidade e Ego** na qual, para pertencer, a partir de uma distorção de percepção e experiência do cérebro 1 e 2 construiu uma estratégia de equilíbrio disfuncional de *salvar para ser amado*, de *ajudar para ser aceito*. Neste caso, ele também representa alguém que já começou a passar por um processo de desenvolvimento saudável, ganho da consciência e quebra dos padrões neuróticos, como sua própria fala do início da história explícita.

"Sinceridade, evitar o egoísmo vil, obediência, afastar-se da hipocrisia, generosidade", argumentou o terceiro, "são essenciais, mas ouvi dizer que, se o discípulo tenta enxergar essas coisas no seu self inalterado, elas simplesmente se tornam mecânicas, são pantomimas, chegando, até mesmo, a ocultar características censuráveis que aguardam para se manifestar. O verdadeiro discípulo é aquele que não está simplesmente fazendo o oposto do que considera ruim, nem sustentando uma paródia de

bondade. Dizem que é um Buscador da Verdade aquele que é senhor da opção: fazer o bem ou fazer aquilo que precisa ser feito."

Essa fala, que já indica desde o começo a condição diferente de percepção do terceiro discípulo, e também explicita a ideia dos funcionamentos de abordar uma transformação por uma função única (no caso Corpo com o primeiro discípulo e Emoções com o segundo) sem a integração e sintetização necessárias. No começo, observamos as falas do primeiro e segundo discípulos falando sobre o valor da sinceridade, de evitar o egoísmo, do serviço, a bondade e de fazer e desejar o bem, mas essa é ainda uma reformulação da identificação com o corpo numa estrutura moral e aparentemente de "desenvolvimento" em algo que Chögyam Trungpa Rinpoche chamará de *Ego ou Materialismo Espiritual* nas linhas já citadas de uma transcendência ou caminho de desenvolvimento que vem do corpo, não da consciência.

O entendimento dessa mecânica é muito importante para o trabalho de estudo do **Ego** e das **Dinâmicas da Personalidade** que veremos posteriormente pois, apesar do ego ser - em muitas maneiras - extremamente *moral* no sentido de criação de um conjunto de "bons valores" e leis que restringem o comportamento de uma forma ou de outra, as morais do ego diferiram profundamente umas das outras de acordo com o *Contexto Formativo* e a *Normose Familiar*. O que faz com que - para a correta análise, interpretação e intervenção dentro do processo de desenvolvimento - seja necessário um posicionamento *amoral* sem premeditações maniqueístas do que é certo ou errado já todas as **Dinâmicas de Personalidade** terão, em maior ou menor medida, um movimento de busca "positiva" que na realidade é nascido no corpo e não passa de mais uma estratégia disfuncional, como é o caso do primeiro e segundo discípulo que iniciam a jornada com ótimas aspirações mas se perder e se corrompem em meio a uma aparente "moral positiva".

Um outro ponto chave da história é a lição no final, em que o discípulo transformado pela experiência e já na posição de um ser saudável e consciente explica o que aprendeu, em dois pontos ele nos elucida onde está o mal real do comportamento super identificado com o corpo dos dois primeiros discípulos versus o comportamento consciente do terceiro discípulo.

"As pessoas veem as coisas isoladamente, pensando que, se fizerem o que querem fazer, sem dúvida conseguirão o que desejam. Além disso, sua bondade gera frutos e sua maldade também, e nada pode impedir a colheita de ninguém"

Primeiro, ele nos elucida - novamente - qual foi o erro dos dois outros discípulos, que foi buscar um caminho isolado, uma solução desintegrada onde, mesmo na busca da transformação, continuo a fazer o que quero e a repetir os padrões que me deixam confortável nessa "estratégia de desenvolvimento" que é nascida no corpo e nunca levará a consciência. Ao mesmo tempo, não há nenhum julgamento moral - dentro da ideia de uma **Neutralidade** saudável exposta em S2.2 e S3.2 - sobre merecimento, lei da ação e reação ou justiça na análise do terceiro discípulo sobre os erros e os destinos dos outros dois discípulos.

Enquanto suas ações foram boas, eles tiveram sucesso nas suas empreitadas. Entretanto, na fixação obsessiva e isolada por um caminho nascido do corpo, o que funcionava num contexto se torna disfuncional em outro. E esse é o centro do entendimento do trabalho do **Ego** e do entendimento do **Ponto de Equilíbrio Social** disfuncional.

A ideia de um ego malévolo e destrutivo, tal qual a ideia do **Satan** no cristianismo clássico, não só remete as visões maniqueístas da criança como impede a análise real e transcendência dos padrões de doença. A essência do uso e do apego ao **Ego** e as **Dinâmicas de Personalidade** é porque em algum momento e em certa proporção eles não só funcionam como são eficientes, positivos e nos protegem. Ao retirarmos essa ideia moral do **Ego** e entendermos que o problema não é a dinâmica de fato, mas ser escravo da repetição da dinâmica num nível em que o que foi criado para proteção e satisfação mas se torna na verdade uma fonte de dor e problemas.

Outro ponto importante das consequências e atitudes dos dois outros discípulos é o entendimento do *movimento pendular compensatório* das dinâmicas do **Ego** nas linhas da descrição do movimento pendular do padrão **Rígido**(S3.1) onde o movimento obsessivo de *parecer* ou *buscar* algo a partir da falta desesperada do corpo transforma o buscador num *impostor superficial* que representa o oposto da sua busca, numa espécie de compensação vingativa originada de um cansaço e exaustão enormes advindos dessa busca. Exemplificados no primeiro discípulo que buscava servir aos viajantes, mas se transforma num ser apático e egoísta; e no segundo discípulo que quer se apresentar como santo e espiritualizado devoto ao seu mestre, mas acaba sendo visto como farsante e impostor e odiando seu mestre no processo.

A última grande lição dessa história, que exemplifica perfeitamente o processo de desenvolvimento do *adulto saudável* dentro dos preceitos do **Quinto Caminho** de sintetização do **Quarto Caminho** com a **Neurociência** é o papel do mestre Sufi Kilidi, como representante arquetípico da *consciência* que guia o processo de desenvolvimento e saída da super identificação com o corpo, da distorção da experiência sexual e do condicionamento da disfunção do **Ponto de Equilíbrio Social** dentro de um contexto de **Neuroplasticidade**.

A começar pela informação chave que entre o início da história e o final, muitos anos se passam - podendo ser um número substancial de uma duração longa mas, pelo que nos é fornecido, é de no mínimo três anos - mas analisemos por partes.

Na abertura, somos apresentados aos três discípulos no contexto da sua chegada para aprender com seu novo professor arquetípico, o mestre Sufi, com duas atitudes bem diferentes. Sendo que o primeiro e segundo discípulo tem a postura do processo de desenvolvimento de um caminho isolado, partindo de uma super identificação com o corpo, enquanto o terceiro discípulo apresenta uma propensão ao **Quarto Caminho** integrado do *Corpo-Emoções-Mente*. Eles chegam até o mestre e recebem permissão para começar um processo de aprendizado:

Finalmente, todos chegaram à casa do sufi e foram autorizados a assistir a algumas de suas palestras e a participar de diversos exercícios de fortalecimento espiritual.

Ou seja, existe um período de preparação e de transformação indeterminado antes da viagem, da mesma forma - juntando as informações do fim com o começo - descobrimos que essa não era uma viagem comum, mas o processo de escolha de um sucessor para o arquetipo da *Consciência*. Porque o mestre sufi faria uma jornada de escolha de apenas um discípulo com três e porque essa viagem durou três anos? Aqui vemos a repetição do número e seu encaixe com a qualidade tríplice do **Quarto Caminho**, os três cérebros e uma série de outros conceitos da que se apresentarão em trios dentro da ótica do **Quinto Caminho** .

A primeira explicação é que no início da viagem, temos três discípulos que tinham chegado até o mestre com a verdadeira e sincera aspiração de melhorarem - mesmo em contextos de desenvolvimento humano estes podem ser raros - que já haviam passado por processos preliminares de transformação e amadurecimento tendo saído da inconsciência e que, no momento que a viagem começa têm as mesmas chances de se tornarem os sucessores para o arquétipo da *Consciência*.

Essa viagem, que na verdade se propõe como uma metáfora para a vida, como o próprio mestre diz: *Seja em casa ou na estrada, estamos sempre em uma jornada*, é a prova final desses discípulos que, estão na verdade passando por um processo de desenvolvimento da *Consciência* passando pelos três cérebros e seus domínios.

A viagem começa e cada discípulo, representando um dos cérebros e uma das duas posturas (inconsciência, pelos dois primeiros, e consciência, pelo terceiro). Neste processo, há uma prova preparada para cada discípulo de acordo com a sua específica tendência de disfunção. Novamente numa metáfora do funcionamento do **Ego** acreditamos num primeiro momento que são os discípulos que estão escolhendo cada uma das suas decisões e situações, até entendermos que toda a viagem, as provas e o processo tinham sido premeditados pelo arquétipo da Consciência, o mestre, como uma prova de sucessão.

Podemos ver inclusive nas suas interações de cada um dos três cérebros e a maestria do Sufi ao instigar cada um deles dentro do seu padrão distorcido.

O primeiro discípulo, enquanto cérebro reptiliano alto alienado e orientado a ação é provocado pelo mestre com uma tarefa, algo a fazer e realizar. Ao que ele não questiona, pensa ou reflete e prontamente aceita.

O segundo discípulo, enquanto sistema límbico que distorceu a experiência perceptiva / sexual assiste ao primeiro discípulo que recebeu a tarefa e prontamente se coloca no contexto de se *apresentar como* um bom discípulo que entendeu o propósito da viagem, sem refletir por um momento se esse era o correto ou não, mas muito rápido em se tornar um arquétipo realizado.

Naturalmente, e assim era esperado, dois dos discípulos falharam em suas provas. Não é necessário ver a conclusão para sabê-lo quando reassignificamos as frases do mestre *"Você gostaria de viver em um alojamento situado nesta encruzilhada e servir as pessoas, até que eu venha buscá-lo para retomar os estudos?"* e mais a frente *"Se esse é o seu desejo, devo conceder-lhe"*.

A conceito do *desejo* presente nas duas perguntas é central para o entendimento do teste em que o mestre provoca os discípulos em relação a seus desejos corpóreos e tendências disfuncionais e onde eles, super identificados com os desejos do corpo não conseguem perceber o teste e o aviso implícito nas situações, escolhendo aceitar a mínima oportunidade aberta como uma desculpa e justificativa para fazerem o que querem e seguirem os designios do corpo, que já carregavam desde da abertura da história e desde antes de encontrarem seu mestre. Neste sentido a postura dos discípulos inconscientes ganha novo significado ao representar a postura de tantos buscadores que, mesmo que frente a frente com a encarnação da consciência e mesmo com anos de processo, seguem com as mesmas respostas e funcionamento que tinham no primeiro dia. Ainda nesse funcionamento, a ideia de integração **Corpo-Emoções-Mente** do *Quarto Caminho* do mestre e do terceiro discípulo versus o caminho único dos dois discípulos ganha ainda mais valor.

