

HOLOCURA: RESPIRAÇÃO HOLOTRÓPICA E PROCESSOS CRIATIVOS DE QUADRINHOS

HOLOCURA: HOLOTROPIC BREATHWORK IN COMICS CREATIVE PROCESS

Matheus Moura Silva / UFG
Edgar Franco / UFG

RESUMO

Este artigo parte da investigação de doutorado, concluída em 2018 no PPGACV-FAV/UFG, a respeito de processos criativos por meio de Estados Não Ordinários de Consciência - ENOC. O artigo aborda o processo de criação da HQ HOLOCURA a partir da experiência de ENOC com a técnica terapêutica chamada Respiração Holotrópica. Na introdução é feita uma breve apresentação do que é a Respiração Holotrópica e seus criadores. No decorrer do texto é discutido o visto e sentido pelos pesquisadores durante as respirações, levantando problemas, soluções e auto percepções ao criar, além de desenvolver relações diretas com as matrizes perinatais descritas na literatura escrita por GROF. Ao final são feitas considerações quanto ao processo e à relação dos ENOC com criatividade.

PALAVRAS-CHAVE: ENOC; respiração; arte visionária.

ABSTRACT

This article is part of the PhD research, completed in 2018 in the PPGACV-FAV / UFG, regarding creative processes through Non-Ordinary States of Consciousness - NOSC. The article discusses the creation of HOLOCURA comics from the experience of NOSC with the therapeutic technique called Holotropic Breathing. In the introduction is made a brief presentation of what is Holotropic Breath and its creators. In the course of the text, it is discussed the visibility and direction of the researchers during respirations, raising problems, solutions and self-perceptions when creating, in addition to developing direct relationships with the perinatal matrices described in the literature written by GROF. In the end, the process and the relationship of the NOSC with creativity are considered.

KEYWORDS: NOSC; breathwork; visionary art.

Introdução: Respiração Holotrópica

Do grego: *holos* (todo) + *trepeis* (movendo-se em direção a), sendo holotrópica/o um neologismo criado por Stanislav Grof¹ para se referir à técnica de respiração desenvolvida por ele em conjunto com a esposa, Christina Grof², na segunda metade dos anos 1970 (GROF, 2010). O termo holotrópico, ou “movendo-se em direção ao todo”, surge como referência à propriedade das plantas de virarem para a direção do Sol – heliotrópico (GROF, 2010). A proposta de sentido é a mesma, mas ao invés da luz solar, o indivíduo se volta para a luz interior, o seu eu superior, latente em todos os seres humanos. Grof (2010) identifica tal aspecto com a dimensão espiritual. Sendo ela tão importante quanto qualquer outra dimensão psíquica do ser humano, entendida por ele como o âmbito Transpessoal – algo além do humano, no sentido da integralização do indivíduo com o todo, o cosmos.

Grof também fala da experiência direta, ao tratar das experiências psicodélicas e/ou transcendentais induzidas por substâncias ampliadoras da consciência ou por meditação, dança, música, técnicas de respiração, dentre outras. Foi numa experiência semelhante, por meio do LSD, que o pesquisador despertou o interesse pelos estudos a respeito dos ENOC³. Durante o período de 1960 a 1967 esteve a frente de diversas investigações sobre utilização clínica de drogas psicoativas no *Psychiatric Research Institute*, em Praga (AL JARDIM, 2016). Em 1967, recebe um convite para se juntar a equipe do *Clinical and Research Fellow*, na *Johns Hopkins University*, em Baltimore, EUA. No ano de 1973 tornou-se professor residente no *Esalen Institute*, em Big Sur, Califórnia, EUA, onde residiu até meados da década de 1980. Foi durante esse período que ele desenvolveu a Respiração Holotrópica.

