



INCISA - INSTITUTO SUPERIOR DE CIÊNCIAS E SAÚDE
Curso de Pós-Graduação em Terapia Transpessoal

Maria Dolores dos Santos Fiúza

O Tarô na Terapia Transpessoal:
Uma Viagem em Busca do Autoconhecimento

LAURO DE FREITAS
2016

Maria Dolores dos Santos Fiúza

Monografia apresentada ao INCISA - Instituto Superior de Ciências da Saúde, como requisito parcial para obtenção do título de Pós-Graduação em Terapia Transpessoal.

Orientadora: Prof.^a Vera Eça

Maria Dolores dos Santos Fiúza

**O Tarô na Terapia Transpessoal:
Uma Viagem em Busca do Autoconhecimento**

Monografia aprovada como requisito parcial para obtenção do título de Pós-Graduado em Terapia Transpessoal no Instituto Superior de Ciências e Saúde, pela Banca Examinadora formada pelos seguintes professores:

Professor	Título	Instituição
Professor	Título	Instituição

LAURO DE FREITAS
2016

Onde o amor impera, não há desejo de poder; e onde o poder predomina, há falta de amor. Um é a sombra do outro.
Carl Jung

DEDICATÓRIA

Dedico esse trabalho aos meus clientes que confiaram mergulhar nas suas profundezas comigo. Aos minerais que me purificam e me fortalecem com tanta sutileza. Ao sol que me ensina a necessidade dos limites! As minhas plantas que me ofertam ternura! Ao vento que me mostrou literalmente que tudo passa! Ao Criador que me inspirou com sua perfeição!

AGRADECIMENTOS

Caminhando nessa estrada encontrei várias pontes que me impulsionaram para meu eu, e dizer obrigada será muito pouco para agradecer. Direi que farei outras pontes impulsionando outros irmãos a se autoencontrarem! Meus pais, senhores e doutores em moral e bons costumes; meus filhos, esses me fizeram experimentar o fundo e chegar mais fortalecida e apta a amar! Meu esposo, sem essa parceria não conseguiria experimentar o poder da união e não teria força! Meus amigos, todos são grandes degraus. Muitos marcaram as pisadas. Joan, mais que parente; Jussara, quantos degraus me ajudou a subir! Nossa! Ana Marta, uma irmã para todas as horas. Ada, Cátia, Emília. Iraci Capinan, você me carregou em momentos difíceis, e Emília também. Muitos degraus, não posso mencionar todos, mil folhas não iriam caber. Mas sem Maria Ester essas folhas não estariam escritas. Irmã querida, até o inesperado você me fez experimentar e ver que esse caminho vale ouro!

Mestres amados, Meireles e Mário Riso, Cristiane Magalhães, Joseane Topázio, professora Vera (lembra-se quando me carregou, lembrando a dor da partida?). Não poderei esquecer. Uma frase, um olhar e disse tudo; me amou como eu precisava!

Esse trabalho tem as cores e o cheiro de Neide Marques e de Janice Reis, grandes Tarólogas e amigas!

E, sobretudo, agradeço a Deus e aos orientadores espirituais. Sem vocês eu não seria!

Gratidão!

Maria Dolores Fiúza

RESUMO

A Terapia Transpessoal mediante a utilização do Tarô como elemento facilitador do autoconhecimento são a base deste trabalho. Aqui se buscou evidenciar as possibilidades de trabalhar o sujeito tendo como suporte o referido oráculo no processo de mergulho em si mesmo. Validada por Carl Jung, a inserção da simbologia do Tarô na terapia estimula o fluxo consciente a partir da reprodução de imagens arquetípicas, as quais são parte do inconsciente coletivo. Com isso, o sujeito passa a utilizar as imagens mentalmente, (re) formulando conceitos e se fortalecendo para o dia a dia. A partir da minha experiência como taróloga, introduzi no processo terapêutico os arcanos maiores do Tarô, os quais simbolizam as etapas da vida, possibilitando um atendimento que ajude o cliente a fazer essa viagem em busca de si mesmo, resgatando ou fortalecendo a autoestima e superando conflitos. Além do Tarô, são utilizados nos atendimentos terapêuticos a Cromoterapia, a Aromaterapia, as meditações, visualizações e a escrita como ferramentas auxiliares da promoção do equilíbrio e do bem-estar psíquico.

Palavras chave: Terapia Transpessoal – Tarô – Autoencontro

ABSTRACT

Transpersonal Therapy through the use of tarot as a facilitator element of self awareness is the bases of this paper. The aim here was making clear the possibilities of working with the subject by using the previously referred oracle in the process of diving into themselves. Validated by Carl Jung, the insertion of tarot symbology in therapy stimulates aware flux from the reproduction of archetypical images, which are part of collective unconscious. Therewith, the subject starts using the images mentally, (re) formulating concepts and strengthening to everyday life. From my own experience as a tarot reader, it was possible to introduce the major arcana of tarot in the therapeutic process, which symbolize the phases of life, making possible a service that helps the client to take this trip into themselves, rescuing or strengthening self-esteem and overcoming conflicts. Besides tarot, chromotherapy, aromatherapy, meditation, visualization, and writing are also used in therapy sets as auxiliary tools to promote balance and psychic welfare.

Key words: Transpersonal therapy; tarot; self-encounter

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	09
2 A HUMANIZAÇÃO NO ATENDIMENTO TERAPÊUTICO	12
3 TERAPIA TRANSPESSOAL E AUTOCONHECIMENTO	18
4 OS ARCANOS DO TARÔ NA TERAPIA TRANSPESSOAL	22
5 CONCLUSÃO	29
REFERÊNCIAS	31
ANEXOS	32

1 INTRODUÇÃO

Este trabalho tem como objetivo atender ao requisito para a formação no curso de Pós-Graduação em Terapia Transpessoal do ÔMEGA/INCISA.