Chegando na terceira prova, do terceiro discípulo, encontramos uma importante inflexão no ensinamento da história, por dois grandes motivos. O primeiro é que, tendo sido o único a sobrar e entendendo a natureza daquela viagem, o momento da prova ganha novo significado.

Sendo a representação do neocórtex, seguimos a resposta padrão representativa, onde ele analisa o contexto social do conflito da comunidade e encontra um caminho de *equilíbrio social disfuncional* prestes a se jogar no seu padrão de resposta assim como seus companheiros. Nesse contexto, pela primeira vez, o mestre-consciência traz para o discípulo, que tem o potencial inato se tornando cada vez mais explícito, a natureza do teste e das opções que se apresentam.

"Você pode observar que aqui você é senhor da opção. É capaz de ver alternativas que os outros não enxergam. Sua opção é informá-los ou partir em silêncio."

Superficialmente podemos entender a provocação como uma dica para o último aluno que sobra dentro de uma jornada com a tentativa da sucessão do mestre. Entretanto, olhando pelo prisma profundo da história como um exemplo claro do processo integrativo para busca da consciência, conseguimos entender camadas de significado mais relevantes e sutis.

Quando voltamos à abertura, entendemos que - desde o princípio, antes de chegarem aos pés do mestre - os discípulos eram diferentes no seu funcionamento. Ao longo da jornada e das provas individuais de cada um, o mestre permite e incentiva que os discípulos com tendências à inconsciência "falhem" no teste. Entretanto, quando chega a vez do terceiro discípulo consciente ele não só faz o contrário, provocando-o a um estado de presença, reflexão e decisão como inicia o que pode ser visto como a verdadeira jornada, e o processo de transformação do discípulo no novo mestre.

Pela primeira vez ouvimos o conceito que é, não só o título, mas a linha condutora de toda história e da lição final. No caminho de volta, frente aos infortúnios dos dois discípulos, a resposta do mestre segue o padrão da lição: *"Tentei protegê-lo, mas, aqui, não sou senhor da opção."*; *"Como pode ver, aqui, eu não sou senhor da opção"*;

Nesse novo contexto, podemos interpretar inclusive, que todo o processo da jornada é apenas o processo de desenvolvimento, despertar e transformação do discípulo que já era - em potencial inato - o escolhido. E que a presença dos outros dois, com suas tendências e destinos, era parte da lição desejada. Nesse contexto, o momento em que o mestre introduz, no momento do teste do terceiro discípulo, o conceito de *Senhor da Opção*, é quando a verdadeira jornada começa.

Ao não decidir fazer nada - e aparentemente passar no teste - o Sufi inicia um processo de três anos junto do discípulo escolhido, onde eles *mudaram quase que completamente*:

A aparência deles tinha mudado após anos de trabalho no campo: o efeito do sol, as roupas e até o modo de falar, devido à longa convivência com os camponeses, estava diferente.

Aqui é onde entra o conceito central da **Neuroplasticidade** dentro do processo transformador do **Método** e que devemos considerar em contraste com outras abordagens. Especialmente considerando que o terceiro discípulo é o representante do neocórtex e do **Ponto de Equilíbrio Social** disfuncional.

Mesmo tendo entendido sua disfunção e percebido que sua resposta padrão seria uma distorção da Consciência: *"Eu não quero lhes dizer nada"*, respondeu o jovem, *"já que podem não me ouvir e,*

*ainda por cima, voltarem-se todos contra mim. Assim, ninguém sairia ganhando e eu apenas me desviaria do meu objetivo no Caminho." O jovem sucessor ainda tinha todo o processo e disfunções de **Ponto de Equilíbrio** que o impedia de se elevar à condição de mestre.*

Apenas depois de um processo de recondição e transformação do seu padrão de resposta é que o mestre se sente na capacidade de deixar o lugar onde a verdadeira jornada e iniciar o retorno. Aqui vale voltar a ideia dos três anos, não como longo período de duração para a verdadeira transformação interna, mas em mais uma repetição dos três cérebros e do processo integrativo, ou seja, só após a criação de **novos caminhos de resposta neurológicos dentro de um modelo tríplice de Corpo-Emoções-Mente** o discípulo verdadeiramente se transforma.

Feito isto, entendemos que a verdadeira lição e o verdadeiro teste é o que ocorre depois.

Com as resoluções trágicas das escolhas inconscientes de seus companheiros, o terceiro discípulo se vê voltando sozinho com o mestre para a cidade onde a jornada começou, mas antes o verdadeiro propósito da jornada começa a se revelar na pergunta: *"Se lhe perguntassem o que aprendeu, o que você diria?"*.

Em toda sua resposta, que já foi em parte analisada, o que se destaca especialmente no contexto do *Senhor da Opção* é o final.

"E, por último, aprendi que, embora os pensamentos e ações de uma pessoa possam acabar com toda a sua expectativa de progresso, há uma escusa Misericordiosa: pois não foi permitido a mim continuar meu aprendizado apesar da minha recusa em exercer a opção quando fui senhor dela?"

Mais do que o conteúdo da resposta em si, no contexto de que toda a jornada era simplesmente uma jornada de desenvolvimento, despertar e transformação do terceiro discípulo e que tudo foi pautado para que isso acontecesse, fica a pergunta, qual era a verdadeira lição do mestre? A partir de todas essas reflexões podemos afirmar que mais do que uma atitude ou outra o mestre Sufi queria transmitir a seu aluno a capacidade de **perceber quando ele era o Senhor da Opção, mas mais especificamente todos os momentos em que ele não era.**

Mesmo nas provocações negativas com os outros alunos, podemos perceber que todas as falas do mestre se pautaram em escolhas e acima de tudo nas opções. Que aqui nos faz retornar a algumas das definições do *adulto saudável*, da *autorrealização*, e do objetivo do processo de desenvolvimento do **Quinto Caminho**.

*Ou seja, nessa ótica, o que define o adulto saudável não é que tipo de vida ele constrói ou de que forma, em que tempo ou qual resultado ele vem fazendo isso, mas sim a sua capacidade de lidar com as escolhas, questões e consequências dessa vida construída, usando seus próprios recursos e referências (inclusive ao admitir incapacidades e pedir ajuda) lidando especialmente com a frustração, o fracasso e os destinos definidos no seu processo de busca de satisfazer as **Necessidades Milenares** no formato que isso significar. (S1)*

*E onde isso significa necessariamente enseja uma aceitação madura daquilo que eu não controlo, da dor e da frustração porque **mais interessa a liberdade e autonomia de uma vida "falha" e real nos meus termos do que as ilusões vazias de uma realidade distorcida.** Nesse sentido, a busca da Autorrealização é uma busca por liberdade e de um retorno a si mesmo em que sou capaz de ser e*

vivenciar a experiência da minha vida na totalidade de Neutralidade, Dor e Prazer, porque entendo que esse caminho ainda é melhor que toda a dor, sofrimento e apego que o modelo distorcido de busca do prazer superficial proporciona. (S3.2)

Dentro dessa visão, passamos a entender que o objetivo do processo de desenvolvimento, despertar e transformação da consciência rumo à saúde e a **Autorrealização** é de, principalmente, nos tornarmos capazes de entender quando não estamos no lugar de agir ou decidir. Essa "perda do controle" e mais especificamente, a perda da *necessidade do controle* enquanto *adultos amadurecidos* e Seres livres e autônomos, especialmente no que tange a frustração, o fracasso e o destino é o que libera a energia e as possibilidades para de fato agirmos naquelas situações onde somos *Senhores da Opção*.

Dentro de uma visão *ontológica* da realidade é como se - ao admitirmos que não temos opções - abrissemos as portas das possibilidades num processo de aceitação profundo de tudo aquilo que não está no meu poder tanto no presente como no passado e no futuro, criando uma nova experiência de *Ser* em que, com meus recursos disponíveis sou capaz de contribuir de verdade com aquilo que é a essência e não a casca superficial da ilusão distorcida. Impactando toda minha vida e relacionamentos inclusive dentro de uma lógica de *Retorno ao Outro através do Retorno a Mim Mesmo* já citado na seção sobre os **Relacionamentos Profundos** (S3.2). Neste contexto, tornar-se o *Senhor da Opção* é tornar-se o adulto saudável aqui descrito.

Já no que compreende a **Neuroplasticidade** e a sua aplicação no **Quinto Caminho**. Voltamos a ideia do condicionamento das estratégias do **Ponto de Equilíbrio Social** disfuncional dentro do contexto da abordagem integrativa do **Quarto Caminho**.

5.1.2 O Uso da "Abordagem Espiral" e os 7 níveis de consciência do Quinto Caminho integrando os princípios da Neuroplasticidade ao Quarto Caminho

Neste contexto, construiremos um processo de uma *"abordagem espiral"* que ganha profundidade e camadas de significado em cada patamar, e que foca no condicionamento das disfunções em direção à saúde, em contraste com uma ideia de "choque transformador" com as abordagens catárticas **Corpo-Emoções** e com o desenvolvimento do "ego funcional" das abordagens da **Mente**.

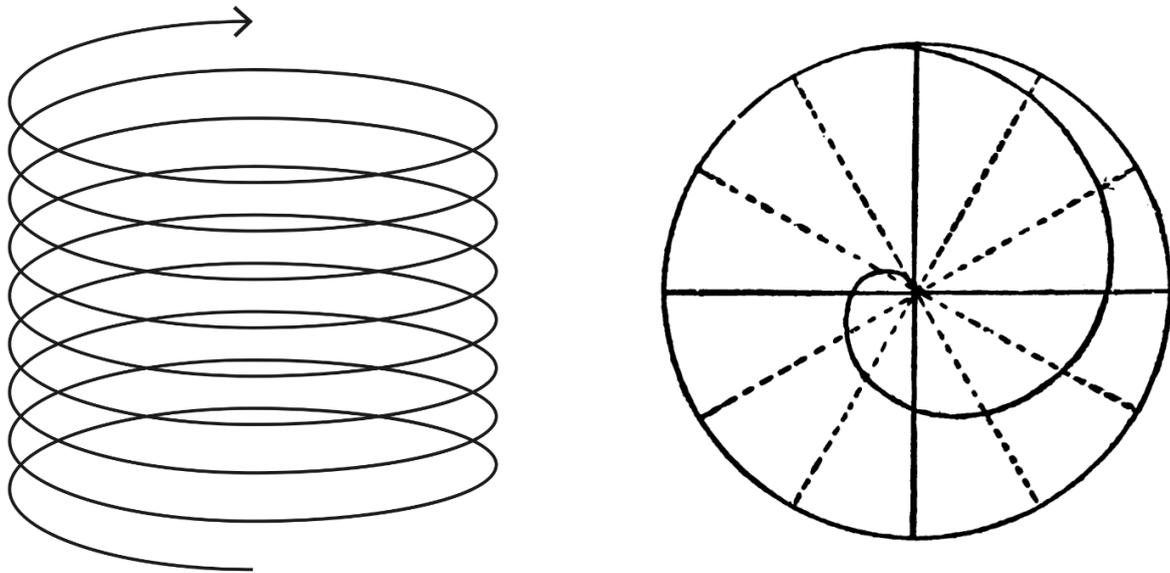


Figura 4: A abordagem espiral do Quinto Caminho .

