



A EXPERIÊNCIA SUPREMA EM BIODANZA

Fabricio Possebon

Professor e Pesquisador

Universidade Federal da Paraíba

Propõe-se, neste breve estudo, uma discussão sobre como o conceito de Consciência Cósmica é desenvolvido no sistema Biodanza.

Recordemos, inicialmente, uma passagem de importância capital para a tradição cristã (Atos, 9, 3-9, tradução de Almeida):

E, indo no caminho, aconteceu que, chegando perto de Damasco, subitamente o cercou um resplendor de luz do céu. E, caindo em terra, ouviu uma voz que lhe dizia: Saulo, Saulo, por que me persegues? E ele disse: Quem és, Senhor? E disse o Senhor: Eu sou Jesus, a quem tu persegues. Duro é para ti recalçar contra os agulhões. E ele, tremendo e atônito, disse: Senhor, que queres que eu faça? E disse-lhe o Senhor: Levanta-te, e entra na cidade, e lá te será dito o que te convém fazer. E os homens, que iam com ele, pararam espantados, ouvindo a voz, mas não vendo ninguém. E Saulo levantou-se da terra, e, abrindo os olhos, não via a ninguém. E, guiando-o pela mão, o conduziram a Damasco. E esteve três dias sem ver, e não comeu nem bebeu.

O episódio foi estudado por Richard Maurice Bucke, em sua obra pioneira¹, e descreve o momento em que Paulo entra em Consciência Cósmica, uma experiência transformadora que vai inclusive repercutir naquilo que será conhecido posteriormente como Cristianismo. A partir de um conjunto de autores e textos, de diversas épocas e lugares, Bucke sistematiza o que chama de “os sinais do Sentido Cósmico” (idem, p. 108): a) A luz subjetiva; b) A elevação moral; c) A iluminação intelectual; d) O senso de imortalidade; e) A perda do medo da morte; f) A perda do senso de pecado; g) A subitaneidade e instantaneidade do despertar; h) O caráter anterior do homem - intelectual, moral e físico; i) A idade da iluminação; j) O encanto acrescentado à personalidade, de modo que homens e mulheres são sempre (?) fortemente atraídos para a pessoa; k) A transfiguração do indivíduo que é objeto da mudança, tal como vista por outrem quando o sentido cósmico está efetivamente presente.

¹ **Consciência Cósmica**. Richard Maurice Bucke M. D. Curitiba: Biblioteca Rosacruz, 1996. Tradução de **Cosmic Consciousness**, 1901. Obra de grande vitalidade, apesar de seu conceito de raça, do século XIX, ter envelhecido.



Esta lista de onze itens foi reestudada ao longo do século vinte, sendo acrescentados / reinterpretados diversos elementos por inúmeros autores. Abraham Maslow², por exemplo, desenvolve dezesseis características de um fenômeno por ele denominado *peak-experience*, normalmente traduzido como experiência culminante. Pierre Weil (p. 14 e 15)³ elenca nove critérios da Consciência Cósmica, claramente distintos da alucinação: 1) unidade; 2) inefabilidade; 3) desaparecimento da dimensão espaço-tempo; 4) noética (senso de realidade); 5) desaparecimento do medo da morte; 6) vivência de eternidade; 7) experiência energética de “iluminação interior”; 8) sentido de “sagrado”; 9) mudanças posteriores de sistema de valor.

Uma nova área do saber foi então desenvolvida: “a Psicologia Transpessoal é um ramo da Psicologia especializada no estudo dos estados alterados de consciência; ela lida mais especialmente com a “experiência cósmica” ou os estados ditos “superiores” ou “ampliados” da consciência. Estes estados consistem na entrada numa dimensão fora do espaço-tempo tal como costuma ser percebida pelos nossos cinco sentidos. É uma ampliação da consciência comum com visão direta de uma realidade que se aproxima muito dos conceitos da física moderna” (Weil, p. 9)⁴.

Há diversos nomes, nas mais variadas culturas, para descrever esta experiência singular da natureza humana, bem como pormenores e detalhes, nem sempre facilmente intercambiáveis. Exemplificaremos com o milenar Yoga. O objetivo final do Yoga é atingir o *samadhi*, termo sânscrito traduzido muitas vezes, nas línguas modernas, como “iluminação”, “êxtase” (ênstase, segundo Mircea Eliade⁵). No Yoga clássico do mestre Patanjali (II a.C.), o caminho é longo para se chegar ao *samadhi*, começa por prescrições éticas e passa por exercícios posturais (*ásanas*), controle de respiração (*pranayama*), concentração e meditação. O almejado *samadhi* é a experiência culminante desta antiga tradição indiana⁶.

² **Introdução à Psicologia do Ser.** Abraham H. Maslow. Rio de Janeiro: Eldorado. Tradução de **Toward a Psychology of Being**, 1962. Ler sobretudo o capítulo 7 - Experiências Culminantes como Agudas Experiências de Identidade.

³ **Cartografia da Consciência humana.** Pierre Weil, Arthur Deikman, Kenneth Ring. Petrópolis: Vozes.

⁴ **A Consciência Cósmica.** Introdução à Psicologia Transpessoal. Pierre Weil. Petrópolis: Vozes.

⁵ **Yoga.** Imortalidade e Liberdade. Mircea Eliade. São Paulo: Palas Athena, 2004. p. 76.