O trabalho desenvolvido baseou-se na utilização dos arcanos do Tarô durante os atendimentos terapêuticos, visto que marcam a sequência de desenvolvimento e crescimento ao longo de nossa vida. Foi por meio de experiências pessoais e dos estudos que empreendi durante a minha caminhada que percebi a riqueza ofertada por esta associação e, por isso, trago-a aqui.

Durante a minha trajetória, fui percebendo pouco a pouco a importância do Tarô no processo de autoencontro. Toda a sua sutileza ao desvendar o oculto e descortinar verdades proporcionam ao terapeuta a possibilidade de realizar uma análise ampla e profunda desse universo fantástico que é a essência humana. Ao cliente, um mergulho em si mesmo.

O convite a essa experiência tão preciosa, enriquecedora, deu-se de forma inusitada. Uma noite eu dormia e acordei com um rapaz simpático, de vestido longo, ao lado da minha cama. Por fim, colocou um chapéu e estava pronto. Depois entendi: era o Mago. Ele me iniciava na arte do Tarô, convidando-me a divulgar a sabedoria de cada companheiro.

Fiquei encantada com o convite e com um final de semana de reencontro. Iniciei assim a carreira de taróloga. Gostaria que todos pudessem participar desse encontro. Foi quando me veio a ideia de divulgar o que me foi desvendado, para que todos pudessem desfrutar da alegria de saber que podemos contar com o caminho da sabedoria do Tarô, um conjunto de amigos do mundo antigo que tem muito a nos ensinar.

O Tarô na minha existência abriu caminhos, me fez ver a vida em outra dimensão. Numa etapa difícil fui apresentada a ele, de uma forma bem simples, e então percebi que já nos conhecíamos, e foi uma viagem linda, na qual ficamos horas, dias conversando um com o outro. E a alegria do reencontro foi tão grande, que não sentíamos vontade de parar. Cada arcano me dizia algo encantador e surpreendente, e a harmonia com que trocávamos energia era fascinante. E pensamos: não há como nos separarmos.

Então fui a alguns livros, li várias informações, mas a única que achei mais importante foi aquela que mostrava o caminho, e ele havia me mostrado o Mago iniciando um jovem sábio, possuidor de encantos, cheio de habilidades nas mãos. Bruxo talentoso, amável, mas sabedor de seus limites, vai cheio de encanto, com sua jovialidade surpreendente.

É bem verdade que na caminhada da vida é preciso ter olhos de alma para acolher os desafios impostos por nós mesmos, a fim de nos livrarmos dos fantasmas que colocamos, plasmamos no nosso campo astral. A partir do momento que percebermos que somos algo mais que a matéria que reveste nossa essência, veremos que é possível eliminar as poeiras existentes.

Pouco a pouco tenho percebido que conseguimos ficar sutis diante de uma situação embaraçosa. Os desafios sempre se apresentam, mas existe uma certeza: a de que somos seres superiores e possuidores de poderes além dos imagináveis, me fazendo acreditar na força do Ceifador, arcano XIII. Com a companhia dele, caminho confiante de que a Estrela, arcano XVII, sempre me dará luz e esperança para um amanhã mais feliz que o ontem e o agora.

Ligada ao Julgamento, arcano XX, desperto sempre afirmando que somos luzes e que pertencemos a um hemisfério puro, magnífico e supremo. Portanto, não temos nada a

temer. Só viver, sentir, estar, ser sem se preocupar com o ter. E aos poucos seremos cada vez mais verdadeiros com nós mesmos.

Acreditamos que essas experiências possam contribuir de alguma forma no processo de autodescoberta do sujeito, ao perceber a sua essência e que cada ser é único e encantador.

Para a realização desse trabalho foi adotada como metodologia a análise documental através de pesquisas em livros e publicações relacionadas ao campo da Psicologia Transpessoal, em especial às contribuições de Carl Gustav Jung, aos conceitos de Carl Rogers, Edgar Morin, além de livros sobre o Tarô, aliados à experiência pessoal.

No primeiro capítulo, **A humanização no atendimento terapêutico**, é apresentada uma breve trajetória da condução das abordagens terapêuticas, desde o período socrático, passando pela terapia tradicional, até a proposta de humanização nos atendimentos.

No segundo capítulo, **Terapia Transpessoal e autoconhecimento**, são enfatizadas as contribuições da Psicologia Transpessoal, em especial as de Carl Jung, bem como a importância do autoconhecimento para a relação do sujeito consigo, com o outro e com o mundo.

No terceiro capítulo, **Os arcanos do tarô na terapia Transpessoal**, é feita uma abordagem sobre a introdução e a utilização do oráculo tarológico no processo de diálogo com o inconsciente, apresentando os arcanos maiores e a sua utilização nas sessões terapêuticas.

2 A HUMANIZAÇÃO NO ATENDIMENTO TERAPÊUTICO

No princípio, era o Verbo, e o Verbo estava com Deus, e o Verbo era Deus. Ele estava no princípio com Deus... E o Verbo se fez carne e habitou entre nós (João 1:1-2 e 14).

A terapia não parte de um momento próximo, pois a inteligência e o saber sobre si mesmo se apresentam desde a formação do homem. E é bíblico o convite ao saber na referida citação. “O Verbo habitou entre nós” é um convite a multiplicar os saberes, uma forma clara de inclusão e partilha dos saberes – incluindo o saber em forma de autoconhecimento.

