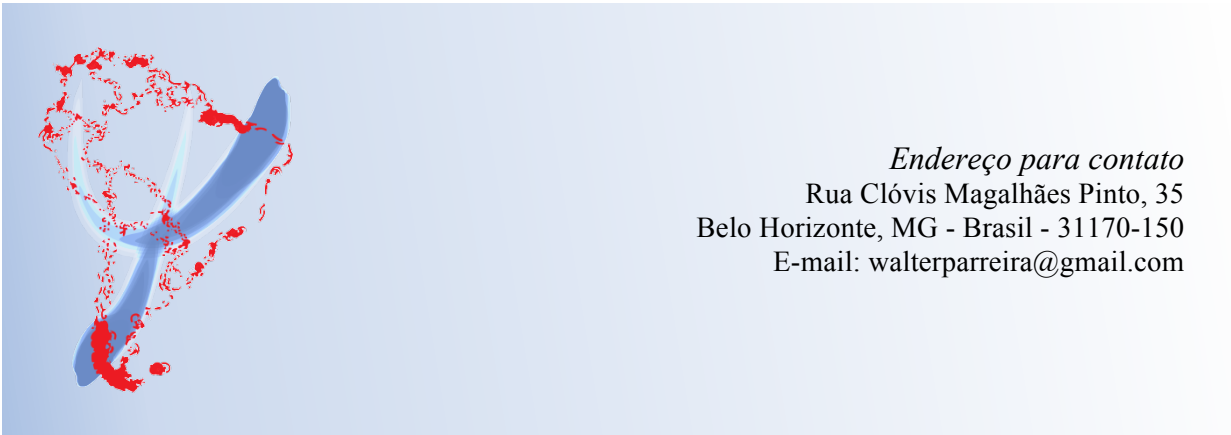


CONCEPÇÕES DE SUBJETIVIDADE EM ROGERS, FREUD E GENDLIN: PSICOTERAPIA HUMANISTA-FENOMENOLÓGICO-EXISTENCIAL E SABEDORIA ORIENTAL

Conceptos de subjetividad en Rogers, Freud y Gendlin: psicoterapia humanista-fenomenológico-existencial y sabiduría oriental.

Conceptions of subjectivity in Rogers, Freud and Gendlin: humanistic-phenomenological-existential psychotherapy and oriental wisdom

Walter Andrade Parreira - Universidade Fundação Mineira de Educação e Cultura



Walter Andrade Parreira
Psicólogo, professor e coordenador do Curso de Pós-Graduação em Psicoterapia Humanista/Fenomenológico/Existencial da Universidade Fundação Mineira de Educação e Cultura (Fumec), Belo Horizonte, MG, Brasil.

Resumo

Este trabalho apresenta uma reflexão sobre as concepções de subjetividade da Psicoterapia Centrada na Pessoa (Carl R. Rogers), da Psicanálise (Sigmund Freud), e da Psicoterapia Experiencial (Eugene T. Gendlin) e sobre as possíveis consequências ou ressonâncias das diferenças entre elas para a compreensão/definição do problema de natureza psicológica, para a conceituação do que é comumente designado como saúde mental e para o exercício da prática psicoterápica. Apresenta, também, um cotejamento entre fundamentos da Psicologia Humanista/Fenomenológico/Existencial e das sabedorias, filosofias ou religiões orientais.

Palavras-chave: Experienciação; simbolização; focalização; problemas psicológicos; dualidade.

Resumen

Este artículo analiza las diferencias entre las concepciones de la subjetividad en la Psicoterapia Centrada en la Persona (Carl R. Rogers), el Psicoanálisis (Sigmund Freud), y la Psicoterapia Experiencial (Eugene T. Gendlin) y las posibles consecuencias de estas diferencias o resonancias para comprensión/definición del problema de naturaleza psicológica, para la conceptualización de lo que comúnmente se conoce como salud mental y para la práctica de la psicoterapia. También presenta una comparación entre los fundamentos de la Psicología Humanista/Fenomenológico/Existencial y de las sabidurías, filosofías y religiones orientales.

Palabras clave: Experiencing, simbolización, focusing, problemas psicológicos, dualidad.

Abstract

The present article deals with the differences among the conceptions of subjectivity from the Client-Centered Therapy (Carl Rogers), the Psychoanalysis (Sigmund Freud), and the Experiential Psychotherapy (Eugene Gendlin) and the possible consequences or resonances from these differences for the understanding/definition of the problem of psychological nature, for the conceptualization of what it is usually called as mental health and for the psychotherapeutic practice. It also presents a comparison between the foundations of Humanistic/Phenomenological/Existential Psychology and the oriental wisdoms, philosophies and religions.

Keywords: Experiencing, symbolization, focusing, psychological problems, duality.

Introdução

Problemas psicológicos não são conteúdos *internos*, *dentro* das pessoas, nos ensina a fenomenologia. Podemos entender, a partir do que Eugene Gendlin (1966) propõe em sua concepção existencial/fenomenológica sobre a subjetividade, que não há conteúdos *interiores* e, portanto, também, conteúdos que seriam problemáticos, que seriam os problemas psicológicos. Gendlin nos permite compreender o fenômeno psicológico como um puro fluir do experienciar¹ e o processo de simbolização desse experienciar. E é possível depreender, a partir das suas proposições, que o que se vive como um *problema* psicológico é algo que passa a existir exatamente quando se retira a consciência ou a simbolização desse fluir.

As opções por se compreender o problema de natureza psicológica como uma decorrência da maneira de se viver o processo/fluxo experiencial (Gendlin) ou como sintoma de problemas/conteúdos internos (quer entendidos como inconscientes – Freud –, quer como experiências não simbolizadas – Rogers) estão assentadas/ fundamentadas em concepções muito distintas a respeito do que seja a subjetividade².

De acordo com a compreensão fenomenológica, não há conteúdos *ocultos*, quer considerados como experiências não simbolizadas aguardando simbolização (teoria de personalidade da Psicoterapia Centrada no Cliente), quer entendidos como material inconsciente à espera do acesso à consciência (Psicanálise). O problema de natureza psicológica não é algo que “resida” em um *espaço interior*, que conteria, entre outros *objetos*, experiências reprimidas que ainda não ascenderam à consciência. Para Rogers

¹ Serão empregados, neste trabalho, os termos “experiência”, “experienciação” e “experienciar” como sinônimos, todos eles pretendendo significar o que Gendlin define como *experiencing*, conforme Messias (2001), *Psicoterapia Centrada na Pessoa e o impacto do conceito de Experienciação*, pág. 60: “Experienciação refere-se necessariamente a algo em processo (...); é uma espécie de fluxo psicológico que constitui o funcionamento do psiquismo humano (...); (...) assim como o fluxo sanguíneo é o fluido que sustenta a vida somática, a experienciação é o ‘sangue psicológico’ que alimenta a vida subjetiva de cada ser humano. (...) É o processo de sentimento vivido corpórea e concretamente; constitui a matéria básica do fenômeno psicológico e da personalidade.”