⁶ **Yogaterapia.** O saber que vem do oriente. Fabricio Possebon in **Educação Emocional e Práticas Integrativas e Complementares de Saúde.** João Pessoa: Libellus, 2019.



Os dois exemplos aqui citados, a conversão de Paulo e o caminho dos mestres do Yoga, mostram duas possibilidades diametralmente opostas, todavia não excludentes: de um lado, um lampejo súbito, em condições imprevisíveis, ou melhor dizendo, não conhecidas; por outro lado, um passo-a-passo longo e trabalhoso, mas com resultado aparentemente seguro. De todo modo, trata-se de uma experiência altamente desejável, um segundo de tempo que pode mudar o sentido de uma existência ou uma longa jornada de esforços, com o mesmo fim transformador.

Como a questão é tratada na Biodanza?

Rolando Toro propõe o termo “experiência suprema”, empregado por ele, em 1968, quando do publicação de seu artigo “La experiencia suprema. Investigación sobre efectos del LSD 25”. Universidad de Chile. No curso de Formação Docente em Biodanza, Transcendência, p. 14 e 15, são apresentadas 28 características da fenomenologia da experiência suprema, seguidas de outras nove, entendidas como expressões dissociativas.

Um dos sete poderes de transformação da Biodanza é justamente a expansão da consciência que “es un estado de percepción ampliada que se caracteriza por restablecer el vínculo primordial con el universo. Su efecto subjetivo es un sentimiento intenso de unidad ontocosmológica y alegría trascendente. Biodanza induce estados de expansión de consciencia mediante músicas, danzas y ceremonias de encuentro. Tener acceso a la “experiencia suprema” requiere una preparación previa y un nivel superior de integración y madurez” (Toro, p. 263)⁷. E ainda convém recordar que “después de vivir una “experiencia suprema” (estrictamente acompañado), se descubre un nuevo sentido de la vida y la elevación del vínculo con la naturaleza, con otras personas y consigo mismo” (*idem*, p. 264).

O caminho progressivo da Biodanza passa por níveis de transe, do primeiro a quinto, sendo os exercícios “Transe de suspensão” e “Transe de suspensão na água” provavelmente os mais avançados, no último nível. Evidentemente, como acima dito, é exigido um grau superior de integração e maturidade para que os praticantes possam fazê-los, de forma a atingir os resultados esperados de elevado vínculo com a natureza,

⁷ **Biodanza**. Rolando Toro. Chile: Cuarto Propio, 2009.



com o outro e consigo mesmo. Em outros termos, são exercícios propostos para grupos avançados, inseridos na curva da estrutura da aula.

Espera-se, em resumo, que o praticante, nas condições acima descritas, possa ter uma experiência suprema. Nem sempre isto vai acontecer, porque entre as condições ideais, propiciadas pelo contexto da Biodanza, também se incluem os estados interiores próprios do indivíduo, no momento da prática, *hic et nunc*, ou seja, seu estado mental, emocional, espiritual, etc.

Como no Yoga, a proposta da Biodanza é longa e progressiva, e consequentemente segura e de resultado mais garantido. A experiência suprema tem, entretanto, um caráter caprichoso, cujas condições de ocorrência são imprevisíveis (ou melhor dito, desconhecemos as suas verdadeiras condições de funcionamento). Assim, não se estranhe se alguém, em dado momento da sessão, vivenciar uma experiência suprema, embora não esteja em curso a linha de vivência da transcendência, nem algum outro fator que, aparentemente, favoreceria a sua ocorrência.

Voltemos às características que Rolando Toro chamava de Experiência Contaminada: 1) dissociação corpo-alma (desdobramento); 2) deformação da percepção de objetos e transformação destes; 3) medo e angústia; 4) alterações formais do esquema corporal; 5) encontro com seres fantásticos; 6) anestesia do corpo; 7) visão alucinatória de objetos imateriais; 8) sentimentos de onipotência (poderes mágicos); 9) mudanças patológicas de consistência da Realidade (achatamento dos espaços, imobilidade cristalizada da paisagem, imagens pavorosas, transformação monstruosa da auto-imagem, etc.). Esta lista, em grande medida, caracteriza o estado patológico descrito na Psiquiatria como Psicose. Deste modo, a conversão de Paulo, como acima apresentada no texto dos Atos, com a visão de Jesus, seria classificada como dissociativa ou patológica, em Biodanza. De fato, uma boa parte dos exemplos de Bucke se enquadraria como tal.

Para estudos futuros, deixamos as seguintes questões provocativas:

1) Se em uma sessão de Biodanza, quando em curso uma vivência de transe, alguém perceber que lhe aparece um ser de luz que lhe traz uma mensagem positiva, reconfortante, transformadora, deveria ainda assim ser considerada esta experiência como dissociativa e patológica?



2) Se em uma sessão de Biodanza, quando em curso uma vivência de transe, alguém sentir-se separado do corpo, desdobrando-se para um local paradisíaco, experienciando uma grande transformação interior a partir desta viagem, deveria ainda assim ser considerada dissociativa e patológica?

3) Se em uma sessão de Biodanza, quando em curso uma vivência de transe, alguém regredir a um estado que sinta ser sua existência em outra vida pregressa, e isto for terapêutico, curando-o de um trauma antigo, deveria ainda assim ser considerada dissociativa e patológica?

Em síntese, como deveria o facilitador de Biodanza lidar com estas realidades e como ele deveria se preparar para isto? Toda experiência do tipo religiosa deveria ser vista como psicótica?