Deparamo-nos com Sócrates nessa caminhada de distribuição do saber e da evolução. Sócrates era considerado pelos seus contemporâneos um dos homens mais sábios e inteligentes. Em seus pensamentos, demonstra uma necessidade grande de levar o conhecimento para os cidadãos gregos. Seu método de transmissão de conhecimentos e sabedoria era o diálogo. Através da palavra, o filósofo tentava levar o conhecimento sobre as coisas do mundo e sobre o próprio ser humano.

Observando a conduta de Sócrates, é possível discernir uma postura terapêutica. O terapeuta deve admitir que, assim como todos, também não é senhor e dono da verdade. Deve saber que apenas se encontra como mediador entre o que pode ser conhecido e aquele que quer conhecer sobre si, ao passo que o cliente deve se mostrar aberto ao processo terapêutico de autoencontro. Caso contrário, este permanecerá na escuridão do falso autoconhecimento, e assim estará sempre em conflito, sem divisar a possibilidade de suprir a carência de sua alma perante a realidade.

A terapia tradicional preocupava-se muito com o retorno avaliativo. Porém, mais importante que avaliar é levar os clientes a amadurecerem a partir das reflexões despertadas durante as sessões, voltando o olhar para o seu mundo interior.

Deve-se ter como objetivo a percepção dos clientes como únicos e levá-los a terem um conhecimento real sobre si mesmos, ou seja, ajudá-los a aplicar esse conhecimento íntimo no dia a dia deles.

Assim, a proposta é que o processo terapêutico ocorra centrado no aprofundamento amplo do sujeito. Sendo assim, é necessário um acompanhamento contínuo e significativo, a fim de promover uma compreensão da sua realidade íntima, para saber lidar com o universo que o rodeia.

A Psicologia Transpessoal, que significa literalmente “além do pessoal” ou “além da personalidade”, aproxima-se da Psicologia Humanista, abrindo-se ao reconhecimento da existência do nível Transpessoal da consciência e de suas respectivas experiências, passando-se também a dar importância à dimensão espiritual da vida humana. A Psicologia Transpessoal valoriza menos a personalidade, pois a considera apenas um dos aspectos do ser.

A Psicoterapia Humanista representa um passo importante para compreender a dimensão holística da natureza humana. A Psicologia Transpessoal amplia essa visão, incluindo e valorizando a dimensão espiritual do ser humano.

Carl Rogers, primeiro psicólogo a coletar dados a partir de sessões e entrevistas gravadas, em vídeo e áudio, desenvolveu “A Abordagem Centrada na Pessoa”. Esta expressão refere-se de forma específica à capacidade de relacionar-se com o outro.

Rogers algumas vezes vivenciou o conflito entre a objetividade característica da Ciência e a subjetividade que aplicava na relação terapêutica. Questionava-se acerca da neutralidade científica, e estes questionamentos permeavam as suas publicações, principalmente quando se referia à Psicologia, por se tratar de uma Ciência cujo objeto de investigação é o ser humano.

Carl Rogers (1987) nos convida a trabalhar a afetividade, a oportunizar a escuta e perceber o universo de cada cliente, suas frustrações e anseios. Essa interação certamente fará o sujeito se perceber coparticipante desse processo que é o saber sobre si mesmo, e certamente é necessário um envolvimento profundo para o andamento deste processo interno, que resulta no crescimento do sujeito, fazendo com que ele dê saltos.

Para se atingir plenamente o objetivo da Psicoterapia Transpessoal, o ideal é uma orientação apoiada em um conjunto de aspectos físicos, mentais, emocionais e espirituais do cliente, considerando-se também os seus contextos interpessoal, ambiental, socioeconômico, cultural e político. Todos esses fatores devem ser analisados, para que se avalie a influência, ou não, nos surgimentos das desordens psicossomáticas no indivíduo.

O modelo de psicoterapia transpessoal tem como foco central a consciência (essência, contexto ou base do ser humano), valorizando e aplicando a vivência das experiências transcendentais – estas que ocorrem em estados alterados de consciência – denominadas por Maslow de “peak-experiences”: experiências culminantes.

O budismo e o taoísmo têm influenciado muito a psicoterapia transpessoal, apesar desta não ser considerada religião. Porém os psicólogos transpessoais buscam redescobrir o que tem sido ensinado pelos grandes cientistas do espírito, agregando tais conhecimentos com o tipo particular e a abordagem científica oferecida pela Psicologia ocidental.

São considerados enfoques pioneiros no campo transpessoal a Psicologia Analítica de Jung, a Psicologia do Ser de Maslow e a Psicossíntese de Assagioli, visto que incluem os fatores *imane*nte e *transcendente* do *continuum* da consciência humana.

Ao ser estratificada em níveis, a noção da totalidade da consciência originou a criação

de um sistema explanatório específico do campo transpessoal, o que representou um esforço para compreender as experiências implícitas ao longo do *continuum* consciente/inconsciente da psique humana. A teoria que representa melhor tais aspectos é a “psicologia do espectro”, de Ken Wilber.

A “psicologia do espectro” permite que a abordagem transpessoal resulte numa teoria holística da consciência, ajudando o indivíduo no direcionamento do processo de integração de si mesmo.

Além disso, a Psicologia Transpessoal permite a união da pesquisa científica moderna da consciência com a tradição espiritual “viva” (conhecimentos ligados aos *self*, não contaminados por desejo egoicos e por hierarquias de poder), sendo elas orientais ou ocidentais.