A ideia do processo espiral é uma ambivalência prática no que tange a abordagens dos problemas e desafios de quem está aplicando o **Método**, entendendo que, seja nas grandes ou nas pequenas coisas, o **Ponto de Equilíbrio Social** disfuncional é o mesmo. Em maior ou menor medida, esta dinâmica é origem de dor e problemas. Dependendo do momento de vida, da presença maior ou menos dor, gatilhos emocionais negativos e do quanto a pessoa está num processo de desenvolvimento em direção à consciência ou não, a disfuncionalidade do modelo desequilibrado do Ego vai se mostrar menos ou mais.

Mesmo em processos de auto desenvolvimento, é comum que - ao questionada - a pessoa diga que não há nada de errado, que não sabe dizer o que poderia melhorar ou que não tem nada que de fato a incomode, uma fala que vem direto da inconsciência e da auto alienação. Nestas dinâmicas, após alguma reflexão, ativação e aumento da consciência, a conversa rapidamente descobre alguns senão vários problemas nas áreas da vida. Numa *consequência pendular* da auto alienação onde aquele que "não tem problema nenhum" se mostra como cheio de problemas e necessidades não atendidas abaixo da superfície da sua inconsciência.

De qualquer forma, uma vez que as dores, necessidades não atendidas e problemas emergem, normalmente, na superfície dos fatos e situações, uma pessoa pode relatar, **2, 3, 5** ou até mais dinâmicas de dor/problema nas diversas áreas da sua vida, compreendendo o profissional, pessoal, saúde, relacionamentos e outras. Entretanto o que observamos é que o que se materializa como "diversas" dinâmicas e funcionamentos positivos e negativos são na verdade, expressões do mesmo **Ponto de Equilíbrio Funcional** disfuncional.

Mais a frente, nas seções 4.2 e 4.3 detalharemos substancialmente as **Dinâmicas de Personalidade** e o funcionamento do **Ego** assim como suas estruturas formativas e características duais de expansão

(positivo, extrovertida e social) e contração (negativo, introvertido e somático) especialmente no que tange mostrar a origem comum de todos os funcionamentos nas mesmas dinâmicas.

Entretanto, e desde de já, basta entender que há, nas diversas questões exteriores de problema e dor, a mesma origem comum de uma estratégia para lidar com a tensão da infância que se torna um piloto automático do **Ego** no decorrer da vida.

Esse entendimento é o que cria a ambivalência da abordagem espiral do **Método** dentro da aplicação do *Quarto Caminho* no processo de desenvolvimento. Neste sentido, a característica dual do método é que consideramos **qualquer movimento de recondicionamento e saída do Ego** como um passo no processo de **recondicionamento e Neuroplasticidade** em direção à saúde, seja ele profundo ou superficial.

Como já foi dito previamente, diferentemente dos processos catárticos **Corpo-Emoções** que buscam mudanças profundas, liberações de trauma e até mudanças corporais como *objetivo* do processo de transformação, entendemos dentro da visão do **Método** que mesmo com as experiências profundas de mudança, ainda se faz necessário um processo gradual de recondicionamento do **Ponto de Equilíbrio Social** no sentido de desenvolver e fortalecer "musculaturas atrofiadas" de um certo padrão de funcionamento, sem que isso vire obstáculo para o processo.

Se, por exemplo, realizamos um processo de liberação de uma dinâmica de infância que faz com que alguém **precise estar sempre no controle para se sentir seguro e amado** sem deixar espaço em sua vida para espontaneidade, prazer e - em última instância - as suas próprias necessidades, e a pessoa de fato se *libera* disso.

Ainda será necessário um gradual processo de reconhecimento e mudança, porque mesmo que o instinto e o profundo gatilho emocional que a fazia se movimentar assim tenha sumido, seu "lugar de força, conforto, segurança e competência" ainda é o **Ponto de Equilíbrio Social Disfuncional**. Da mesma forma, por maior que tenha sido sua catarse e transformação, não se pode esperar que essa pessoa controladora desde a infância saberá *como* ser espontânea, ainda mais em contextos onde ela não se sinta segura e competente.

Neste contexto, o que o **Método** sugere é um processo de recondicionamento gradual onde essa pessoa criará novas **âncoras emocionais positivas, recursos internos e padrões de funcionamento neurológico** que contribuam com este novo funcionamento. Tudo isso em contextos, situações e experiências de **segurança e conforto** onde essa pessoa controladora não se sentirá ameaçada e **"ativada"** nas suas dinâmicas disfuncionais.

Neste sentido, a catarse e liberações emocionais e corporais são aceleradores e quebras de bloqueio essenciais no processo do desenvolvimento, mas não são seu objetivo ou seu processo principal.

Além disso, entendemos que essas experiências têm seu lugar e momento, a partir do momento em que quem participa do processo mostrou musculatura, sistemas de apoio e confiança suficientes para ser capaz de **realizar o movimento catártico transformador**.

Porque o que observamos nos estudos das abordagens de intervenção catárticas **Corpo-Emoções** é que, muitas vezes, quando quem passa pelo processo não está pronto ou devidamente confiante e seguro por sistemas de apoio e recurso para realizar o movimento, o processo de catarse e ativação

pode gerar prejuízos e desorganização no curto prazo e até mesmo retraumatizações e aversões a novos processos de desenvolvimento por conta da experiência com caráter "repentino" do acesso **Corpo-Emoções** sem o processo de recondicionamento da **Mente**.

Esse "lugar e momento" corretos para a catarse emocional é ditado não pelo processo ou vontade de quem o aplica, mas pela segurança e confiança da pessoa na qual será aplicado, após uma preparação, percepção e recondicionamento dos padrões mentais.

Sem prejuízo ao caminho tríplice de ativação e transformação **Corpo-Emoção-Mente** aqui proposto, é necessário entender que nos tornamos seres mentais, e que a **Mente** é a porta de entrada para ativação - na ordem descrita - da aplicação do *Quarto Caminho*.

Da mesma forma, a proposta do **Método** também se difere das abordagens da **Mente**, como também já foi descrito, no sentido de não se preocupar - em seu objetivo do processo - no estudo e análise do problema, do **Ego** e das **Dinâmicas da Personalidade** *per se* como muitas das abordagens da psicoterapia, psicanálise, psiquiatria e até mesmo as linhas alternativas e racionais de estudo do **Ego** e do funcionamento dos padrões negativos; que focam em criar um "lugar de força" na dor, uma "neurose adaptada" e um estudo e tipificação diagnóstica do que nos machuca ou machucou.

Aqui, o contexto do recondicionamento e transformação gradual da **Neuroplasticidade** se propõe ao exato oposto, num processo de relativização da dor e das narrativas através da proposta de outras **posições perceptivas** das situações e âncoras negativas que nos marcaram, propondo um processo gradual, constante e *desconfortável* de recondicionamento em direção a saúde e as exatas dinâmicas e situações que evitávamos, num processo que vai se tornando cada vez mais intenso à medida que a confiança e segurança aumentam.

Ou seja, ao invés da busca de um "neurótico funcional" ou de um "tipificado consciente", buscamos a construção de um Ser Humano mais equilibrado, menos crente na sua **posição perceptiva** egóica e pessoal que caminha gradual, segura e consistentemente em direção a padrões e funcionamentos cada vez mais conscientes e saudáveis. Podendo inclusive, quando pronto, passar por processo mais profundos de liberação e catarse somático-emocional.

Essa ideia, de uma abordagem que funciona - gradualmente - de raso a profundo e que foca na solução e não no problema *per se*, encorajando uma saída da neurose rumo ao desenvolvimento dos *"músculos que nos faltam"* nessa dinâmica específica, tem por objetivo ser mais universal e funcional especialmente no que tange ao problemas e paradoxos do **Homem Moderno**.

Vivemos a era do excesso das teorias, um momento em que tudo que não é diretamente pragmático e conectado a exata realidade de quem consome é imediatamente descartado e, acima de tudo, uma era do medo do autodesenvolvimento profundo.

O que o **Paradoxo da Modernidade** fez com o **Homem Moderno** é que - na interrupção do movimento sexual e do sentir integrado - ele morre de medo de tirar as máscaras e desvendar as dinâmicas, mais especificamente por medo de que *por trás do falso eu não haja nada*. Ele está tão acostumado e apegado a seu **Corpo Disfuncional** que tem medo que o processo de cura seja na verdade um processo de perda, e que nessa perda ele não conseguirá manter - nem mesmo - as coisas que a sua dor e disfunção conquistaram.

Neste contexto, se fez ainda mais necessário a criação e ajuste da nova abordagem para que, na sua aplicação, não só não houvesse uma "briga" moral e racional do *neocórtex* para analisar e aprovar a abordagem antes num modelo de atrito para a sua absorção, como aqui já foi descrito, mas como uma maneira de transcender o medo do profundo, a subjetividade e o sensível excessivo que tem afastado tantos homens e mulheres "pragmáticos" do caminho do autodesenvolvimento.

Para isso, o método propõe 7 níveis de consciência que podem ser aplicados, tanto com problemas de profundidade e complexidade menor, quanto com as grandes dinâmicas da vida, num processo que se aprofunda em experiências e desenvolvimento à medida do seu desenrolar, dentro do processo espiral já citado.

A ideia do processo espiral é o retorno para as mesmas questões e ideias de funcionamento, em profundidades e interpretações cada vez maiores e com maiores transformações a cada novo nível, como se verá a seguir.