² Ver Eugene T. Gendlin (1970), *A theory of personality change*.

(1951 e 1959), não ascenderam à consciência por serem experiências ameaçadoras à auto-estima e elevarem intoleravelmente o nível de angústia (porque estão em desacordo com a noção do eu); para Freud (em, por exemplo, 1886-89, 1900, 1914-16, 1916-17 e 1937-39), por se tratarem de *conteúdos* inconscientes.

Ao referir-se à nova abordagem psicoterápica, por ele criada, como “Filosofia do implícito”, não pretende Gendlin (1961) dizer que aquilo que está implícito esteja *pronto, dentro* da pessoa. Sua compreensão, de natureza fenomenológica, é de que os significados implícitos (uma das características do experienciar é ter significados implícitos) são formados na interação entre a experiência e os símbolos, no momento imediato do processo de simbolizar o que se experiencia. Eles são *implícitos* apenas porque ainda não foram formulados e não porque já estivessem dados ou formados e aguardando a possível superação de defesas inconscientes (de acordo com a Psicanálise) ou de ameaças à noção do eu (Psicoterapia Centrada no Cliente) para ascenderem à simbolização e se tornarem explícitos. Nas palavras de Messias (2001):

“A crítica gendliniana é de que ambas as formas de pensamento [a Psicanálise e a Psicoterapia Centrada no Cliente] enfocam sentimentos, emoções, cognição, valores, etc. como construtos, perdendo assim, seu caráter processual. Ao propor uma nova forma de pensar, Gendlin tem como objetivo redirecionar a atenção da psicologia, tanto em seus aspectos científicos como filosóficos, ao que ele entende como sendo a base dos fenômenos psicológicos, ou seja, o fluxo experiencial. Segundo ele, a psicologia sempre tratou o tema indiretamente; seu objetivo, ao criar uma nova conceitualização, era permitir uma referência direta ao fenômeno em si, ou seja, à experiência (pág. 58)”.

Gendlin renova e atualiza a obra de Rogers, tanto no que se refere à prática da Psicoterapia Centrada, dando a ela uma orientação existencial e fenomenológica, quanto à teoria que a fundamenta, à qual confere um referencial igualmente existencial e fenomenológico. Ambas, a prática e a teoria *humanistas*, que caracterizam o trabalho de Carl Rogers, recebem, assim, uma nova luz. De um lado, o terapeuta passa a ter mais clareza e nitidez sobre o que focar ou em que se centrar na relação com o cliente, e tem

mais elementos para discernir, com maior precisão, a direção que deve dar ao seu olhar, à sua escuta e à sua intervenção empáticas. De outro, a bem-vinda releitura *existencial e fenomenológica* dos seus pressupostos enriquece, amplia e consolida os seus fundamentos, oferecendo-lhes um desejável complemento e aprofundamento. A Psicoterapia Centrada ganha em colorido e densidade, embora tais contribuições ou atualizações sejam apenas em parte incorporadas a ela (o conceito de *experiencing*, proposto por Gendlin conduz à inauguração da “Fase Experiencial” da psicoterapia criada por Rogers³), pois passam a constituir a nova abordagem que Eugene Gendlin vem a criar, a Psicoterapia Experiencial⁴.

A formação filosófica de Gendlin lhe permite uma rica leitura sobre o Existencialismo e a Fenomenologia e lhe possibilita estabelecer um cotejamento entre as teorias de personalidade da Psicoterapia Centrada⁵ e da Psicanálise, no que se refere a dois de seus principais construtos: o *self*, núcleo da teoria rogeriana, e o ego, instância central do aparelho psíquico freudiano. E lhe dá subsídios para situar as duas como pertencentes ao denominado “paradigma de repressão de conteúdos” (Gendlin, 1970), que reúne as teorias de personalidade que entendem a subjetividade como uma dimensão que abriga, também, conforme o próprio nome do paradigma aponta, conteúdos reprimidos. Embora tão divergentes, a semelhança de concepções, neste aspecto, entre a Psicanálise e a Centrada, sugere um traço ou resquício em Rogers da sua formação original psicanalítica. As terapias comportamentais pertencem, segundo

3 Ver, por exemplo, Joseph T. Hart (1970), *The Development of Client Centered Therapy*.

4 E, ao criá-la, estava Gendlin, sem dúvida, “de pé sobre os ombros de um gigante, o que lhe permitiu ver mais longe”: com certeza aplica-se ao grande discípulo e companheiro de Rogers essa frase que marca, ao longo da História, a relação entre aqueles que realizaram e realizam suas obras a partir de trabalhos e produções de autores que os antecederam. E Gendlin sempre dedicou o merecido e necessário destaque à importância, valor e significado do trabalho de Rogers, tendo expressado isso em muitos momentos (como em Eugene T. Gendlin, 1992, “Celebrações e problemas da psicologia humanista”).

5 Refiro-me, aqui, à Psicoterapia Centrada no Cliente e não à Abordagem Centrada na Pessoa, adotando a concepção de John K. Wood (1994), em “Abordagem Centrada na Pessoa”, pág. V, de que a ACP não tem uma teoria, e que a teoria rogeriana está contida, sim, no corpo da Psicoterapia Centrada no Cliente.

Gendlin, ao “paradigma de conteúdos”, por terem, como foco de trabalho, *conteúdos* problemáticos.

A superação da dualidade

Com sua concepção fenomenológica, Gendlin liberta-nos da prisão da dualidade “conteúdos problemáticos reprimidos versus simbolização” ou “organismo versus *self*”, que caracteriza a concepção rogeriana de congruência. Conforme comenta Gomes (1988):

“Gendlin vale-se da fenomenologia para reformular o conceito de congruência da teoria de Rogers. Como resultado, a mudança terapêutica não é mais entendida como sendo uma mudança de conteúdo (*self* e organismo), mas como sendo um ato existencial de vivência (“*experiencing*”). Gendlin resolve, assim, a dualidade entre o conteúdo do *self* e o conteúdo do organismo, abandonando a formulação estática de conteúdo e propondo a concepção dinâmica de processo. O processo de experienciação proposto resolve a dualidade subjetivo/objetivo e constitui-se num procedimento consciente e observável”.