Nós, como terapeutas, não devemos permitir que erros ocorram em nossa prática. Por isso, a importância da Terapia Transpessoal, vez que a mesma ocorre a partir de uma visão abrangente do ser, trabalhando os arquétipos e despertando no ser o desejo de descobrir-se.

O ser humano necessita adquirir possibilidades de avanço emocional, entretanto um sujeito humanizado favorece não só o seu interior, mas o seu todo. Sendo assim, o processo de autoencontro se apresenta como uma cadeia direcionada ao crescimento. A terapia transpessoal passa por diversos percursos, entretanto adquire um processo crescente, onde todo caminho é aproveitado e significativo.

Hoje, a Psicologia Transpessoal, em vista do reconhecimento dos resultados alcançados, comprovados experimentalmente, corrobora as antigas doutrinas espiritualistas, permitindo uma conexão holográfica e dinâmica entre o homem, a natureza e o cosmo.

Os métodos e técnicas mais utilizados na terapia holística transpessoal são:

- Procedimentos energéticos e vibracionais;
- Exercícios respiratórios e bioenergéticos (para reativar e liberar as memórias ancoradas no corpo);
- Diversas práticas de meditação;
- Visualização criativa (que permite ao paciente visualizar o que ele quer para sua vida);
- Trabalho com sonhos e símbolos;
- Hipnoterapia;
- Constelações Familiares;
- Renascimento;
- Respiração Holotrópica ou Terapia Holotrópica (leva em direção à percepção da Totalidade);
- Regressão Profunda de Memória;
- Reorganização e alinhamento dos chacras e do campo energético;
- Cromoterapia;
- Florais;
- Aura Soma;
- Psicoaromaterapia;
- Arteterapia;
- O Jogo de Areia de Dora Kalff.

O trabalho de respiração holotrópica foi desenvolvido por Stanislav e Christina Grof. Através da terapia holotrópica, a técnica da hiperventilação, associada à música, poderosos instrumentos de expansão dos estados da mente, o paciente é induzido a estados não usuais de consciência, a fim de alcançar a cura.

O trabalho corporal localizado, outro componente dessa terapia, é usado somente em algumas situações especiais, visto que na maioria dos casos, há fluência satisfatória no processo, o que dispensa qualquer outra intervenção.

Para aqueles que são portadores de problemas emocionais profundos, a terapia holotrópica pode dar bons resultados, inclusive para os que apresentam estados psicóticos. Nestes casos, porém, é necessária uma equipe bem treinada, com adequada infraestrutura.

Stanislav Grof também cunhou o termo Sistemas de Experiência Condensada (COEX), que se refere às memórias com cargas emocionais, provenientes de diversos períodos de nossas vidas, semelhantes na qualidade da emoção ou sensação física que imprimem. Tal conceito assemelha-se ao que Jung nomeou de complexo. Para Grof, existem o COEX positivo (experiências boas, prazerosas) e o negativo (experiências ruins, desprazerosas).

De acordo com Grof, o COEX relaciona-se diretamente com o mecanismo perinatal (do nascimento). Chamada de Matriz Perinatal, o COEX forma conjunções de energias emocionais e sensoriais que necessitam ser tratadas.

Enfim, são diversas as lições apresentadas no mundo, inclusive as de natureza quântica, que aproximam a mente humana dos segredos da natureza, estimulando o despertar – o religare – do ser a sua origem.

O que percebemos, a partir dessa visão, é a necessidade de efetivar um processo terapêutico voltado para a interiorização do sujeito, fazendo com que o mesmo se perceba como realmente é. Enfim, uma terapia onde haja o empenho em resgatar o poder do sujeito em perceber-se em sua singularidade, respeitando o processo íntimo, e contribuindo para os avanços coletivos.

3 TERAPIA TRANSPESSOAL E AUTOCONHECIMENTO

O progresso tecnológico proporcionado pelo Racionalismo dos séculos XVIII e XIX apresentou-nos facilidades, as quais posteriormente apontaram para um caminho desfavorável: o distanciamento sutil do nosso mundo interior, em vista do foco principal da nossa existência concentrar-se nos aspectos físicos da existência, afastando-nos do autoconhecimento.

Como consequências desse olhar voltado para o exterior, houve também uma queda da nossa autoestima e um agravamento das nossas insatisfações e desequilíbrios pessoais. Contudo, a libertação do sujeito, segundo os grandes pensadores, só é possível através do autoconhecimento, e o tarô se apresenta como uma ferramenta importante para guiá-lo nesse processo de busca interior.

O processo de evolução do ser tem como pressuposto fundamental o contato com o inconsciente. Tal diálogo interno promove uma intensa transformação, cujo caminho conduz para a meta do autoconhecimento. Desatrelado da lógica e do intelecto orgânico, o mundo inconsciente apresenta-se como um desafio para o sujeito, visto que é, entre outras características, confuso e não linear, contudo detentor de informações preciosas desvinculadas do nosso ego.

O oráculo tarológico, portanto, nos oferece uma grande oportunidade de realizar esse diálogo com o inconsciente, uma fantástica viagem ao encontro de si mesmo.

Isso não quer dizer que os dados do inconsciente emergem unicamente através das cartas. Entretanto, através dos arcanos do Tarô fluem imagens arquetípicas oriundas de parte da nossa memória coletiva. Ou seja, as cartas funcionam como veículos de afloramento do fluxo do consciente.

Carl Gustav Jung, através de diversas contribuições na Psicologia Analítica, forneceu-nos, entre outras, a teoria do Inconsciente Coletivo.