5.1.3 Os 7 níveis de consciência na aplicação do *Quinto Caminho*

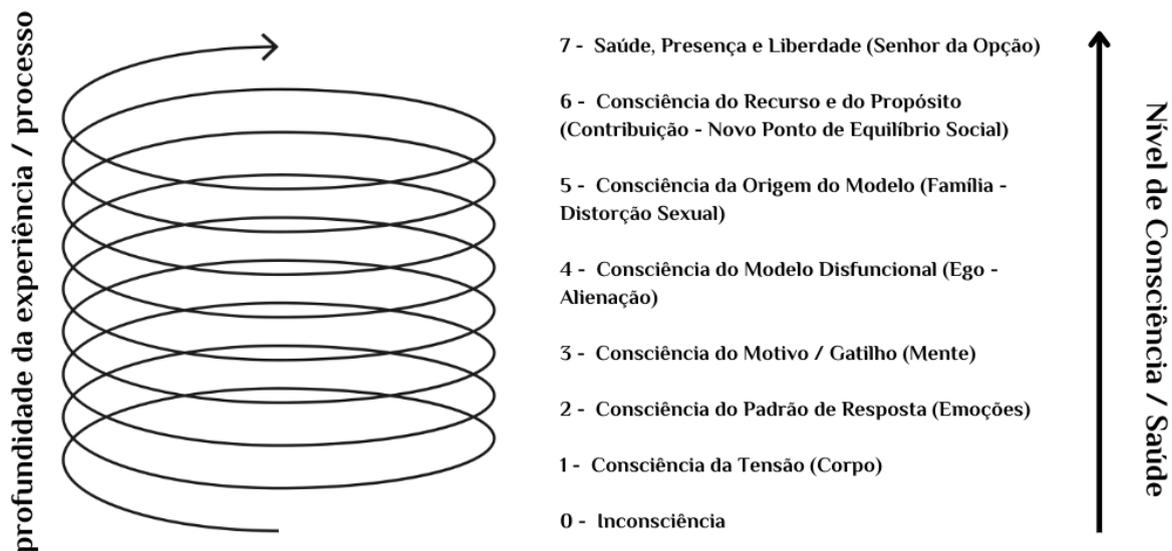


Figura 5: Os níveis de consciência associados a profundidade do processo, segundo a abordagem espiral do *Quinto Caminho*

O processo da *Neuroplasticidade* aplicada ao *Quarto Caminho* está claramente incorporada nos 7 *níveis de Consciência* do *Método* num contexto em que - dentro do conceito da abordagem espiral - iniciamos uma abordagem pelo neocórtex (*Mente - Cérebro 3*) como porta de entrada para uma abordagem tríplice de ativação *Corpo-Emoções-Mente* em duas instâncias que aqui chamaremos das duas "Tríades" que representam dois estágios de um mesmo processo de retomada da consciência.

A primeira tríade, a *Tríade do Despertar*, inicia-se da completa inconsciência da *Mente* onde estou identificado com os meus padrões, apegado às minhas dinâmicas e - apesar de ter dor, desconforto e um problema - ainda não percebo o problema. Quando há a mudança dessa atitude e percepção mental, inicia-se o processo da primeira tríade em que, durante os seus três níveis evolutivos, ainda usaremos a mente com o *Corpo*, a mente com as *Emoções* e a mente com a própria *Mente* para,

respectivamente, ter um entendimento maior da tensão e do padrão do problema, entender as emoções e padrões de resposta por trás dele e investigar os gatilhos e motivações da personalidade por trás da questão.

Perceba que, ainda que na aplicação tríplice do *Quarto Caminho*, ainda temos um processo altamente cognitivo e de *entendimento*. Isso é proposital e importante, quando consideramos os fenômenos da falta de segurança, confiança e o "medo do autodesenvolvimento" supracitados.

O objetivo aqui é iniciar a preparação da mente e de quem passa pelo processo, para um processo de **Reconexão com Corpo e Emoções** numa direta resposta de cura ao **Paradoxo da Modernidade** em seu primeiro mal de **"Desconexão com o Corpo"** (S2; S2.1; S2.2; S2.3).

O quão rápido o processo da primeira tríade acontecerá será diretamente conectado ao nível de consciência e preparação prévia de quem está passando por ela, considerando que, mesmo as pessoas mais preparadas, conscientes e desenvolvidas ainda terão desajustes e crenças distorcidas sobre seus problemas e suas origens, colocando a **Tríade do Despertar** como estágios adaptáveis dependendo do processo mas **essenciais** em qualquer processos, muitas vezes mais até para quem já vem com uma consciência do problema estruturada.

Passados esses primeiros estágios, chegamos a segunda tríade, a **Tríade da Transformação** nesta parte do processo, entendemos que chegamos ao estágio de consciência tripla **Corpo-Emoções-Mente** superficial ou de média profundidade, com um início do que serão as novas dinâmicas saudáveis e o condicionamento do **Ponto de Equilíbrio Social**. Neste sentido, esta nova tríade propõe uma mudança do modelo mental cognitivo para um modelo gradualmente mais **presente no corpo e consciente das emoções** através de, aí sim, experiências catárticas, liberações e intervenções emocionais e somáticas na medida do necessário para o processo de transformação.

O objetivo da **Tríade da Transformação** em contraste com sua predecessora é o nascimento real de um novo funcionamento, um novo padrão e um novo corpo a partir da segurança, confiança e ajuste do processo de condicionamento anterior.

Esse processo pode acontecer, de maneira mais superficial, numa única intervenção ou durante um profundo processo de meses e até anos para a transformação completa dos padrões e do **Ego**, num padrão de repetição cada vez mais profundo e revelador, na exata abordagem de **espiral** supracitada (S4.1.2). Entendendo que no contexto da intervenção prática dentro de um ambiente terapêutico, é necessária uma simplificação pragmática, um processo ainda mais simples e direto, capaz de formar novos padrões facilmente assimilados e aplicados por quem passa no processo, que será mais detalhado na seção 4.4.

Esses **7 níveis de consciência** com suas duas tríades são também uma resposta direta aos **7 estágios da construção do Ego** que serão descritos à frente na seção 4.2.

5.1.4 A Tríade do Despertar (0, 1, 2, 3)

A tríade do Despertar é marcada - ainda nesses estágios - pela inconsciência do corpo e a mente viciada

0 - Inconsciência

1 - Consciência da Tensão (Corpo)

2 - Consciência do Padrão de Resposta (Emoções)

3 - Consciência do Motivo / Gatilho (Mente)

5.1.5 A Tríade da Transformação (4, 5, 6, 7)

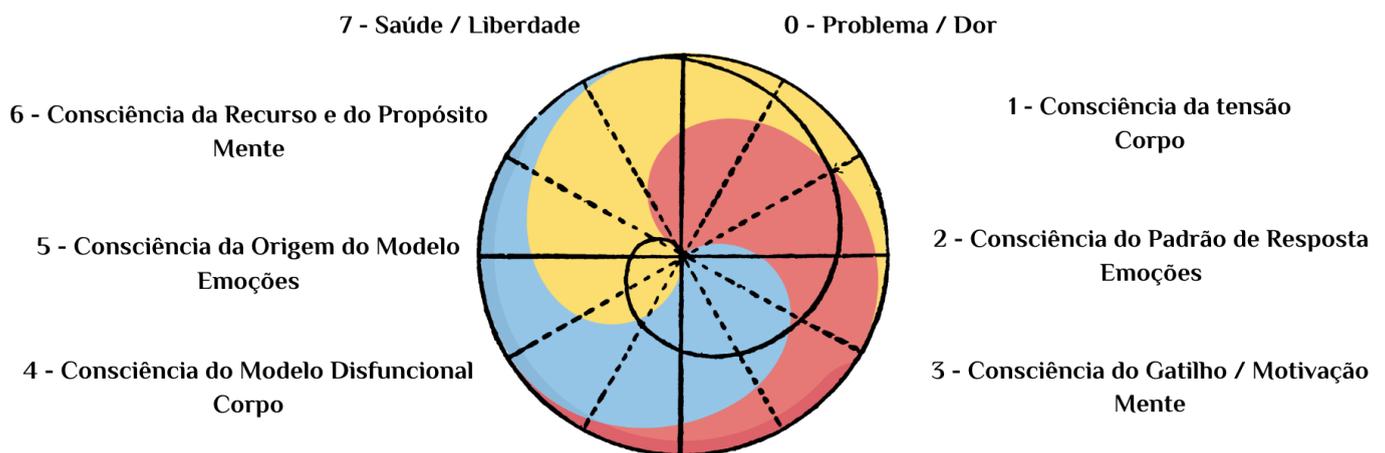
4 - Consciência do Modelo Disfuncional (Ego - Alienação)

5 - Consciência da Origem do Modelo (Família - Distorção Sexual)

6 - Consciência do Recurso e do Propósito (Contribuição - Novo Ponto de Equilíbrio Social)

7 - Saúde, Presença e Liberdade (Senhor da Opção)

Os 7 níveis de evolução da consciência segundo o Método Transformar



*Figura 6: A abordagem espiral no contexto do Quarto Caminho aplicando a Neuroplasticidade no recondicionamento do ponto de equilíbrio, originando o **Quinto Caminho**.*

5.2 A Normose e os os Traumas Formativos dos primeiros imprintings no processo da mielinização

A partir do momento que percebemos como não somos livres nas nossas escolhas e funcionamento - tal qual o paradoxo dos números aleatórios na computação - onde mesmo quando achamos que estamos sendo espontâneos e livres, na verdade escolhemos de maneira sistemática e enviesada, a primeira pergunta que emerge, além de "qual é o *meu* sistema de funcionamento, porque eu sou assim, etc." é talvez, até de maneira mais interessante e desafiadora, a pergunta:

Quando acontece o início das dinâmicas da personalidade e da consciência? Em que momento nos tornamos quem somos? E porque? É possível mudar?

Tal qual o fenômeno da dualidade do elétron de De Broglie não é possível dizer o que vem primeiro, o trauma ou o ego. Numa primeira análise e conclusão, conseguimos perceber que a origem do funcionamento é muito anterior às memórias facilmente acessadas pela consciência.

Quando realizamos um processo de análise e despertar da percepção dos funcionamentos do **Ego**, é normal que memórias, experiências e percepções sejam trazidas à Luz, especialmente as da **segunda infância(6-18)**, como exemplos do funcionamento neurótico. É muito comum que, ainda no começo do processo, a pessoa que passa pela transformação traga falas como "Me lembrei de uma experiência da minha adolescência ou infância que é exatamente isso".

Mas o fato é que, através do processo de análise e transformação, especialmente no que tange à **primeira infância (0-6)**, a gestação e o contexto da família antes e depois do nascimento, descobrimos que as experiências facilmente acessadas pela consciência em idades mais tardias como 8, 10, 12 e 14 anos de idade por exemplo, tem o funcionamento de **experiências confirmatórias da dinâmica da personalidade** onde percebemos que já havia uma dinâmica da personalidade estabelecida, que levou a uma experiência que fortaleceu e aprofundou essa dinâmica.

Esta distinção perceptiva entre o que é **CAUSA** para nossa personalidade e funcionamento e o que é **CAUSADO** pelo padrão e sistema de funcionar é o coração essencial da percepção do **Quinto Caminho**. Porque o que observamos é que 99% do que é indicado como causa dentro das narrativas frases de uma pessoa é na verdade **CAUSADO** mesmo que na verdade isso seja visto como **CAUSA**.

Um exemplo simples: uma jovem mulher tem uma primeira experiência de morar junto com um namorado que a trata mal e tem dinâmicas de controle, isso se torna um trauma e por muitos anos ela se recusa a morar com um novo parceiro que é saudável e positivo na sua interação com ela dizendo "não consigo confiar num homem nesse nível", essa é uma relação **CAUSA** para o seu funcionamento com a primeira experiência amorosa. Entretanto, à medida que aplicamos a análise do método descobrimos que seu pai era controlador e prejudicial com sua mãe, e ela traz essa memória reprimida da infância e percebemos que - na verdade - mesmo sendo sua primeira experiência e seu registro mais forte, a primeira experiência amorosa foi **CAUSADA**.