Gendlin nos mostra, assim, que o “ato existencial de vivência” é um simples, pleno e livre fluir experiencial que, de caráter pré-conceptual, pré-verbal, pré-simbólico e *incompleto* (Gendlin, 1961), encontra seu desaguadouro “natural” e saudável, ou seu *complemento* – para que se torne *completo* –, no simbólico, na expressão nominal, conceitual⁶ daquilo que ele *é* (ou que *está sendo* – eis que *é processo*). Enquanto isso não ocorre, enquanto não se dá a simbolização, não se fecha a *gestalt*.

⁶ Importa observar que a palavra não é a única forma de simbolização de que dispõe o ser humano (tal forma é denominada conceptualização): simbolizamos nosso experienciar de várias outras maneiras, como através dos sonhos, das expressões e ações do corpo (da psicossomatização, por exemplo), da arte (poesia, pintura, teatro...), etc.

E esta última palavra nos remete a uma colocação do mestre da Gestalt-terapia, pertinente para a reflexão sobre a compreensão do que seja o “problema psicológico”: em “A Abordagem Gestáltica e Testemunha Ocular da Terapia”, Fritz Perls (1981) descreve a neurose como “a doença que surge quando o indivíduo, de alguma forma, interrompe os processos contínuos da vida e se sobrecarrega com tantas situações incompletas que não pode prosseguir satisfatoriamente com o processo de viver” (p. 38). “Interromper os processos contínuos da vida” significa, também, não permitir a simbolização, ou seja, bloquear o caminho “natural” do experimentar para o simbolizar, erguer represas ou diques nesse percurso, resultando em que mais situações em aberto venham a sobrecarregar o viver humano. Vale ressaltar que o não permitir a simbolização (que não é *reprimir*, pois que não se remete, não se “manda” nada para *dentro*, para o “fundo”) é uma ação ou um movimento psicológico que deve, ele mesmo, desejavelmente, ser simbolizado, condição para o bem estar emocional, para o bem estar psicológico.

Parafrazeando o significativo título do livro de Barry Stevens (1970), “Não apresse o rio, ele corre sozinho”, poderíamos dizer que o viver psicologicamente saudável implica em não empurrarmos o rio do experimentar e, também, em não obstruí-lo e não estancarmos o seu fluxo, mas em sermos capazes de dar a ele livre curso, não erguendo barragens no seu fluir em direção à simbolização.

Ao permitirmos esse fluir, poderemos, também, ter a oportunidade de encontrar e viver o *rio de água viva que somos, que flui desde sempre e para sempre em nós*⁷ e de nos aproximarmos da experiência de unidade entre o ser e o Ser⁸, superando o modo conhecido (na Espiritualidade Mística) como *dual* ou dividido de ser. E, aqui, abrimos

7 Linguagem figurada, comum nos textos da Mística.

8 Na Espiritualidade Mística, ser se refere à dimensão humana, enquanto Ser enuncia a dimensão de transcendência possível para o homem (denominada, de acordo com as diferentes tradições sagradas, de Logos, Verbo, Pai, Budeidade, Brahman, Ser Essencial, Eu Superior, etc.).

uma ponte ou uma possível interação entre a Psicologia Humanista/Fenomenológico/Existencial e as sabedorias, filosofias ou religiões orientais, que comentaremos mais adiante.

Se nos fundamentamos na Fenomenologia e no seu postulado básico da intencionalidade da consciência – o qual nos informa que estamos, sempre, conscientes-*de* alguma coisa –, a questão decisiva, portanto, para o nosso bem estar psicológico (para o que é comumente denominado de “saúde mental”) é *onde* estamos pousando a nossa capacidade de simbolização ao experienciar algo significativo, de importância emocional para nós: nesse experienciar ou em algum outro fenômeno? E, como se vive e se simboliza, sempre, apenas uma experiência de cada vez, e como é a consciência intencional (“a consciência se define pelo objeto que ela visa” – Tavares, 1984, pág. 39), o que se passa é que o problema psicológico é criado quando a consciência visa um outro fenômeno que não aquela experiência mais significativa que se está a viver no momento imediato. Experiência que, portanto, incompleta, aguarda, para que se torne completa – para que se feche a *gestalt* –, a presença da sua nomeação, da sua conceptualização: a palavra que a represente, que a expresse simbolicamente.

O título de um poema do escritor e cantor argentino Facundo Cabral (2005) se presta bem para exemplificar uma compreensão fenomenológica do que se passa com uma pessoa que está a viver um problema de natureza psicológica (no caso, uma depressão): “Não estás deprimida, estás distraída”. Sim, o que sucede é que a capacidade de simbolização da pessoa que se sente deprimida não está pousando sobre alguma experiência significativa do seu momento presente – ela está *distraída* desse experienciar e uma possível consequência dessa não atenção para com o que,

experencialmente, está a viver, é o deprimir-se (como poderia ser outra: insônia, somatização, etc.)⁹.

Uma colocação de Wolber de Alvarenga (1998) nos ajuda a compreender o que se passa: “Nosso corpo está sempre consciente de tudo, mas nós nem sempre estamos conscientes do nosso corpo.” Alvarenga quer dizer que o nosso corpo *sabe* de tudo o que se passa conosco (o que é aludido, também, no subtítulo do livro de Gendlin – 2006 – “Focalização – uma via de acesso à *sabedoria corporal*¹⁰”), mas nem sempre nós estamos de posse, a nível da simbolização, desse saber de que o nosso corpo é capaz¹¹. Quando nossa capacidade de simbolização não se encontra em sintonia com o que estamos a viver, criamos ou promovemos uma divisão, uma dissociação ou dualidade: em relação à experienciação, vivenciamos algo, porém, no que se refere à simbolização, não nos damos conta desse experienciar. Ao assim fazermos, nos afastamos do que Gendlin (1966) denomina de “modo existencial/experiencial de viver” e criamos, então, como no caso da depressão, acima, nossos problemas psicológicos.

A elaboração de Gendlin sobre o caráter processual do experienciar lhe permite criar sua teoria da *mudança* da personalidade (1970), por diferença às demais teorias de personalidade, construídas sobre os já mencionados paradigmas de conteúdos e de repressão de conteúdos, que privilegiam noções como características, traços e estruturas e se fixam, portanto, nos aspectos entendidos como *estáticos* da personalidade. A proposição gendliniana, que acentua a *mudança* como essência, objetivo e foco da psicoterapia (esta compreendida, então, como *processo*), é fundamentada em uma teoria

9 Vale destacar que essa compreensão é também muito conhecida pela Psicologia da Gestalt e pelos Gestalt-terapeutas, como o revela, por exemplo, Afonso H. Lisboa da Fonseca (2007), Para uma história da Psicologia e da Psicoterapia Fenomenológico Existencial – dita Humanista – Apontamentos, pág. 33: “(...) é a perda desta habitualidade de uma atitude fenomenológica o fator preponderante no desenvolvimento dos distúrbios e desajustes humanos, assim como na perda de seus potenciais criativos.”