Utilizando o termo “psique” para referir-se à mente, Jung classificou-a em três níveis: a consciência, o inconsciente pessoal e o inconsciente coletivo. A mente consciente tem como centro o ego, que equivale à nossa concepção de nós mesmos. Entretanto Jung criticava o fato de se dar excessiva importância à consciência, visto que o inconsciente estava em primeiro. Segundo Jung, havia dois níveis de inconsciente: o inconsciente pessoal, logo abaixo da consciência, e o inconsciente coletivo, abaixo do inconsciente pessoal.

As experiências do inconsciente pessoal dão origem a agrupamentos chamados *complexos*. Estes se referem às lembranças, emoções, anseios, entre outros, que seguem padrões e apresentam temas comuns. Segundo Jung, os complexos não são essencialmente elementos patológicos: "*Significam que existe algo conflitivo e inassimilado - talvez um obstáculo, mas também um estímulo para maiores esforços, e assim podem vir a ser uma abertura para novas possibilidades de realização.*". (JUNG, 1986)

Já o inconsciente coletivo, nível mais profundo de psique, é desconhecido pelo sujeito, e contém as experiências acumuladas de todas as gerações precedentes, incluindo nossos ancestrais animais. O inconsciente coletivo é composto por experiências evolutivas universais e é responsável pela formação da base da personalidade.

Para melhor compreensão de tais elementos, Jung lançou mão da analogia da ilha. Dessa forma, sugere que as pequenas ilhas que se elevam acima da superfície da água representam a mente consciente individual de algumas pessoas. Por sua vez, logo abaixo da água, está a área de terra de cada ilha, que aparece e desaparece de acordo com as marés, e representa o inconsciente pessoal de cada um. O leito do oceano, onde todas as ilhas estão localizadas, representa o inconsciente coletivo.

Jung também deu ênfase ao poder do inconsciente coletivo de contribuir para o desenvolvimento da psique. As tendências herdadas, provenientes do inconsciente coletivo, foram denominadas por Jung de arquétipos. Estes se configuram como determinantes preexistentes ou inatos da vida mental, os quais induzem a pessoa a se comportar de modo semelhante ao de ancestrais, que se viram diante de situações parecidas. Dos arquétipos descritos por Jung, quatro aparentemente ocorreram com mais frequência do que os outros. São eles a *persona*, a *anima* e o *animus*, a *sombra* e o *self*.

A *persona* é aquela que esconde o eu verdadeiro, sendo o aspecto mais exterior da personalidade. É a máscara que comumente se usa nas relações com o outro, revelando apenas o que se quer aparentar para a sociedade.

Já os arquétipos da *anima* e do *animus* representam a ideia de que cada indivíduo pertencente a um sexo exibe algumas características do sexo oposto. Tais características são oriundas do passado primitivo da espécie humana, no qual os homens e as mulheres assimilaram algumas das tendências comportamentais e emocionais do outro sexo.

O arquétipo da *sombra*, de acordo com Jung, representa o nosso eu mais sombrio, visto que é o que há de mais primitivo e animalesco na personalidade. Entretanto a *sombra* possui também um lado positivo: é a fonte da criatividade, da espontaneidade, da percepção e da emoção profunda, elementos necessários ao pleno desenvolvimento humano.

Considerado por Jung o mais importante arquétipo do seu sistema, o *self* tem a função de equilibrar todos os aspectos do inconsciente. É o *self* que oferece unidade e estabilidade à personalidade, ou seja, representa a pessoa por inteiro, tentando realizar a integração da realidade. É possível compará-lo a um impulso para a autorrealização ou autoatualização. Jung definia a autoatualização como a harmonia e a completude da personalidade, que proporcionava o desenvolvimento mais integral de todos os aspectos do *self*.

É por meio de Jung e da Psicologia Analítica que ocorre uma das principais contribuições indiretas para o estudo simbólico do Tarô. Ao estudar simbolicamente o Tarô, Jung faz a interpretação psicológica do dogma da Trindade, destacando o papel da Virgem Maria dentro da simbologia cristã. É aí que traz pela primeira vez a ideia de que a estrutura quaternária é universal e, por sua vez, atua como um símbolo que estrutura a psique e o inconsciente coletivo.

Pode-se dizer que o Tarô delinea uma cartografia completa da psique humana. Suas cartas subdividem-se em três grupos distintos, os quais representam três profundidades do inconsciente:

- 22 arcanos maiores – relações pessoais.
- 16 cartas de figura – relações interpessoais.
- 40 cartas numeradas – relações transpessoais.

Ao entrar em contato direto com os arquétipos, o indivíduo torna-se capaz de utilizá-los mentalmente, construindo conceitos e sentindo a sua força no cotidiano humano. Enfim, estudar o Tarô é o mesmo que estudar-se.

4 OS ARCANOS DO TARÔ NA TERAPIA TRANSPESSOAL

A experiência inicial com o Tarô foi percebida como um caminho para o autoencontro e o equilíbrio integral. Resolvi, então, agregar a utilização dos arcanos maiores durante os atendimentos terapêuticos, visto que, ao propiciar ao cliente uma viagem pela própria vida, perpassando os arcanos do tarô, tornava-se possível ressignificar as frustrações, as dificuldades. Ao auxiliar o sujeito a autoencontrar-se, o mesmo percebe uma razão para dar continuidade à missão da sua jornada, que é a o verdadeiro sentido da vida, atingindo, assim, felicidade. Mediante o êxito dessa experiência, venho desenvolvendo um trabalho o qual vem trazendo significativos avanços nas avaliações dos clientes.