Conseqüiremos observar essa mesma estrutura interpretativa em relação a grande maioria das experiências, memórias e problemas relatados dentro de um contexto terapêutico. Dentro do funcionamento da **Normose**, que será mais detalhada a frente na *seção 4.2.3*, uma das principais estratégias de enfrentamento que nos mantém no piloto automático do Ego é essa construção da

relação de **CAUSA** para os eventos **CAUSADOS** onde a responsabilidade não é minha e posso me entreter com diversas experiências e atividades de análise e interpretação dos eventos externos e dos outros numa linha investigativa de: "Porque será que ____ aconteceu?"; "Porque essa pessoa é assim comigo?"; "O que eu fiz para merecer isso?";

Até levar a explicações e narrativas identitárias como: "Eu era ____ até que ____ aconteceu e eu me tornei ____"; "Sou assim porque ____"; "____ me fez me tornar assim"; Dentro desta lógica entendemos porque a maior parte das pessoas vai definir sua identidade a partir do que nos aconteceu, das relações principais com pais, amigos, irmãos e parceiros, e com a "história de acontecimentos da vida" que ocorreu principalmente da **segunda infância(6-18)** em diante.

Essa linha de interpretações e identificações com o que aconteceu conosco e com este corpo que habitamos vai de direito encontro com os três estágios de **superidentificação / alienação, distorção da experiência sexual** e criação do ponto de **equilíbrio social disfuncional** dos três corpos descritos nas seções anteriores (2.1; 2.2; 2.3;) que explicam esse processo de superidentificação rumo a distorção da experiência da vida e da ignorância no sentido da sua relação com os três cérebros (s 4.1) e com as diferentes esferas da experiência corporal humana.

Entretanto, daqui para frente se faz necessário um detalhamento e aprofundamento dos **Estágios da Construção do Ego** e das suas relações com os três cérebros e os três corpos, especialmente no que tange os contextos e experiências da **primeira infância (0-6)** e do desenvolvimento conjunto do corpo e do cérebro em cada um dos seus estágios, com seus respectivos impactos, distorções e consequências causadas.

Nesta nova análise detalhada, entenderemos como o **Ego** é formado e reforçado, estágio por estágio, iniciando nos traumas formativos durante o contexto pré nascimento; gestação e início da vida e se intensificando e confirmando a partir das experiências da **segunda infância(6-18)** e vida adulta, para eventualmente formar o que foi descrito no início como o "**Adulto disfuncional**"; o "**Adulto doente**" ou até mesmo o "**Adulto infantil**".

Essa nova visão - que propõe a mudança dramática de **CAUSA** para **CAUSADA** na grande maioria das experiências que compõem a identidade e personalidade da pessoa média - é num primeiro momento difícil de aceitar e causa de resistência em quem ainda não passou pelo processo, primeiro por trazer uma certa percepção de narrativa, de 'impostor' e de esvaziamento da máscara identitária formada ao longo da vida.

Por outro lado, o que entendemos nesse processo de busca e mudança perceptiva é que, entendendo que todos esses acontecimentos são confirmatórios e reforçadores do caráter do **Ego**, enquanto estamos identificados com eventos **CAUSADOS** numa relação de **CAUSA**, por mais que tentemos transformar nossas questões e criar liberdade em relação aos padrões automáticos que nos afligem, não seremos capazes de fazer qualquer mudança relevante e duradoura, porque simplesmente não estamos tratando a causa real dos problemas.

Neste contexto, observamos que quem passa pelo processo de transformação do irá chegar naturalmente a um ponto de caminho que é a "mudança biográfica" onde *reescrevo* minha percepção sobre o que aconteceu comigo e, conseqüentemente, sobre a minha percepção da minha história de vida. Essa "travessia" de abrir mão do apego a quem eu acho que fui para me tornar quem eu

realmente sou, apesar de agridoce, é o que libera os verdadeiros recursos e um sentimento de *ser* que vem da essência e não de acontecimentos e relações exteriores.

Essa redescoberta do *eu* que vai além das máscaras, mais livre, mais leve e mais em paz consigo é o objetivo final deste trabalho.

É importante notar aqui, que essa busca sistemática de separar as *CAUSAS* reais do que é narrativa identificada exterior não deve ser uma estereotipização ou tipificação da dor e dos problemas, criando um segundo padrão de identificação, agora com a nova narrativa verdadeira. O processo do fim da identificação, juntamente com o início do controle, liberdade e consciência do que de fato me formou como ser humano deve ser uma porta de libertação e de saída, onde a partir do momento que entendemos, já nos movimentamos em direções opostas de cura, transformação e liberdade.

A seguir, realizaremos um diligente, detalhado e sistemático estudo dos *Estágios de Construção do Ego* na visão das ferramentas que compõem o *Quinto Caminho* especialmente o *Inner Vision*, o *Eneagrama* e a *Neurociência*. Tudo isso dentro de uma ótica de transformação, solução, cura e saída, fugindo das tipificações e "adaptações neuróticas" de nos identificarmos com um ou mais estágios desse processo como a verdade ou como algo central.

Isso é especialmente importante nos casos de pessoas que sofreram grandes traumas ou "*teriam motivo*" para se sentirem presos nas suas dinâmicas como a "verdade" das suas vidas. Aqui nos referimos especialmente aqueles que sofreram abusos, sexuais ou violentos, aqueles que sofrem com distúrbios e doenças mentais, aqueles que sofrem com dependências químicas e aqueles que tem que lidar com abandono paterno, assassinato na família e outras circunstâncias "incontornáveis".

Nestes casos, a postura ambivalente se faz necessária onde há a acolhida do que dói e é real nessas situações tão difíceis, assim como a pragmática abordagem de tratar essas situações como *naturais na vida de quem passou*, como importantes marcos que doem mas precisam ser superados. Só de um lugar de perceber e acreditar na força de quem passou por essas situações, temos força e liberdade para escrever uma nova história e ajudar quem passou a fazer isso.

Essa postura é universal dentro da ótica do *Método*, se tornando mais necessária ainda nesses casos extremos.

Até porque, em última instância, tudo que acontece conosco - do mais leve, simples e trivial aos mais intensos e complexos - é incontornável. E, por mais que de fato exista um fator de "potência e dificuldade" nas questões mais profundas como as supracitadas no parágrafo anterior, não devemos permitir que isso se torne identificação e uma "sentença de destino".

Não há como, nem há justificativa produtiva, para afirmar porque algumas pessoas passam pelas grandes provações de uma dessas situações citadas, enquanto outras passam "incólumes" pela vida.

Mesmo no nível noético e espiritual não há "matemática celestial" que justifique o abuso de uma criança pequena, o assassinato de um inocente, a queda de um ser humano numa dependência química séria e profunda. E o ponto é que não é necessário justificativa, podemos criar as narrativas que quisermos em cima da realidade, seja as prisões da super identificação ou a transformação da dor em essência numa nova narrativa positiva.

O que observamos aqui são duas situações e possibilidades neste contexto.

A primeira é que, independente do motivo, percebemos que aqueles que passaram e verdadeiramente transformaram as âncoras negativas dessas situações profundamente traumáticas em narrativas de cura e recurso, eles se tornam pessoas extremamente confiantes, capazes e paramentadas para realizarem grandes coisas. É como se todo o terror e pessimismo de quem foi "prejudicado pela vida" pudesse ser transformado num processo de contribuição empática e impactante de "outras pessoas não precisam passar por problemas como eu" ou até mesmo "vou fazer algo verdadeiramente especial com a minha vida já que passei por isso".

Entretanto, isso só se faz possível dentro do contexto da postura ambivalente já citada de acolhimento e pragmatismo. Onde entendo o que ocorreu comigo, acolho e dou lugar para minha dor e transformo isso num caminho prático de contribuição para mim e para os outros.

A segunda situação a ser observada é o funcionamento dessa nova história pessoal, essa nova narrativa de contribuição.

Pois da mesma forma que não existe no noético e espiritual uma "matemática celestial" que justifique a razão negativa por trás dessas experiências, não há justificativa positiva também que diga "isto aconteceu para que _____ acontecesse". "Isso foi uma preparação para a sua missão de vida _____" ou "sem _____ você não poderia ser capaz de _____".

No superficial de situações rasas e menos impactantes, essas lógicas podem até mesmo se apresentar como funcionais, positivas e até desejáveis, mas mostram uma visão de uma espiritualidade sádica e um Deus manipulador que nos faz sofrer para nos preparar para sermos úteis às suas vontades. Isso também não é real e gera um processo de rejeição do *masculino, da ordem e do espiritual* enquanto

Os 7 níveis de evolução da consciência segundo o Quinto Caminho

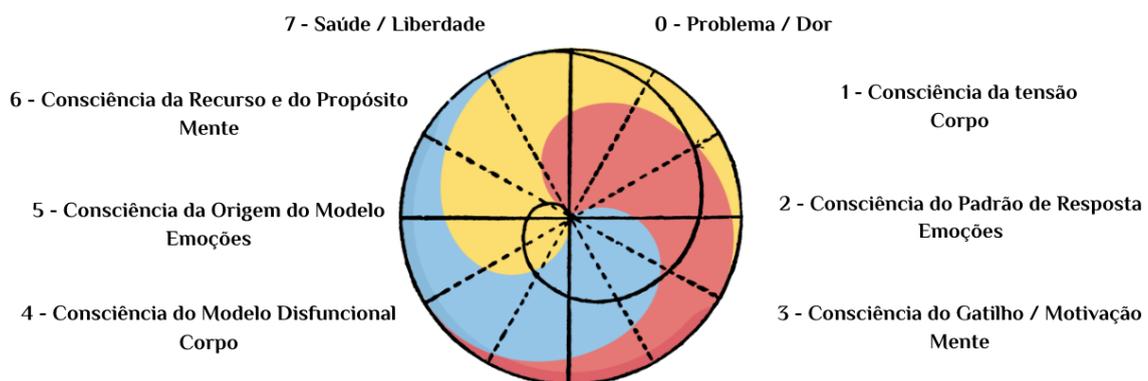


Figura 7: Os 7 estágios da construção do Ego e do "Piloto Automático" segundo o **Quinto Caminho**.