10 Itálico nosso.

11 Podemos trazer, aqui, a compreensão das psicossomatizações como sendo uma linguagem da qual se utiliza a “sabedoria corporal” (o corpo – que “está sempre consciente de tudo”) na simbolização de um experienciar (com certeza, emocionalmente significativo) que não está alcançando, via palavra, via conceptualização, a dimensão da simbolização.

funcional de personalidade (Cury, 1994), por distinção/oposição às teorias de caráter *estrutural*. A teoria funcional de personalidade da Psicoterapia Centrada na Pessoa, por sua vez, conduz, em consequência, a uma abordagem funcional (e, não, estrutural) de psicopatologia (Valdettaro, 1996). A fundamentação filosófica que dá sustentação à elaboração de uma teoria da *mudança* de personalidade, a uma teoria *funcional* de psicopatologia e ao foco *processual* do viver psicológico humano e da psicoterapia é, evidentemente, de ordem fenomenológica e existencial.

Enquanto as teorias que se caracterizam pelo paradigma de conteúdos e de repressão de conteúdos são expressão de uma concepção dual de subjetividade ou de uma divisão interior do ser humano, a teoria e prática criadas por Gendlin contemplam e respeitam “o princípio fenomenológico da indivisibilidade do homem” (Gomes, 1988, p. 39): “a Fenomenologia descreve o homem e seu mundo como uma unidade indivisível” (Gomes, 1988, p. 43). Sua proposição (Gendlin, 1961, pág. 2) de ser a experiência – além de pré-conceptual, pré-verbal ou pré-simbólica e incompleta –, *também e sempre* uma vivência *concreta* no aqui-e-agora, no momento presente e imediato é, igualmente, uma expressão da concepção fenomenológica e existencial sobre os processos psicológicos. Como o é, sem dúvida, a valorização que essa concepção atribui à experiência *vivida* e à busca de *compreensão* do significado da experiência (um fluir vivencial e pré-reflexivo), por oposição à *explicação*, característica das abordagens de cunho behaviorista e psicanalítico.

O Humanismo Existencial Fenomenológico ocidental e o pensamento oriental

Os comentários acima apresentados nos permitem estabelecer uma aproximação, sugerida há pouco, entre os fundamentos da Psicologia Humanista/Fenomenológico/Existencial e as sabedorias, filosofias ou religiões orientais

e médio-orientais. Os presentes apontamentos e reflexões, elaborados no lado ocidental e pós-moderno do nosso planeta, encontram correspondência e ressonância no milenar pensamento oriental, corroborando a relação, já referida por muitos, entre o humanismo, a fenomenologia e o existencialismo e as filosofias hinduísta, taoísta, budista e zen-budista sobre o ser e o viver humanos.

Um primeiro aspecto que se pode destacar nessa aproximação é, de um lado, a compreensão fenomenológica sobre os processos psicológicos¹² e a crítica gendliniana à ideia de conteúdos problemáticos ocultos/dentro da pessoa e, de outro, as concepções e os ensinamentos budistas sobre o eu¹³ e zen-budista sobre a mente¹⁴. Na medida em que crio os mencionados conteúdos problemáticos interiores, crio a dualidade, o que é denotado em expressões corriqueiras, como um cliente se referindo a um incômodo ou dificuldade: “*eu tenho* um problema”. Está contido e implícito, nessa frase, que, para ele, há um *eu* que *tem* um problema *dentro* de si. Nesse momento, surge a dualidade, há dois: há um *eu* que, supostamente, *é*, e há um “algo”, um problema, que esse suposto eu *tem* dentro de si. Assim como não há tais conteúdos *internos* e, assim como é a consciência intencional (“*a consciência não é uma ‘interioridade psíquica’*” – Sá, 2010, pág.320), não há, também, um *eu* (como dotada de substância própria¹⁵). Aqui, portanto, um encontro entre a concepção fenomenológica gendliniana sobre o ser – enquanto processo e experienciação –, e o budismo e o zen, convergindo, esses saberes, na sua compreensão comum sobre a inexistência de um *eu* ou sobre a inexistência da mente, enquanto possuidora de substância própria.

12 Assentada na proposição husserliana da intencionalidade da consciência (TAVARES, 1984).

13 Entendido como a “grande ilusão” ou “Maya” – ver Ricardo M. Gonçalves (2006), Textos budistas e zen-budistas, pp. 86/87; Alan W. Watts (1956), O Budismo Zen, pp. 67-74; Takeushi Yoshinori (org.) (2006), A espiritualidade budista, pp. XIV/XV; Radmila Moacanin (1999), A Psicologia de Jung e o Budismo Tibetano, pág. 28.

14 Também entendida como ilusão – por exemplo, em Suzuki, “A doutrina zen da “não-mente”, 1993.

15 Para referências sobre o “eu”, como não tendo substância própria, ver, por exemplo, Ricardo M. Gonçalves (2006), Textos budistas e zen-budistas, pp. 69 a 93 e Takeushi Yoshinori (org.) (2006), A espiritualidade budista, pp. 15/16.

Outra aproximação pode ser encontrada na valorização que essas teorias e filosofias conferem à presentificação da experiência: todas elas ensinam que vivemos somente no presente, que vivemos *sempre* no momento imediato (embora seja raro nos darmos conta disso). Assim é que a proposição da fenomenologia sobre a intencionalidade da consciência e o pensamento zen nos revelam que vivemos e simbolizamos, sempre, apenas *uma* experiência de cada vez. Não fazemos a experiência de dois pensamentos ao mesmo tempo, não vivemos e não conceptualizamos duas ou mais vivências no mesmo instante. Como o nosso processo de pensar e de sentir é muitíssimo rápido, em altíssimo ritmo e velocidade, temos a impressão de que vivemos muitas experiências – pensamentos, sentimentos, emoções, sensações, etc., – ao mesmo tempo. No entanto, vivemos cada experiência por sua vez, vivemos sempre no aqui-e-agora¹⁶.