A necessidade de criar uma técnica indutora de estados ampliados de consciência sem a necessidade de um psicotrópico se deu pela proibição, nos EUA em 1975, do LSD em pesquisas clínicas (BOROSON, 2016). Com a impossibilidade de dar continuidade às investigações e terapias anteriormente conduzidas, Stanislav Grof se juntou a Christina Grof para darem forma a um método de ampliação da consciência com base apenas na prática respiratória.

A proposta do casal foi desenvolver um modo simples de respiração contínua que levasse a um estado de consciência diferenciado. As referências para essa nova técnica de respiração se deram a partir de métodos já conhecidos e desenvolvidos

FRANCO, Edgar Silveira; SILVA, Matheus Moura. Holocura: respiração holotrópica e processos criativos de quadrimhos, In Anais do 27º Encontro da Associação Nacional de Pesquisadores em Artes Plásticas, 27º, 2018, São Paulo. Anais do 27º Encontro da Anpap. São Paulo: Universidade Estadual Paulista (UNESP), Instituto de Artes, 2018. p.159-173.

por milhares de anos, como por exemplo a respiração Kundalini ou o Pranaiaama. Ambas as práticas são hindus e possuem relação com o yoga e meditação. As diferenças principais entre a respiração holotrópica e outros processos de ampliação da consciência por meio do oxigênio são: o intuito da respiração, o ambiente musical e a função do acompanhante durante as sessões (GROF, 2010).

Na prática da respiração holotrópica, os respirantes ficam deitados, com os olhos fechados (por vezes vendados) e são instruídos a respirarem mais rápida e profundamente do que o normal. No ambiente há música étnica (nativa e/ou mantras) e instrumentais em alto volume. A música serve para guiar a experiência passando sensações específicas intrínsecas à musicalidade e para ajudar na concentração (GROF, 2010).

O ato de respirar mais rápido e profundo leva o respirante a experienciar o que na medicina clínica é chamado de “síndrome da hiperventilação” (GROF, 2010, pg. 20), tendo até mesmo status de distúrbio. Porém, como explicado por Grof (2010), tal categorização do fenômeno só demonstra o quanto a medicina tradicional desconhece o fato (ou ignora suas implicações).

Holotrópica como processo criativo

Para a pesquisa desenvolvida, foram realizadas duas sessões de respiração holotrópica, cada uma com intervalo de seis meses. Ambas as sessões ocorreram no Centro de Educação e Psicoterapia – CEP, em Goiânia (GO) entre 2016 e 2017, sendo facilitadas pelos psicoterapeutas Álvaro e Dora Jardim. Minhas experiências com a holotrópica foram bastante íntimas e até mesmo indizíveis. Este, na verdade, foi o maior problema para conseguir extrair narrativas das respirações. Todas as minhas experiências foram muito mais sentimentais do que visuais. Já para o artista transmídia e quadrinhista, Edgar Franco, que também participou das respirações, como explicita em entrevista (FRANCO, 2016), foi mais visual (ou equilibrado) dando a ele mais repertório imagético para a criação narrativa.

Para compreender melhor a experiência com a holotrópica recorro a um livro de Stanislav Grof, chamado *A aventura da autodescoberta*, de 1997. Nele o pesquisador procura mais guiar o psiconauta⁴ do que defender uma teoria. Tanto que para ele o conhecimento da cartografia proposta é imprescindível para quem

procura vivenciar os ENOC (GROF, 1997). Ele explica que, durante anos passou a pesquisar e a publicar livros sobre métodos, pesquisas práticas e resultados; desta vez não se viu mais na necessidade de provar algo por acreditar que a respiração holotrópica está bem documentada. Assim, o autor se porta como a técnica da respiração holotrópica sendo dada pronta e acabada e parte por sistematizar, de modo simples, as etapas e funcionamento da respiração, bem como as reações físicas e psíquicas. Tudo por meio de relatos detalhados dos respirantes acompanhados por Grof ou do próprio.