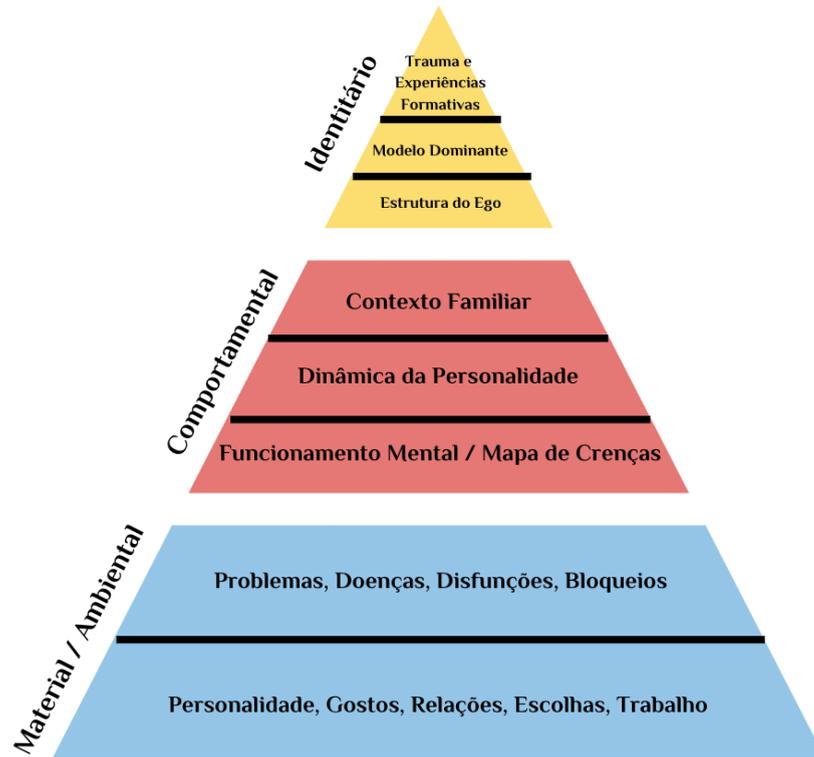
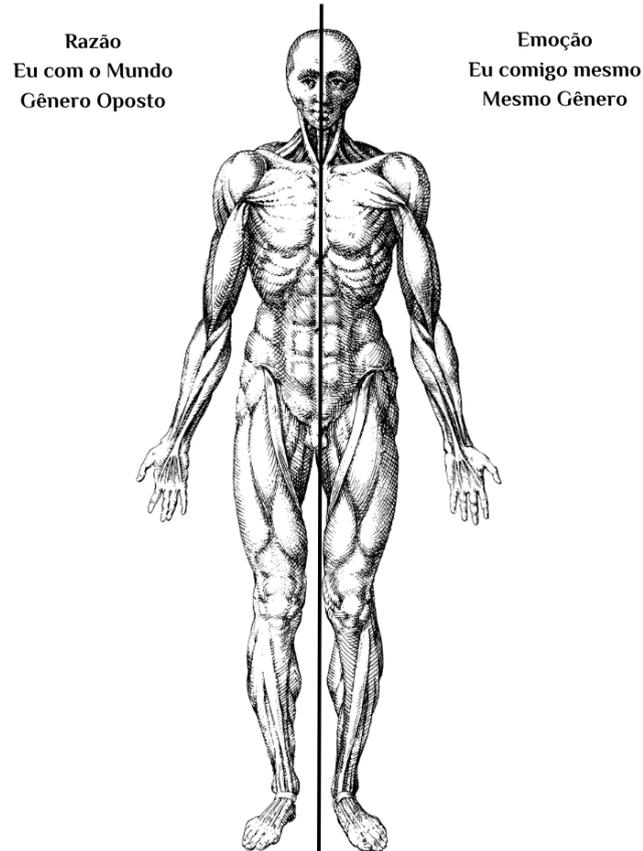


Figura 8: Uma simplificação dos estágios da formação Ego dentro de contexto da Pirâmide de Bretson-Maslow.

5.2.2 O Desenvolvimento corporal, o processo de Mielinização e a aplicação da Cognição Corporificada no contexto do estudo do Ego e da Personalidade



*Figura 9: A aplicação do entendimento dos dois lados do cérebro no desenvolvimento corporal e na sua relação com a cognição e emoções corporificadas dentro da lógica do **Inner Vision**.*

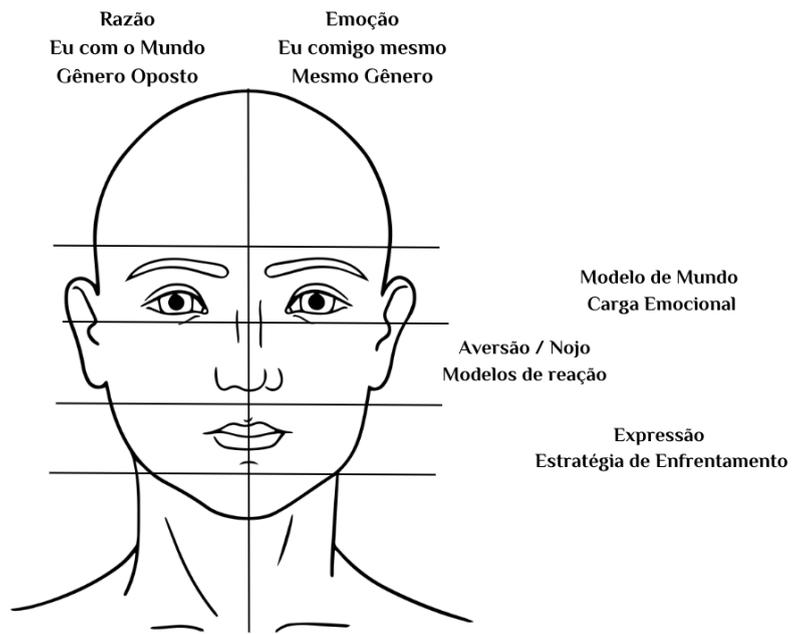
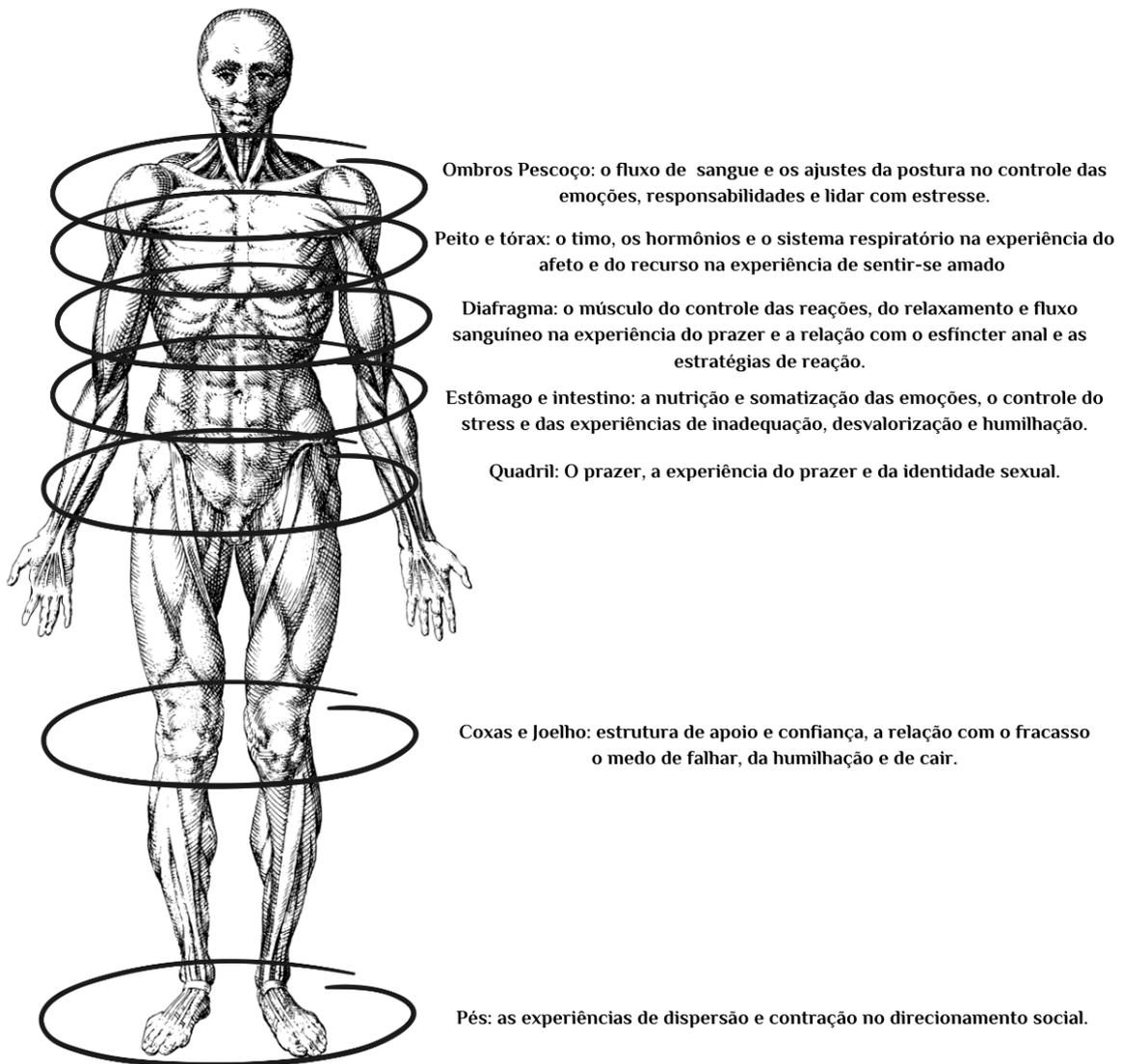


Figura 10: A da lógica do **Inner Vision** no rosto e as leituras iniciais no entendimento do modelo de funcionamento.



*Figura 11: A interpretação simplificada da lógica do **Inner Vision** no corpo e das suas dinâmicas emocionais associadas.*

5.2.3 O Contexto Familiar pré nascimento, a lei sistêmica do Pertencimento e o "lugar da busca do amor" dentro da família

5.2.4 O Trauma Formativo do Desamparo e a formação de um funcionamento Corporal / Instintivo no contexto do Cérebro 1

5.2.5 O Trauma Formativo do Desamor e a formação de um funcionamento Emocional / Sexual no contexto do Cérebro 2

5.2.6 O Trauma Formativo da Desvalorização e a formação de um funcionamento Mental / Social no contexto do Cérebro 3

5.3 A Origem do Ego e das Dinâmicas da Personalidade no contexto familiar a partir do trauma e das experiências formativas

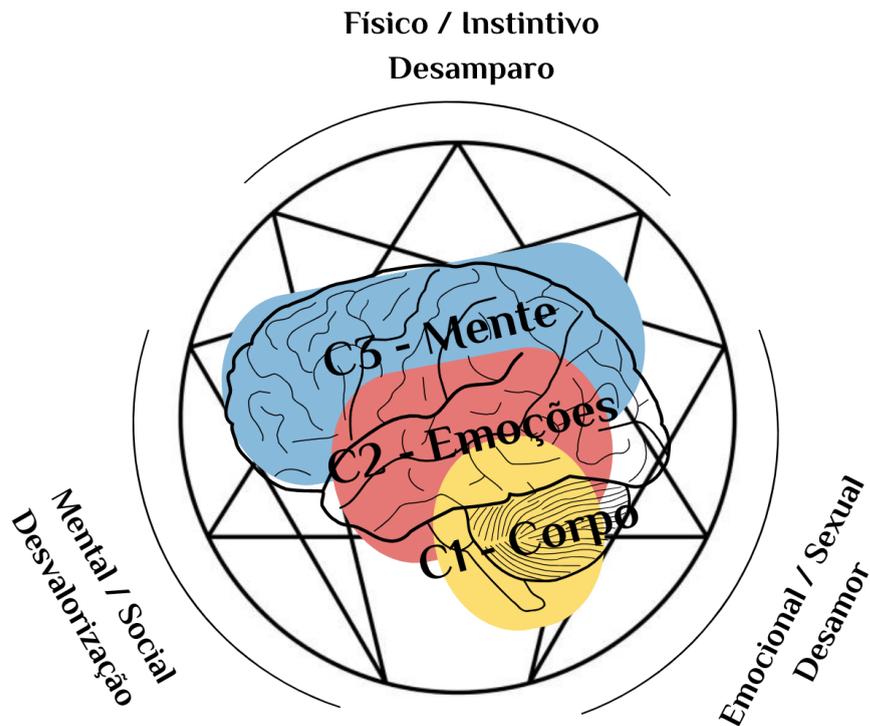


Figura 12 : Os traumas formativos e seus funcionamentos associados, no contexto dos três cérebros segundo o Quinto Caminho.