A história a seguir ilustra bem a importância, para a sabedoria oriental, do foco da atenção (ou da simbolização) na experiência que se vive a cada momento:

“Os alunos perguntaram ao Mestre o seu segredo, e ele respondeu: “Quando estou sentado, estou sentado; quando estou em pé, estou em pé; quando estou caminhando, estou caminhando.” Os discípulos se entreolharam perplexos e acharam que não tinham entendido direito. Então lhe dirigiram novamente a pergunta: “Mestre, qual é o segredo de sua sabedoria?” E ele disse: “Quando estou sentado, estou sentado; quando estou em pé, estou em pé; quando estou caminhando, estou caminhando.” Então os alunos se impacientaram e retrucaram: “Mestre, o que o senhor está dizendo nós também fazemos, mas estamos muito longe da sua sabedoria”. O Rabino abanou a

¹⁶ Para uma rica e esclarecedora reflexão a respeito de se viver apenas uma experiência de cada vez, ver Alan W. Watts (1960), *O Zen e a experiência mística*, cap. 3, pp. 55/70.

cabeça, sorrindo. “Não”, disse, “quando vocês estão sentados, já se levantaram; quando vocês estão em pé, já partiram; quando estão caminhando, já chegaram¹⁷.”

Uma reflexão sobre o tempo e a eternidade, que nos chega, igualmente, do oriente (Rajneesh 1997, p. 27), exemplifica, também, a valorização do viver o aqui-e-agora:

“Dividimos o tempo em três: passado, presente e futuro. Essa divisão é falsa, absolutamente falsa. O *tempo* é realmente passado e futuro. O presente não é parte do tempo, e sim da *eternidade*. Aquilo que passou é tempo, aquilo que está por vir é tempo. Aquilo que *é*, não é tempo, pois ele nunca passa, ele sempre existe. O agora está sempre aqui – ele está *sempre* aqui. Este agora é eterno (...), é vida eterna. Tempo significa que você se move sobre o plano, numa linha reta, ou podemos dizer que ele é horizontal. No momento em que você estiver no presente, a dimensão mudará. Você se moverá verticalmente – para cima ou para baixo, em direção à altitude ou à profundidade. Mas, então, você nunca se moverá horizontalmente. Um Buda e um Shiva vivem na eternidade e não no tempo”.

E, nos servindo do dito popular que ensina que “há apenas dois dias em nossa vida nos quais nada podemos fazer – ontem e amanhã”, podemos, também, dizer que “há apenas dois momentos em nossa vida em que nada podemos fazer: o instante que acabou de passar e o instante que ainda não chegou”.

Essa valorização da *presentificação* da experiência, ou seja, da consciência do viver no *aqui-e-agora* (denominada por Gendlin, como já referido, de modo *experiential ou existencial de viver* e que, segundo ele, como dissemos, define a saúde

17 História narrada em Willigis Jager (2009) A onda é o mar, pág. 44.

mental¹⁸) é uma das características centrais da psicoterapia humanista/fenomenológico/existencial. E, para realizar o seu trabalho de forma consistente e competente, é necessário ao psicoterapeuta, à semelhança da sabedoria do mestre da história há pouco relatada, a capacidade de estar presentificado na própria experiência, de estar ancorado na vivência do seu *aqui-e-agora*. Ou seja, sabendo que a sua capacidade de tomar consciência de algum fenômeno só pode ser implementada no instante vivido, ter ele sua atenção suficientemente presentificada para que lhe seja possível saber, aqui-e-agora, a cada momento, onde está pousando essa capacidade. Esta é a condição para que a sua presença e o seu trabalho possam proporcionar, à pessoa a quem atende em psicoterapia, o desenvolvimento da sensibilidade e da habilidade de se entregar ao fluir imediato do seu experienciar, para que ela possa, assim como é requerido a ele, terapeuta, viver, também, de modo *experencial ou existencial*.

Dizer que não se está consciente de algo não significa dizer que haja algo de que se esteja *inconsciente* – ainda um cotejamento entre Freud, Rogers e Gendlin

Ao propor a expressão “experiências potencialmente simbolizáveis” para se referir àquilo que é vivido, porém ainda não simbolizado, Rogers (1959) revela, como em muitos outros momentos da sua teoria, todo um distanciamento em relação à concepção de subjetividade da psicanálise, a qual, por sua vez, sustenta a proposição da noção de inconsciente (que, conquanto apenas um construto ou uma postulação, acaba, no mais das vezes, sendo reificado, tomado como uma instância interna). Porém, o “potencialmente simbolizável” remete, também, a algo contido, oculto, reprimido (algo que já existe *dentro* da pessoa, um *conteúdo* aguardando simbolização). Embora muito

18 E que, também segundo ele, “torna possível uma avaliação do estado psicológico não mais em termos de categorias diagnósticas – como as do DSM IV ou da CID 10 –, mas sim do modo de experienciar peculiar a cada pessoa” – MESSIAS E CURY, 2006, pág. 357.

mais próximo de uma compreensão fenomenológica dos processos psicológicos, a construção rogeriana se revela uma teoria ainda presa nos grilhões de uma concepção filosófica positivista sobre o ser humano, ainda expressão de uma epistemologia científico-natural.

Da mesma forma que a postulação de um *inconsciente* é inconciliável com uma concepção fenomenológica sobre os processos psicológicos (não estar consciente de algo não significa que haja algo de que se esteja inconsciente), “uma Psicoterapia Centrada na Pessoa é incompatível com uma psicoterapia fenomenológica” (Moreira, 2009, p. 36). Da pesquisa e reflexão de Moreira (2007 e 2009) sobre a noção de *pessoa*, podemos extrair contribuições para a compreensão dos motivos pelos quais Gendlin (1970) inclui a Psicoterapia Centrada na Pessoa entre as teorias que integram o paradigma de repressão de conteúdos: “É uma noção de pessoa *interior*, que tem um ‘dentro’, *no qual se localizam* os recursos para o seu desenvolvimento”¹⁹ (Moreira, 2009, p. 34). Ou seja, a concepção antropocêntrica de pessoa, “a pessoa como centro”²⁰, também conduz – e não poderia ser de outra forma – à compreensão do problema psicológico como algo *interno à pessoa, localizado* na sua interioridade.

Uma das consequências dessa concepção antropocêntrica de pessoa para o trabalho terapêutico é que o psicólogo é convidado a cair na armadilha de se centrar nos “problemas” que o cliente lhe traz; é seduzido e tentado a buscar resolver os “conteúdos problemáticos” que ele apresenta. Todo cliente busca a terapia se queixando de um ou de muitos problemas. E o terapeuta pode se ver querendo “resolver” esses problemas. Sem o perceber, ou mesmo intencionalmente (se a sua fundamentação teórica assim recomendar), pode ele agir de modo a investigar e interpretar, a compreender/retornar

19 Itálicos nossos.

20 "A Pessoa como Centro", título, em português, de um dos livros de Rogers (ROGERS & ROSENBERG, 1977).

reflexivamente ou a orientar a pessoa (intervenções que caracterizam, respectivamente, a psicanálise, a psicoterapia centrada e a comportamental) a respeito daquele(s) problema(s). Sendo que o único problema, de fato, é que a pessoa o está criando – e sem perceber isso, sem saber que o está fazendo. E o terapeuta pode, também, não se dar conta disso, pode não enxergar a armadilha contida na situação, eis que há toda uma possibilidade de ele, igualmente, ter caído na mesma cilada. Como o seu cliente, é possível que ele faça a leitura de serem os seus próprios processos psicológicos uma questão de *conteúdos reprimidos*, que ele compreenda o seu modo de ser e o modo de ser das demais pessoas a partir de um paradigma de conteúdos ou de repressão de conteúdos.