Na primeira sessão, prevalece a escuta, com o intuito de compreender as queixas nas dimensões familiares e interpessoais, sendo fundamental durante todo o processo a perspicácia do terapeuta, para bem interpretar os dados a que vai tendo acesso. Entretanto, qualquer que seja o método a ser utilizado, fundamental é extrair contribuições para a compreensão global do cliente, seja qual for a área a ser trabalhada.

Vale enfatizar a importância da investigação em torno da história de vida do cliente, pela possibilidade de se detectar algum desvio nas suas relações com os meios externos. Ademais, tal conduta é de grande importância para facilitar a relação terapeuta/cliente e compreender melhor o funcionamento dos processos cognitivos e afetivo-sociais, bem como a interferência mútua no modelo de comportamento do mesmo.

Após o encontro inicial, percebendo os principais pontos a serem trabalhados, são delineados os aspectos dos 22 arcanos maiores a serem introduzidos nas sessões de autoencontro. São eles:

Arcano I – o Mago. Ao apresentar esse arcano, trabalha-se a criança, o início de um ciclo importante na vida. Esse momento é de clareza e de identificação das

possibilidades inexploradas. Estimula-se no cliente, nesse momento, a ter fé e vontade firme, de crer que, guiado pela razão, pode alcançar seus desejos, pois o Mago possui habilidade, intuição, inteligência e persuasão, qualidades essenciais para se iniciar uma nova etapa. Como prática, o cliente é orientado a fazer reflexões sobre sua primeira infância.

O arcano II – a Sacerdotisa ou Papisa – trabalha a fase de vida ligada às coisas terrenas e aos segredos místicos. Por ser um arcano que possibilita o conhecimento das coisas ocultas, representa a segurança de triunfo sobre o mal, respeitando o próprio ritmo. Estimula as lutas por causa de um ideal, uma opinião, um amor e confere poder sobre os acontecimentos daquilo que se quer alcançar. Neste momento, o sujeito sai da fase infantil e passa a perceber a sabedoria que possui. Nesse arcano, trabalha-se a potencialidade e a sabedoria que temos. Como prática, faz reflexões sobre suas possibilidades.

O arcano III – a Imperatriz – representa o poder de decisão. A Imperatriz pega as coordenadas para tudo controlar. Observadora, procura dominar as coisas práticas e estabelecer o controle para si mesma. Com fundamentos sólidos e profundos, supera obstáculos esperando êxito em seus empreendimentos. No entanto, isso só ocorrerá se houver retidão de caráter e espírito justo. Nesse encontro o cliente é estimulado a trabalhar a intuição e o seu potencial de realização. Na prática, é feito um registro escrito de suas potencialidades.

O arcano IV – o Imperador – trabalha as representações da vontade, da estabilidade e do poder. Com isso, o cliente estará sendo estimulado a firmar a sua personalidade de forma mais independente. Pode vislumbrar que começará a colher os frutos de seus esforços, percebendo que nada resiste a uma grande força de vontade. Como prática, o cliente é orientado a pontuar, através da escrita, a fase de início no campo profissional (ou a pretensão vocacional).

O arcano V – o Papa – representa o dever moral e a construção de afetos sólidos. Trabalhar esse arcano com o cliente significa despertar para o conhecimento e para o ensino; a dominar as paixões e ponderar a capacidade de ação; a identificar-se com os outros. É um estímulo à reflexão, ao pensamento e ao estudo. O encontro com o Papa direciona para uma atitude mística diante da vida, porém sem o abandono das responsabilidades. Como prática, são recomendados passeios de campo, meditações de polarização e contato com a natureza.

O arcano VI – os Enamorados – representa o livre arbítrio de que o ser humano é possuidor avivando a percepção dos caminhos. O conhecimento instintivo levará o cliente a visualizar suas alternativas, tornando-se mais determinado, ao se deparar com a luta entre a paixão e a consciência, e assim decidir pelo melhor, superando a tensão provocada pela indecisão. Ao final da sessão, o cliente é submetido a aplicações de aromaterapia e cromoterapia, a fim de trabalhar o chacra laríngeo para externar os sentimentos.

O arcano VII – o Carro – representa a luz do intelecto vencendo a dúvida, o domínio da inteligência sobre as forças da natureza. O encontro com este arcano firma o poder de tomar decisão, agir com energia, pois presente que, assim agindo, poderá realizar sonhos há muito acalentados. Nesse momento, é feita a escuta e o cliente é estimulado a reconhecer o poder de tomar decisões.

O arcano VIII – a Justiça – trabalha no cliente a consciência como fonte de equilíbrio. Alerta para os direitos e os deveres, o conhecimento e a retidão. Ao entrar em contato com esse arcano, o sujeito descobre o valor de cada situação em que se envolve, estimulando que pese, meça e busque o melhor. Representa a fase de vida mais madura e estável, onde se constrói a harmonia entre o intelecto e o sentimento. Nessa etapa, o cliente é conduzido através de meditações e visualizações e afirmações positivas.

O arcano IX – o Eremita – representa a prudência, a sabedoria, o momento de deixar a

vida exterior e voltar-se para dentro de si mesmo. O cliente, nesse encontro, é convidado a trabalhar a sua essência, examinando-se detalhadamente, pois essa visão facilitará o êxito de seus empreendimentos. Como prática, o cliente é conduzido através de meditações e também é aplicada aromaterapia.