5.3.2 A "Anatomia do Ego" pessoal e a relação Contração/Expansão em relação ao *Corpo Racional* e o *Corpo Emocional*

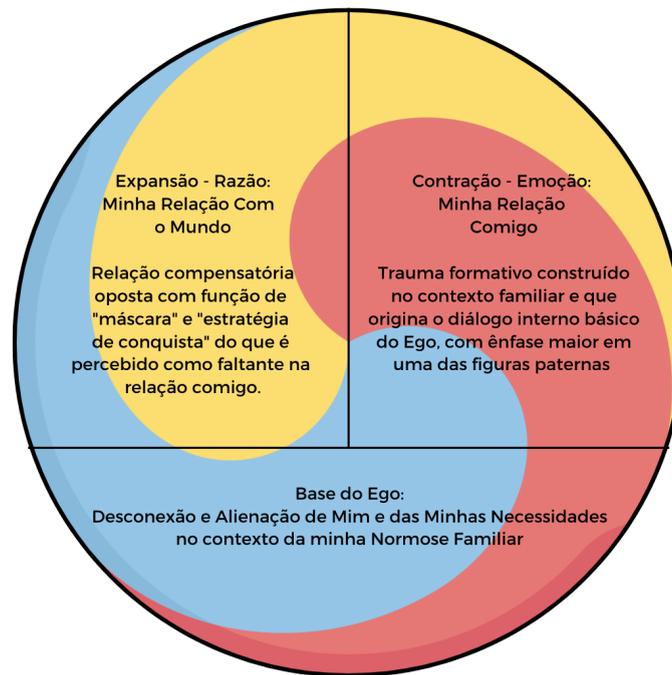


Figura 13: A relação Esquerda-Direita da Emoção-Razão e Contração-Expansão das crenças que formam o Ego segundo o **Quinto Caminho**.

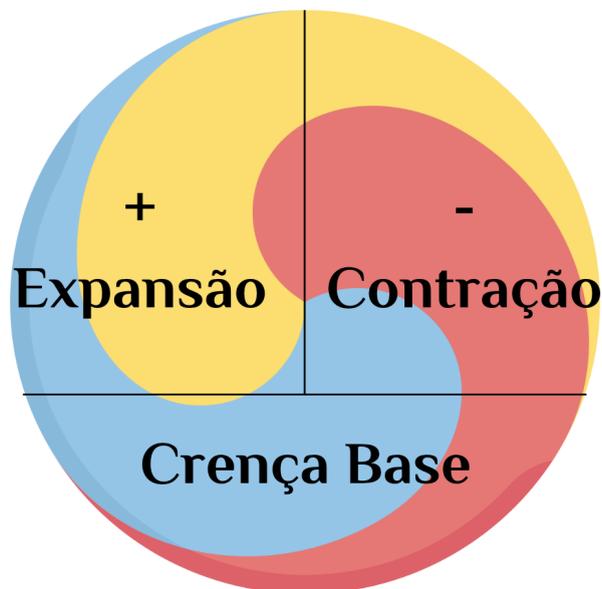


Figura 14: A anatomia do Ego simplificada segundo o **Quinto Caminho**

5.3.3 A transformação dos traumas nas coraças musculares e biotipos Reich/Lowen sob a ótica da Cognição Corporificada Gallese/Lakoff

5.3.3 Os 9 Tipos do Eneagrama no contexto dos 3 Funcionamentos

O Eneagrama Segundo o Quinto Caminho

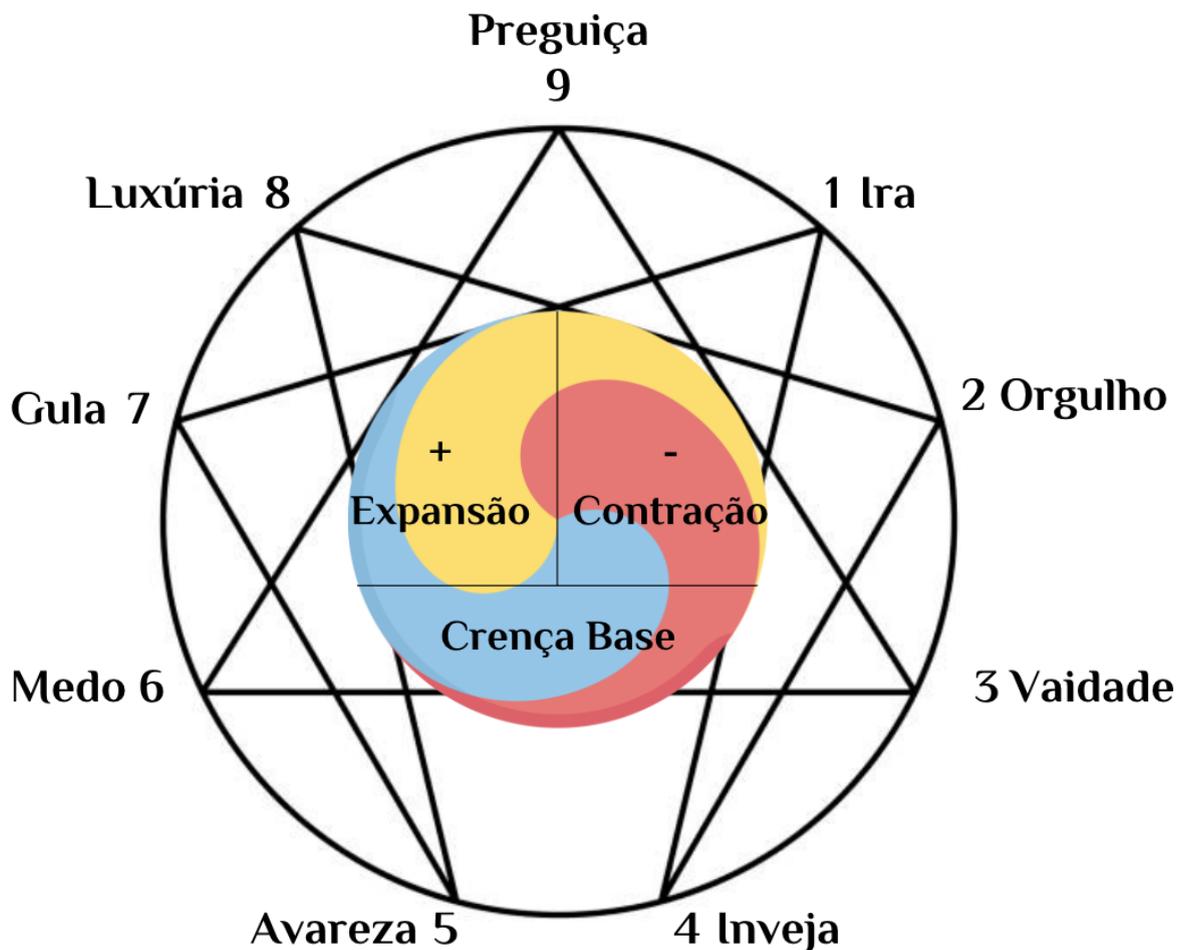


Figura 15: O Eneagrama da Personalidade, revisitado e remodelado sob a luz do **Quinto Caminho** incorporando a anatomia do Ego e das crenças formativas no centro da Mandala, assim como o processo de solução para essas dinâmicas.

1. **IRA**: O perfeccionista, o realizador, o consertador, o dono da verdade.

O que caracteriza o tipo 1 do eneagrama é a sua necessidade compulsiva e constante de realizar o que ele considera como correto, o que é moralmente certo, o que é o padrão de excelência, o que é o exemplo de um ser humano, o qual está imbuído da verdade, dos bons valores e da boa apresentação pessoal. O tipo 1 vai sistematicamente consertar, resolver e melhorar tudo que ele puder, num movimento perfeccionista de estar agindo o tempo todo. Ele tem uma irritação natural e constante em relação à Vida na qual ele está o tempo todo agindo.

Isso cria um ser que no seu exagero e no extremo dos seus funcionamentos não consegue descansar, não consegue aproveitar o prazer e a satisfação real. Porque está constantemente com a guarda alta esperando que as coisas deem errado ou tenham defeitos, para que ele seja necessário. Ele costuma estar constantemente sobrecarregado por uma quantidade infinita de tarefas, necessidades e ações causadas por essa necessidade de fazer o que é moralmente correto, o que é o certo, o que é a verdade, o que é o justo, e o que representa um bom ideal de ser humano. Isso cria também um padrão de se aliar constantemente a pessoas que são trabalhosas na relação com tipo 1, então tipo 1s vão acabar se cercar de pessoas que são carentes demandosas e difíceis e que exigem dele essa relação de altas expectativas de alta energia para manutenção da relação.