E quando se instala essa situação e o psicólogo visa, em seu trabalho, conteúdos problemáticos (que ele julga existirem, mas, dos quais ele é, na verdade, juntamente com seu cliente, co-criador), ao invés de focalizar o *processo*, o *como* o cliente está vivenciando – ou o *modo* como ele está se relacionando com – o seu experienciar, o que decorrerá é que a psicoterapia não vai avançar, não vai acontecer o *movimento experiencial*, o cliente não vai evoluir.

Terapeuta e cliente poderão, assim, criar, testemunhar e viver a conhecida cena da agulha de um disco de vinil tocando sempre no mesmo lugar. Presa num sulco do disco, a agulha não passa ao seguinte e aquela mesma e repetitiva parte da música soará indefinidamente, enquanto a psicoterapia se prolonga sem avanços. O cliente, perdido, sem saber como para sair do escuro, da dor, do sofrimento em que se encontra. E, o terapeuta, igualmente perdido e se angustiando, sem saber o que fazer para “tirar” o cliente daquele “lugar” no qual ele está preso. O disco poderá girar eternamente no mesmo sulco, até que o cliente se canse de ouvi-lo, se canse de escutar sempre a mesma música... e desista da terapia. Um terapeuta mal orientado ainda *cometerá* a violência

psicológica de interpretar – defensivamente, é claro – o adeus daquele cliente como expressão de uma “resistência” (ótima palavra para o terapeuta salvar a si mesmo da consciência de um trabalho e de um fazer terapêuticos não efetivos, ineficazes, improdutivos).

A partir do exposto, podemos fazer ainda mais alguns comentários a respeito das diferenças entre as propostas da Psicanálise, da Psicoterapia Centrada e da Psicoterapia Experiencial. A teorização e prática freudianas privilegiam o “porquê” do problema do *paciente*, o que as caracteriza como uma abordagem *explicativa* sobre os processos e problemas psicológicos (o destaque em itálico a *paciente* pretende observar que a utilização deste termo, pela Psicanálise, denota a reprodução do modelo médico, da relação médico-paciente em psicoterapia). As intervenções terapêuticas centradas no cliente, por sua vez, se dirigem ao sentimento e ao significado e, também, ao conteúdo das experiências do *cliente*, procurando compreender empaticamente “o que” ele está a viver. O olhar gendliniano, por seu turno, acrescenta, ao repertório rogeriano, a intervenção dirigida ao “como” a *pessoa* se relaciona consigo mesma, ao “como” ela convive e lida com o seu processo experiencial (*cliente* e *pessoa* denotam uma qualidade de relação, propostas por Rogers e por Gendlin, que supera o modelo e a relação médico-paciente em psicoterapia).

Ao privilegiarem o “que” se vive e o “como” se vive, a Psicoterapia Centrada na Pessoa e a Psicoterapia Experiencial se definem como abordagens *compreensivas* dos processos psicológicos, eis que focam e se centram não nos problemas do cliente e, sim, no seu experienciar. A Psicanálise não apenas mira e visa o problema (que não existe, enquanto entendido como reprimido ou “guardado”), mas o diagnostica, a partir da identificação/definição da suposta estrutura de personalidade do *paciente* – e vai mais além, em sua especulação conceitual, ao se propor a explicar o “porquê” desse pretense

problema. Tal forma de abordar a subjetividade revela toda uma distância em relação à realidade vivida pela pessoa, realidade que seria o fluir da sua experiência e a maneira não existencial/não experiencial como ela vive esse fluir.

Duas dimensões podem ser destacadas na expressão ou comunicação do cliente na sua relação com o terapeuta: o conteúdo *sobre o qual* ele está falando – o nível do discurso – e a *experiência* que concreta e visceralmente está vivendo enquanto fala. Atentar para o discurso da pessoa, para o conteúdo do que ela está dizendo não tem o mesmo valor terapêutico que focar a *experiência* imediata que está ela a viver. É a esse experimentar – ainda silencioso, que ainda não se tornou palavra, eis que é pré-simbólico – que Gendlin nos ensina a focalizar, ajudando-nos a apurar, a aguçar, a refinar o foco da nossa compreensão empática. Esse refinamento representa um ganho enorme para o nosso trabalho de facilitar a simbolização por parte do cliente. Pois importa saber que nós *não experienciamos* conteúdos: o cliente vivencia o *experimentar* ou o *processo* da experiência, ele não experimenta o *conteúdo* do seu discurso. Ele experimenta "experiências", ou seja, sensações, sentimentos, desejos, emoções, etc. É para esse experimentar, que se dá somente – e sempre – no aqui-e-agora, que deve ser dirigida a escuta do terapeuta. É nesse processo, nesse *sendo* do cliente, que deve ser focalizada a intervenção do terapeuta. Temos que focar o *como*, o *como* ele está se referindo àquele conteúdo, o que ele experimenta ao mencionar aquele problema e, não, o "que" (a questão que ele está trabalhando) e, menos ainda, o "porquê" do problema que ele está abordando. O "que" e o "porquê" se referem a conteúdos, e se o cliente está falando *sobre* um problema, *sobre* uma dificuldade, e respondemos nesse mesmo nível, não o ajudamos a focalizar o seu processo experiencial, a aproximar-se da sua experiência, a apropriar-se, a nível simbólico, do seu experimentar.

E o cliente quase sempre está falando “sobre”, “a respeito de”, quase sempre está ele falando sobre *conteúdos*. Só muito raramente – apenas quando vive em altos níveis de experienciação²¹ –, está ele em contato com o seu próprio processo experiencial, com o que está experienciando *enquanto* fala. A compreensão empática é tão mais rica quanto mais focaliza e apreende esse experienciar. A atenção do terapeuta ao processo de experienciação é que lhe permitirá perceber e apreender o *felt sense* (Gendlin, 2006), o senso sentido que o cliente poderá estar a experienciar, e do qual não se dá conta. Para facilitar a aproximação e simbolização desse senso sentido, Gendlin (2006) criou o processo de Focalização²².