O arcano X – a Roda da Fortuna – representa o destino do ser, que é composto de elevações e quedas. É a roda da vida que possibilita o retorno de acordo com as nossas escolhas. Nesse encontro, o cliente é conduzido a fazer reflexões sobre o fato de que todas as suas ações resultam em uma reação, e por isso necessita selecionar onde irá empregar adequadamente a sua energia. Ao final, do encontro, o cliente é orientado a fazer o registro escrito das metas que deseja atingir.

O arcano XI – a Força – demonstra a ação do espírito sobre a matéria. É o momento de trabalhar no sujeito a força moral que tem, dominando os instintos, crendo-se capaz de transformar uma situação difícil em proveitosa, fortalecendo a crença de que querer é poder. Ao final, utilizando fundo musical, é orientada visualização de metas alcançadas, sonhos concretizados.

O arcano XII – o Enforcado – significa a consumação de um sacrifício voluntário. Nesse encontro, o cliente é convidado a renunciar a comportamentos desfavoráveis, superando angústias e medos em nome de objetivos superiores para atingir seu desenvolvimento pessoal. Ao final, sugere-se a produção de um registro das dificuldades e das facilidades percebidas pelo cliente para alcançar seus objetivos.

O arcano XIII – a Morte ou o Ceifador – representa a transformação, uma ruptura de ciclos antigos que origina uma renovação de vida. O cliente, nesse momento é convidado a empreender uma mudança radical, porém é fundamental que enfrente suas desilusões, a fim de construir a vida que deseja. A prática é feita através de meditações e visualizações.

O arcano XIV – a Temperança – simboliza as várias forças que se dirigem em direções opostas sendo enfrentadas com equilíbrio e bom senso. É a vida renovada. Nesse encontro, o cliente é conduzido a trabalhar a sua flexibilidade, ajustar as emoções e dominar as paixões. Sendo a rigidez um obstáculo ao crescimento, ele precisa vencê-la, deixando a vida fluir mansamente, com paciência e tranquilidade. Ao final, foi feita aplicação de cromoterapia, trabalhando o chacra cardíaco para o equilíbrio das emoções.

O arcano XV – o Diabo – simboliza a paixão representada pela vontade individual, a força do desejo, o poder de atração. O cliente é conduzido, nesse momento, a saber lidar com sua energia instintiva, de forma que dela advenham bons retornos, com isso adquirindo mais segurança, aceitando os desafios como algo natural em sua trajetória. Ao final, são feitas meditações, afirmações e é utilizada a aromaterapia.

O arcano XVI – a Torre – representa um momento de fragilidade ao final de uma aflição, porém é um convite para o despertar do entendimento. Nesta oportunidade, o cliente é levado a refletir sobre a necessidade de romper com estruturas decadentes que atrapalhavam (ou atrapalham) seu crescimento. A perceber que, antes da vitória final, às vezes é necessária uma queda, para que o sujeito reconheça a sua força de tudo superar. Ao final, é orientado a fazer um relato escrito contendo experiência de queda e superação.

O arcano XVII – a Estrela – tem a fé como elemento atuante. Representa a renovação, o otimismo alimentado pela própria energia. Ao se trabalhar com esse arcano, propõe-se a tomada de atitude, aproveitando as potencialidades e a sensibilidade. Nesse encontro, o cliente é conduzido, através da esperança, a potencializar as suas virtudes, direcionando sua energia para a concretização de sonhos. Ao final, aplicação de cromoterapia e mentalizações.

O arcano XVIII – a Lua – simboliza o caminho muitas vezes pedregoso em direção à compreensão do mundo inconsciente. É o momento em que a nossa compreensão sobre nós mesmos está em teste. O cliente, nesse atendimento, é estimulado a utilizar a sua intuição e, com sensibilidade, adentrar e transitar por esse universo tão rico que se encontra nele mesmo, vencendo definitivamente os seus temores. Ao final, são feitas meditações e visualizações com fundo musical.

O arcano XIX – o Sol – traduz um momento de libertação das ilusões e dos desvios para se chegar às realizações e conquistas da felicidade terrena. Representando a união da inteligência com a sabedoria espontânea, esse é o arcano da intuição. Sendo assim, o cliente nesse encontro é trabalhado enquanto sujeito dotado de potencial realizador, construtor do seu sucesso e da sua felicidade. Ao final, é feita a escuta e depois são estimuladas reflexões para que o cliente reconheça o seu poder de realização.

O arcano XX – o Julgamento ou Ajustamento – representa um momento de modificação para melhor, onde desejos se concretizam, e tudo aquilo que parecia distante se realiza, trazendo satisfação. Nesse encontro o cliente é levado a perceber que nenhuma realização ocorre por acaso, mas é o resultado do mosaico que são as nossas experiências anteriores. É o momento de reconhecer que, quando tudo realmente começa a dar certo, é preciso ter maturidade, assumindo novas posturas de consciência. Para finalizar, são feitas meditações e visualizações com fundo musical.

O arcano XXI – o Mundo – representa o triunfo, o êxtase, a recompensa em forma de realizações. A primeira impressão que se tem desse arcano é a de concepção do mundo como possuidor de um movimento rítmico ou como uma dança da psique feminina, apoiada no acompanhamento da orquestra dos quatro instintos primordiais, o que faz aparecer um arco-íris de cores e formas. Simboliza que o mundo é uma obra de arte. Nesse encontro, trabalha-se com o cliente a importância da lucidez conquistada como elemento essencial para implementar mudanças definitivas. Ao final, é feita aplicação de cromoterapia aliada a visualizações.