Os 1s vão estar o tempo todo se colocando no lugar de únicos responsáveis por projetos por Trabalhos por situações por grupos. Porque existe neles uma criança de que se eles não fizerem É de fato não será bem feito não será feito da maneira que precisa para atingir um certo resultado e que por isso ele tem uma obrigação de fazer por trás disso existe uma dinâmica no tipo um de desamparo e uma crença de infância de que ninguém vai vir para me ajudar. Ninguém vai me dar o ajuda o colo recurso que eu preciso. Ninguém tem a mesma qualidade moral que eu então se ninguém tem essas qualidades, eu preciso desenvolvê-la sozinho criando um movimento de Destino Manifesto e profecia auto realizável onde eu condiciono todas as pessoas e situações da minha vida dependerem de mim e da minha força da minha energia da minha saúde da minha capacidade isso cria contextos e mais contextos onde eu tô 100% como articulador e o responsável pelas situações e cria é expectativas de todas as pessoas da minha vida de que eu faça mais de que eu entregue mais de que eu seja mais e por isso. Eu crio uma vida onde ninguém me ampara não raro os tipos uns podem ser agressivos extremamente críticos e duros com as pessoas da sua volta, mas eles não são nem metade do que eles são críticos duros e rígidos com eles mesmos sua performance às suas ações, nunca está boa o bastante e eles estão o tempo todo procurando problemas e erros e coisas serem consertadas no seu mundo no seu trabalho na sua vida nas suas coisas é isso cria também um senso crítico muito grande em relação ao mundo as pessoas é pode criar nos relacionamentos. Dos projetos quando eles estão na dor e quando eles estão fora do recurso um uma barra tão alta que ela nunca vai ser eh, vai ser atingida e por isso eles podem acabar se tornando pessoas isoladas sozinhas, eh que não tentam que estão sobrecarregadas por tudo e não e simplesmente se tornam quase um oposto no sentido de que eles tentam fazer as coisas, mas não conseguem e e ficam completamente tomados por essa energia crítica que eles têm nas mulheres é normalmente o padrão do tipo um pode inclusive se apresentar como um ser muito otimista muito é para cima educado adequado é interessante que apresenta se ser um ser muito sério competente capaz, mas que se apresenta como um ser humano atrativo e interessante que tem as qualidades. que fazem um ser humano, se de fato reconhecido como alguém diferente alguém é que vale a pena se relacionar nos homens o tipo um pode acabar se caracterizando por eh mais força mais agressividade um funcionamento mais sistemático e uma tentativa de se tornar um homem ideal poderoso e capaz e forte que acaba até pesando um pouco a mão no sentido de Eh, se tornar um ser duro e rígido, hã eles vão ter um ambos os gêneros e ambos os funcionamentos eh muitas doenças físicas males crônicos e vão ter relações super compensatórias de trabalharem por longos períodos, depois ficarem extremamente cansados ou doentes eles somatizam tudo no corpo e tem uma dificuldade profunda de serem

vulneráveis pedirem ajuda e se tornarem. Sentirem prazer sentirem aproveitarem a vida descansarem para eles não estarem engajado num projeto numa responsabilidade ou numa relação na qual eles têm que entregar coisas é quase impossível é quase uma tortura é quase uma situação em que eles ficam malucos então tipo um ele é caracterizado por essa incapacidade de relaxar e de ter paz e de fato ficar bem eles têm um desprezo muito grande pelas pessoas que não são comprometidas pelas pessoas que não seguem os padrões morais que eles acreditam é eles têm uma visão meritocrática da vida e ele se vêem com pessoas que tiveram menos. E receberam menos, mas ainda assim triunfaram por conta dessa capacidade moral então. Eles olham para o mundo e quando as pessoas não têm essa essa moral que eles têm e não tem essa postura não tem essa capacidade e de realização eles sentem que as pessoas não estão colocando energia ou bastante não estão sendo corretas que as pessoas estão sendo moralmente eh sacana assim, então eles têm esse movimento julgar muito as pessoas que não estão dentro dos padrões morais deles e girarem quase uma versão desprezo por esse tipo de comportamento é eles vão se parear normalmente com pessoas que têm funcionamento diferentes dos deles no sentido de que eles buscam sim. É se complementarem desenvolverem o que eles percebem que são ruins. Mas eles estão sempre isolados e se sentindo sozinhos num sentido que eles não conseguem pedir ajuda e que eles sentem que eles são meio obrigados a fazer tudo e a resolver tudo. Novamente trazendo essa propensão para relações que o sugam relações que os machucam e na última linha o tipo um vai ser uma pessoa que tem muita dificuldade com crítica é muita dificuldade com não ter competência com não tá num lugar de força é no nível que ele vai. Obcecado por performance e por resultado e por fazer as coisas certas então. E isso pode virar inclusive parecer que eles gostam de crítica de feedback que eles lidam bem no trabalho as pessoas vão dizer que eles são ótimos com críticas e com colocações, mas na verdade é um movimento de máscara na qual eles estão absolutamente eh obcecados por entender o que que ele tem de errado para que eles possam consertar isso rápido e pararem de ser criticados.

Eles preferem trabalhar com ou serem subordinados de pessoas que eles admirem e respeitem como superiores em capacidade dentro dos seus padrões morais e não suportam serem vistos ou colocados como pessoas desfocadas, incompetentes ou que tenham interesses e comportamentos imorais ativando uma resposta moral e seu senso de justiça. Apesar de muitas vezes evitarem o conflito num primeiro momento por considerarem que este é o correto, é comum que "coloquem tudo para dentro" e eventualmente explodam, sendo agressivos e desproporcionalmente reativos.

A dinâmica de infância é - como em todos os instintivos - a forte sensação de desamparo, sendo que no caso dos Uns, isso pode se caracterizar juntamente com uma experiência de desamor de "tem algo de errado comigo e eu preciso consertar" seja por uma situação exterior e contexto familiar ou por um pai ou mãe excessivamente crítico, sendo que neste caso há a interiorização deste pai ou mãe como voz do diálogo interno deste tipo Um, em que essa relação pautará todas as suas relações seguintes, considerando que se for o pai do mesmo gênero que o tipo Um pautará a relação consigo mesmo e se for o pai do gênero oposto pautará as relações amorosas e com o mundo.

2. ORGULHO: O doador, o generoso, o livre, o exagerado.

Para os dois do eneagrama são caracterizados por serem. Grandes otimistas são grandes doadores generosos de personalidade forte tem uma energia muito positiva vão ter sempre um sorriso e uma conversa bacana. São pessoas que são muito simpáticas. Então se tocam pela dor do outro que se sentem tristes e incomodados ao ouvirem de Dores de coisas terríveis que você passou. Eles têm esse

traço de materialismo de cuidado de amor muito forte e apresentam essa característica do amigo ideal da mulher cuidadora do homem poderoso capaz e disponível e interessado. Então os dois vão ter sempre essa essa imagem que você olha você fala. Nossa, como seria bom se essa pessoa mais próxima na minha vida ou ter mais contato com uma pessoa desse tipo você cuidado para uma pessoa desse tipo isso na verdade esconde uma um funcionamento de controle de dominância uma dificuldade muito grande de ser criticado. Uma dificuldade muito grande de se sujeitar ou se submeter a regras as outras pessoas a relações então o dois ele tem um funcionamento quando ele tá na dor na dificuldade quase de criança mimada ou de jovem revoltado o sentido que ele não vai fazer o que você tá esperando dele e isso. Tem uma consciência muito leve. porque o seu mental o seu funcionamento na verdade disse para ele que ele tá seguindo sentimentos dele que ele tá sendo fiel a quem ele é que ele não merece passar por isso e que ele não deve se sujeitar esse tipo de situação então dois ele tem essa profunda sensação do que os americanos ou seja tenho direito a é como se eles tivessem nascido com direito. Sendo infelizes a realizar em seus desejos, eles devem buscar isso acima de tudo o resultado disso é que o dois na Minha grama se torna um ser que se espalhou-se doou se deu tanto que ele acaba com muito pouco, então ele se sente muito sozinho muito vulnerável muito desamparado por um lado no lado que ele não admite para ninguém. E por outro ele se permite ser cuidado o tempo inteiro. Então não é incomum que os dois têm em volta deles pessoas. Para as quais eles terceirizam grande parte das suas questões práticas das suas questões chatas das suas questões cansativas então ou vão demorar muito tempo para sair da casa dos pais ou vão ter um marido ou uma mulher que é responsável por tudo. Eles realmente não tem dificuldades de passar uma grande parte da Verdade uma outra pessoa que eles Confiam muito e que eles vejam como uma pessoa. Que as quais podem de fato deixar a vida deles na mão dessas pessoas. Os dois têm também um jeito livre dramático espontâneo de reagir a tudo de uma maneira muito aberta e emocional que tende a uma visão juvenil mesmo. Então eles têm uma energia jovem mesmo aos 30, 40 até 50 anos, eles podem expressar tanto uma aparência quanto o tom de voz e outras características de verniz ou infantis até não é incomum que as mulheres do tipo 2. Tem vozes infantilizadas trazendo aquela aparência de donzela em perigo ou de por favor me proteja. Já os homens dois vão ter um funcionamento mais expansivo, mas ostensivo poderoso opulento no sentido que eles vão chamar atenção. Seja pela sua aparência. Seja pelos seus negócios seja pela sua capacidade. Em ambos os gêneros ele vai se comportar. Sempre se colocando como quem tem mais uma troca como quem não precisa de nada quase não desprendendo um desapego Total as coisas que outras pessoas acharem importantes. Nesse sentido o dois pode se tornar um ser muito generoso cuidadoso disponível no sentido práticos de cuidar de você te alimentar perguntar sobre seus sentimentos te ouvir mas no fim para quem convive com os dois e para quem tem proximidade. Porque é tão chamativo otimista brilhante Generoso, você percebe que existe um egoísmo não funcionamento. quando confrontados e quando de fato você toca na vida deles os dois se tornam muito agressivos muito duros muito. dominantes controladores tendo uma reação que pode chegar a assustar quem não se conhece ou quem tá muito acostumado com esse funcionamento em defeso e Gentil que eles têm a maior parte do tempo nesse sentido é como se ele estivessem uma força e uma Face o que só é revelada, quando ele sentem que eles estão sendo de fato criticados injustiçados vão ser necessariamente otimistas no sentido de criar narrativas e motivos e visões do porquê que a vida deles é uma história que está se tornando melhor e que tem uma grande um grande propósito por trás de tudo. E também vão sempre falar das dificuldades, dores e questões que eles estão vivendo. No passado como se fosse eu estava me sentindo assim, mas agora já estou melhor. fazendo uma leitura de superação e de crescimento é muito difícil entrar no círculo íntimo de um dois pelo fato deles acabaram sendo fechados e tem dificuldade de criar relacionamentos profundos. Mas a partir do momento que você entra no círculo de um dois você tá lá pra vida, você pode contar com ele, pode chamá-lo. Pode precisar dele que ele vai estar disponível, ele vai parar tudo que a gente vai fazer para

cuidar de você. Mas sempre um cuidado prático e sempre um contexto que termina nesse egoísmo de tudo sobre mim.

3. VAIDADE: O deslumbrado, o vencedor, o manipulador, o sedutor.

4. INVEJA: O pessimista, o sensível, o artista, o ressentido.

5. AVAREZA: O pensador, o distante, o estudioso, o sistemático.

6. MEDO: O cético, o leal, o planejador, o irritado.

7. GULA: O otimista, o sonhador, o vendedor, o desfocado.

8. LUXÚRIA: O dominador, o idealista, o controlador, o protetor.

9. PREGUIÇA: O conciliador, o missionário, o alienado, o pacifista.

5.4 A Possibilidade de cura através da construção da Integração das abordagens Corpo-Emoções-Mente e da Neuroplasticidade na construção do Adulto Saudável

1. Problema e qualificação
2. Reconhecimento do instinto / emoção base
3. Ativação do corpo
4. Visualização audio/emocional

- Problema
 - Experiência oposta
 - Intensidade de experiência
5. criação de nova âncora
 6. transformação em ferramenta
 7. recompensa e plano

5.5 A Nova Espiritualidade ontológica no contexto do *Quinto Caminho* e a integração do transpessoal na experiência de vida do Homem Moderno