O psicoterapeuta deve dominar a compreensão de que, no momento em que o cliente se refere a algo do passado ou do futuro, não está ele vivendo *lá-então*, na dimensão daquele passado ou daquele futuro, mas está experienciando, *aqui-e-agora*, sentimentos, sentidos, emoções, etc., relativas às suas lembranças, marcas e memórias ou aos seus desejos, expectativas e projetos. É mister que a intervenção do terapeuta possibilite ao cliente *atentar para o felt sense*, ou seja, focalizar a *experiência* que está a viver no momento imediato, relativa ao seu passado ou ao seu futuro, o que poderá lhe permitir acessar o significado da referida lembrança ou do referido projeto e apreender o significado implícito do mesmo.

Dessa forma, esses dois momentos ou dimensões do trabalho ou do fazer do terapeuta – a escuta e intervenção empáticas –, devem ser dirigidas:

- à pessoa e não ao problema
- ao processo e não ao resultado
- à experiência e não aos conteúdos.

21 Como descrito por Carl R. Rogers (1961), Tornar-se Pessoa, capítulos V e VII e por outros autores como, por exemplo João Carlos C. Messias, Giuliana G.L. Bilbao e Walter A. Parreira (2013), Psicoterapia Experiencial e emoções: avaliação e intervenção, in Atualização em avaliação e tratamento das emoções, p. 182.

22 Ver Eugene T. Gendlin (2005), Focalização – uma via de acesso à sabedoria corporal.

Considerações finais

Essas reflexões não esgotam, é claro, a questão do problema de natureza psicológica, do sofrimento psicológico. Há que se considerar que outras fontes de sofrimento existem, além da aqui comentada, qual seja, criarmos problemas por uma compreensão e focalização inadequadas e incorretas do nosso experienciar. Há, por exemplo, sofrimentos psíquicos advindos de processos orgânicos disfuncionais; da mesma forma como tais processos podem conduzir a uma hipertensão arterial, a uma diabetes, a um tumor, podem levar, também, a experiências de sentimento perdidas, alucinadas. Assim como certos processos orgânicos disfuncionais podem produzir ritmos cardíacos alterados, outros podem gerar ritmos alterados de pensamento. Somos *corpo* e, muitas vezes não levamos na devida consideração nosso substrato físico. E corremos o risco, então, de psicologizar o que é orgânico. Da mesma maneira que se pode entender, equivocadamente, como tendo origem orgânica o que são, na realidade, sofrimentos, problemas e processos de natureza existencial e/ou psicológica (erro, infelizmente, tão comum por parte da psiquiatria altamente organicista dos dias atuais).

Tais observações, no entanto, de forma alguma reduzem a importância do foco na experienciação e no processo de simbolização, mesmo no atendimento psicológico a pessoas que apresentam sofrimentos de base orgânica. A focalização e a intervenção dirigidas ao experienciar e a facilitação da simbolização sensível e precisa do processo de experienciação representam ações terapêuticas fundamentais para a compreensão e superação desses sofrimentos.

Não é demais destacar a importância do processo de simbolização: da mesma forma que simbolizar o que se experiencia acarreta uma sensação de alívio e de bem-estar (denominada por Gendlin, 2006, de *self shift*), ainda que a experiência à qual se

refira e que se esteja a viver seja desagradável, indesejável ou mesmo dolorosa, a não simbolização pode resultar em um outro sofrimento e, aí sim, em um problema psicológico (depressão, insônia, somatização, etc.). Em outras palavras, embora nos pareça insuportável simbolizar certas experiências²³, na realidade o insuportável é *não* as simbolizarmos, por intoleráveis, ameaçadoras ou perturbadoras que sejam. Suportamos a simbolização de *qualquer* experiência, o que não suportamos é a sua *não* simbolização (estamos nos referindo, obviamente, àquelas experiências emocionalmente significativas).

Para finalizar, retomemos a relação do pensamento gendliniano com a experiência da espiritualidade: Gendlin é um autor que, já apontamos isso, traz uma grande contribuição para nossa compreensão sobre a dualidade, sobre a questão da divisão interior do ser humano. De enorme importância para a psicologia, para a filosofia e outras áreas, é tema fundamental para os que, sob o prisma da espiritualidade, se debruçam sobre a possível unidade entre a dimensão da humanidade, que constitui e define o ser humano, e a dimensão da transcendência, que, segundo as grandes tradições sagradas, o habita. Ou seja, estamos falando sobre a busca de superação de uma concepção e experiência dualistas por uma concepção e experiência monistas de *ser humano*²⁴. Em outras palavras, sobre o mistério do possível encontro ou unidade entre o ser e o *Ser*.

Ainda nessa mesma seara da interação psicologia/espiritualidade, um último comentário sobre uma das maiores criações de Gendlin. Ao criar o procedimento psicológico da focalização, abriu Gendlin (2006) uma porta de acesso inusitado para a experiência – da ordem da espiritualidade – da meditação, pois, quem vivencia essas

23 Este, um dos motivos pelos quais obstruímos o acesso à simbolização, numa tentativa de negarmos ou desconhecermos tais experiências.

24 Para a oposição “dualismo – monismo” ver, por exemplo, Huberto Rohden (1963), Bhagavad Gita, pp. 6, 40, 50, 54, 56, 57, 86.

duas práticas (a focalização e a meditação) percebe logo que a distância, muitíssimo sutil, para se passar da primeira para a segunda, não é maior do que a que separa o verso do anverso de uma folha de papel. É dele esta última citação: “O Senso Sentido [*felt sense*], que eu também chamo de *limite da consciência*, (...) surge entre a consciência comum da pessoa e o alcance profundo e universal da natureza humana, onde não somos mais nós mesmos. Está aberto ao que vem dessa dimensão universal (...) (Gendlin, 1984, p. 4”).

Dessa forma, da mesma maneira como, ao focalizar no experienciar, Gendlin pavimentou, sem o intencionar, uma belíssima senda para a experiência do meditar, assim também mirou ele na condição humana e, sem o pretender, “acertou” em um caminho para a sua superação... mirou no homem e “acertou” na sua transcendência.

Referências

- Alvarenga, W. (1998). *Bola de meia – poesias & toques*. Belo Horizonte: Edição do autor.
- Cabral, F. (2005). *No estás deprimido, estás distraído*. São Paulo: Áudio-livro.
- Cury, V.E. (1994). *Uma proposta para a formulação de princípios teóricos condizentes com a prática de uma Psicoterapia Centrada na Pessoa*. Trabalho apresentado no VII Encontro Latino Americano da ACP, Maragogi, AL., Brasil, outubro 1994.
- Fonseca, A.H.L. (2007). *Para uma história da Psicologia e da Psicoterapia Fenomenológico Existencial – dita Humanista – Apontamentos*. Maceió: Pedang.