O arcano XXII – o Louco—é o último, e convida o sujeito a dar um salto. É o momento de elevação, de ter a consciência despertada de que aqui é apenas uma passagem. Já não há espaço para cultivar ilusões da Terra, pois já está conscientizado da sua existência, dos seus poderes, das suas necessidades, da sua condição de filho de Deus. Já não precisa mais mergulhar na dor, porque sabe que ela é transitória, é uma passagem, uma ponte para o crescimento. Na terapia, o cliente é levado a refletir sobre os momentos em que vivenciou as perdas, o luto, e sobre como esses momentos funcionam como fonte de crescimento, pois o sujeito, ao vivenciar as dores, as fortes emoções, evolui, amadurece e dá o grande salto.

A partir dessa sequência de atendimentos, percebe-se que a terapia transpessoal associada ao Tarô certamente proporciona um salto na busca interior do sujeito, visto que é capaz de atender as necessidades do homem integral, despertando nele seus poderes e direitos enquanto homem criado para crescer e multiplicar saberes, capaz de estimular saberes, dando ao sujeito condições de aprimorar-se no autoconhecimento, despertando a necessidade de cuidar de si, do planeta e de todo seu habitat. Entretanto, só a internalização do seu compromisso consigo e com o outro possibilita e o capacita para esses cuidados.

Uma terapia que parte desse princípio, de conduzir o cliente ao encontro de si mesmo, despertando e cuidando de si como ser humano, reconstrói um universo muitas vezes fragmentado. É então que terá uma consciência ampla da importância de sua contribuição e participação no mundo como multiplicador de uma espécie tão rica e completa: “o homem”.

5 CONCLUSÃO

O progresso nos convida a termos um olhar diferenciado sobre o mundo, sobre o outro e sobre nós mesmos. Temos alternativas de implantar opções que despertem o desejo do sujeito em autoencontrar-se sem sofrimento. Terapeutizar sempre foi uma missão. Ontem uma missão árdua, pois existia um grande obstáculo entre o terapeuta e o cliente. Hoje existem pontes que ligam e manifestam um prazer insaciável e provocador.

Ontem, pedras e códigos; hoje, palavras e pensamentos nos levam a despertar uma fonte de conhecimento grandiosa que tem como objetivo resgatar a autoestima do cliente. Entretanto esse pressuposto não terá êxito se não houver respeito às suas necessidades. Na verdade esse resgate não deve ser baseado no pensar e no desejo do terapeuta, e sim na composição pessoal do cliente.

Há também uma grande necessidade de validar as pontes, colocando a felicidade do sujeito como base. Acredito que o troféu do terapeuta seja a felicidade do cliente em processo de autoconhecimento. Essa conquista nos mune de saberes, proporcionando uma satisfação que permite ao sujeito se inteirar e participar do crescimento do outro sendo grande em respeito, sendo ético e ampliando seu horizonte e o horizonte do seu semelhante, os convivas que entraram nessa pirâmide de crescimento Universal.

O ser humano hoje é produto do desenvolvimento científico e tecnológico, que exige a formação de um sujeito com um desenvolvimento mais ativo, pessoal, criador, conhecedor de si mesmo, capaz de encontrar soluções e novos insights sobre os problemas. Entretanto se não adentrarmos no real sentido de vida desse indivíduo, não iremos atingir nosso objetivo enquanto terapeutas, que é facilitar o caminho do sujeito ao encontro de si mesmo.

A proposta aqui apresentada é aquela que introduz na atividade terapêutica um manancial simbólico rico e fascinante – o Tarô –, capaz de despertar o sujeito para o seu potencial, sua capacidade de autorrealização, suas descobertas sobre o sentido da vida, o que dá sentido a essa busca de si mesmo.

E nessa caminhada percebi o sagrado em todos os movimentos, sinuosos, retos e circulares. “Tudo o que move é sagrado e remove as montanhas” (Beto Guedes). Os deuses nos auxiliam a mover nossas montanhas, removendo assim nossas imperfeições. Eles dilaceram o véu que encobre o caminho, nos direcionando rumo ao nosso eu. O arcano sete velozmente nos encaminha, com garra, conduzindo à estabilidade, mediante a inserção do sagrado. Assim, proporciona a flexibilidade e traz a medida do equilíbrio, que parte justamente do inesperado, construção nossa!

REFERÊNCIAS

CAMARGO, Pedro. **Iniciação ao tarô**. São Paulo: Editora Nova Era, 2002.

COUSTÉ, Alberto. **Tarô ou a máquina de imaginar**. Global, 1983.

GROF, S. **Além do Cérebro**. São Paulo, McGraw-Hill, 1988.

_____ **A aventura da autodescoberta** – Summus Editorial, 1997.

HADÈS. **Cartas e destino**. Edições 70, Coleção Esfinge, 1984.

JUNG, C.G. **A prática da psicoterapia**. Trad. V. Amaral. Petrópolis: Vozes, 1999.

_____ **Fundamentos da Psicologia Analítica**. Trad. V. Amaral. Petrópolis: Vozes, 1986.

ROGERS, Carl. **Tornar-se pessoa**. São Paulo: Martins Fontes, 1987.

WILLE, Pauline. **Manual de Cura pela cor**. São Paulo: Editora Pensamento, 2004.

SITE

<http://www.scielo.br/applications/scielo-org/pages>

ANEXOS



(Os arcanos do Tarô)



(Construção da trajetória da vida utilizando pedras)



(Construção da trajetória da vida utilizando pedras)



(Representação imagética da vida e suas interligações)



(Ressignificação das relações através de miniaturas)



(Vivência de autoencontro - Apresentação)



(Representação simbólica através de registros imagéticos)



(Encerramento de vivência de autoencontro)



(Vivência de Renascimento)



(Vivência Interação com Elemento Fogo)