- Freud, S. (1886-89). Publicações pré-psicanalíticas e Esboços inéditos, vol. I. In Freud, S. (1980). *Obras psicológicas completas de Sigmund Freud*. Rio de Janeiro: Imago, 24 vols.
- Freud, S. (1900). A interpretação de sonhos, vol. IV. In Freud, S. (1980). *Obras psicológicas completas de Sigmund Freud*. Rio de Janeiro: Imago, 24 vols.
- Freud, S. (1914-16). A história do movimento psicanalítico, Artigos sobre Metapsicologia e Outros trabalhos, vol. XIV. In Freud, S. (1980). *Obras psicológicas completas de Sigmund Freud*. Rio de Janeiro: Imago, 24 vols.
- Freud, S. (1916-17). Conferências introdutórias sobre Psicanálise, vol. XVI. In Freud, S. (1980). *Obras psicológicas completas de Sigmund Freud*. Rio de Janeiro: Imago, 24 vols.
- Freud, S. (1937-39). Moisés e o monoteísmo, Esboço de Psicanálise e Outros trabalhos, vol. XXIII. In Freud, S. (1980). *Obras psicológicas completas de Sigmund Freud*. Rio de Janeiro: Imago, 24 vols.
- Gendlin, E.T. (1961). Experiencing: a variable in the process of therapeutic change. *American Journal of Psychotherapy*, vol.15, 233-245.
- Gendlin E.T. (1962). *Experiencing and the Creation of Meaning*. Evanston: Northwestern University Press, 1997.
- Gendlin, E.T. (1966). Existentialism and experiential psychotherapy. In C. Moustakas (Ed.). *Existential child therapy*, pp. 206-246. New York: Basic Books.
- Gendlin, E.T. (1970). A theory of personality change. In J.T. Hart e T.M.Tomlinson (org.). *New directions in Client-Centered Therapy*. Boston: Houghton Mifflin Co.

- Gendlin, E.T. (1984). The client's client: the edge of awareness. In R.L. Levant & J.M. Shlien (eds.). *Client-centered therapy and the person-centered approach: New directions in theory, research and practice*. New York: Praeger.
- Gendlin, E.T. (1992). Celebrations and problems of humanistic psychology. *The Humanistic Psychologist*, vol. 20, 2/3, 447-460.
- Gendlin, E.T. (2006). *Focalização – uma via de acesso à sabedoria corporal*. São Paulo: Gaia.
- Gomes, W.B. (1988). A Psicoterapia Experiencial de Eugene Gendlin e suas relações com a Fenomenologia. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, vol.3, n 1/2, p. 38-48.
- Gonçalves, R.M. (org.) (2006). *Textos budistas e zen-budistas*. São Paulo: Cultrix.
- Hart, J. T. (1970). The Development of Client Centered Therapy. In J.T. Hart e T.M. Tomlimson (org.). *New Directions in Client-Centered Therapy*. Boston: Houghton Mifflin Co.
- Jager, W. (2009). *A onda é o mar*. Petrópolis: Vozes.
- Messias, J.C.C. (2001). *Psicoterapia Centrada na Pessoa e o impacto do conceito de Experienciação*. Dissertação de Mestrado, Programa de Pós-Graduação em Psicologia Clínica da Pontifícia Universidade Católica de Campinas.
- Messias, J.C.C. e Cury, V.E. (2006). Psicoterapia Centrada na Pessoa e o impacto do conceito de Experienciação. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, vol.19, n 3, p. 355-361.
- Messias, J.C.C; Bilbao, G.G.L. e Parreira, W.A. (2013). Psicoterapia Experiencial: avaliação e intervenção. In D. Bartholomeu et al. *Atualização em avaliação e tratamento das emoções*. São Paulo: Vetor.
- Moacanin, R. (1999). *A Psicologia de Jung e o Budismo Tibetano*. São Paulo: Cultrix/Pensamento.

- Moreira, V. (2007). *De Carl Rogers a Merleau-Ponty: a pessoa mundana em psicoterapia*. São Paulo: Annablume.
- Moreira, V. (2009). *Clínica Humanista-Fenomenológica – Estudos em Psicoterapia e Psicopatologia Crítica*. São Paulo: Annablume.
- Perls, F.S. (1981). *A Abordagem Gestáltica e Testemunha Ocular da Terapia*. Rio de Janeiro: LTC, 1988.
- Rajneesh, B.S. (1997). *Tantra: Espiritualidade e Sexo*. São Paulo: Madras.
- Rogers, C.R. (1951). *Terapia Centrada no Cliente*. São Paulo: Martins Fontes, 1ª ed. Bras. 1992.
- Rogers, C.R. (1961). *Tornar-se Pessoa*. São Paulo: Martins Fontes, 5ª ed. 1997.
- Rogers, C.R. & Kinget, G.M. (1959). *Psicoterapia & Relações Humanas*. Belo Horizonte: Interlivros, 2ª ed. bras., 1977.
- Rogers, C.R. & Rosenberg, R.L. (1977). *A pessoa com centro*. São Paulo: EPU, EDUSP.
- Rohden, H. (1963). *Bhagavad Gita*. Rio de Janeiro: Freitas Bastos.
- Sá, R.N.de (2010). As influências da fenomenologia e do existencialismo na Psicologia. In A.M. Jacó-Villela, A.A.L. Ferreira, A.A.L. & F.T. Portugal. *História da Psicologia*. Rio de Janeiro: NAU.
- Stevens, B.(1970). *Não apresse o rio, ele corre sozinho*. São Paulo: Summus.
- Suzuki, D. T. (1993). *A doutrina zen da não-mente*. São Paulo: Pensamento.
- Tavares, Hugo C. S. (1984). A Fenomenologia de Husserl – Considerações sobre a redução fenomenológica. *Kriterion - Revista de Filosofia*, Fafich, UFMG, n.72, 35- 51.

Valdettaro, R.A. (1996). *Abordaje de trastornos psicóticos desde el enfoque centrado en La persona*. Possibilidades e limitaciones. Trabalho apresentado no VIII Encontro Latino da ACP, Aguas Calientes, México, outubro 1996.

Watts, A.W. (1956). *O Budismo Zen*. Lisboa: Presença.

Watts, A.W. (1960). *O Zen e a experiência mística*. São Paulo: Cultrix.

Wood, J.W. (org.) (1994). *Abordagem Centrada na Pessoa*. Vitória: Fundação Ceciliano Abel de Almeida.

Yoshinori, T. (org.) (2006). *A espiritualidade budista I*. São Paulo: Perspectiva.

Submissão: 16/05/2014

Última revisão: 04/09/2014

Aceite final: 11/09/2014