De acordo com o psiquiatra (GROF, 1997), e reforçado por Shanon (2010), a psicoterapia tradicional não consegue trabalhar com os ENOC por desconhecer como realmente funciona o inconsciente em estado não ordinário. Como frisado, a medicina tradicional, bem como a psicologia, tende a compreender os psicodélicos – ou mesmo a hiper ventilação – como distúrbios ou enfermidades, acabando por afastá-los de uma pesquisa diferenciada e sistêmica. No entanto, enquanto “a psicoterapia acadêmica tradicional limita-se conceitualmente ao nível analítico-rememorativo” – baseado nas memórias da formação individual – a nova cartografia da psique proposta por Grof (1997) acrescenta dois níveis. O primeiro é o *nível perinatal*, voltando para compreender a regressão ao período de nascimento, o qual acaba por se relacionar às memórias/sensações de nascimento e morte. O segundo é o *nível transpessoal*, focado nas relações dos indivíduos com os universos mitológicos e arquetípicos.

No início da experiência com ENOC, seja a partir de LSD ou respiração holotrópica, segundo Grof (1997), existe uma “barreira sensorial” a ser transpassada para a entrada efetiva nos ENOC. Interessante notar que o psiquiatra indica as imagens entópticas como parte desta barreira, sendo elas o resultado da ativação dos órgãos sensoriais ao início da experiência (GROF, 1997). A perspectiva de Grof reforça o entendimento do arqueólogo David Lewis-Williams (2005, pg. 130), quando este aponta os “Espectros da Consciência” e determina as imagens entópticas como a primeira etapa para os ENOC. Timothy Leary, Ralph Metzner e Richard Alpert, no livro *The Psychedelic Experience* (1995), também indicam a entrada nos ENOC como um processo de morte do corpo físico ordinário, tendo como indício reações físicas variadas.

Na história em quadrinhos *Renascença*, escrita e desenhada pelo quadrinhista Laudo Ferreira com base em meu relato/absorto de respiração holotrópica, é nítido o momento em que me deparo com esta barreira sensorial (Figura 1). Começa com o formigamento nas mãos, pés e umbigo, chegando ao ponto de ver as imagens entópticas, descritas na HQ como luzes coloridas. Contudo, durante o processo de passagem pela barreira, me vi preso a ela, retornando ao estado perinatal. Seria já a atuação do que Grof (1997) chama de nível biográfico-rememorativo – baseado na psicoanálise tradicional. Ele compreende todo tipo de memória e experiência gerada pelo indivíduo desde o nascimento – a diferença na interpretação do psiquiatra é a relevância dada ao sofrimento físico. Ou seja, todo e qualquer aspecto da vida da pessoa está contido neste nível. Grof (1997) ressalta que durante um processo de auto-exploração qualquer tipo de lembrança pode surgir no momento e ser retrabalhada. No meu caso, creio que o impacto sentido ao ouvir gritos de uma colega respirante, suscitou a memória perinatal me levando a ficar preso na segunda Matriz Perinatal Básica – MPB. Na HQ é abordado o conceito primário das Matrizes Perinatais Básicas, definido pelo psiquiatra.



Figura 1: Página na HQ, *Renascença*, ilustrada por Laudo Ferreira a partir de relato meu.
 Fonte: Cartografias do Inconsciente, 2018.

Na Figura 2 reproduzo uma imagem representativa das MPB. Cada estágio corresponde a uma matriz. A primeira é o “universo amniótico”, a segunda a “opressão cósmica”, a terceira a “luta entre vida e morte”, e a quarta etapa é a “experiência da morte e renascimento” – morte para o útero e nascimento para a vida pós-uterina. No meu caso, durante a respiração representada em *Renascido*, fiquei preso na opressão cósmica – segunda matriz –, sem conseguir nascer naturalmente, foi preciso me retirarem via cesariana. Ou seja, não experienciei a terceira matriz perinatal. Talvez, de um modo ou de outro, tenha experimentado a quarta matriz após ter sido retirado do útero, porém de uma maneira diferenciada, pois não houve a passagem metafórica pelo canal vaginal.

4 Basic Perinatal Matrices – Grof

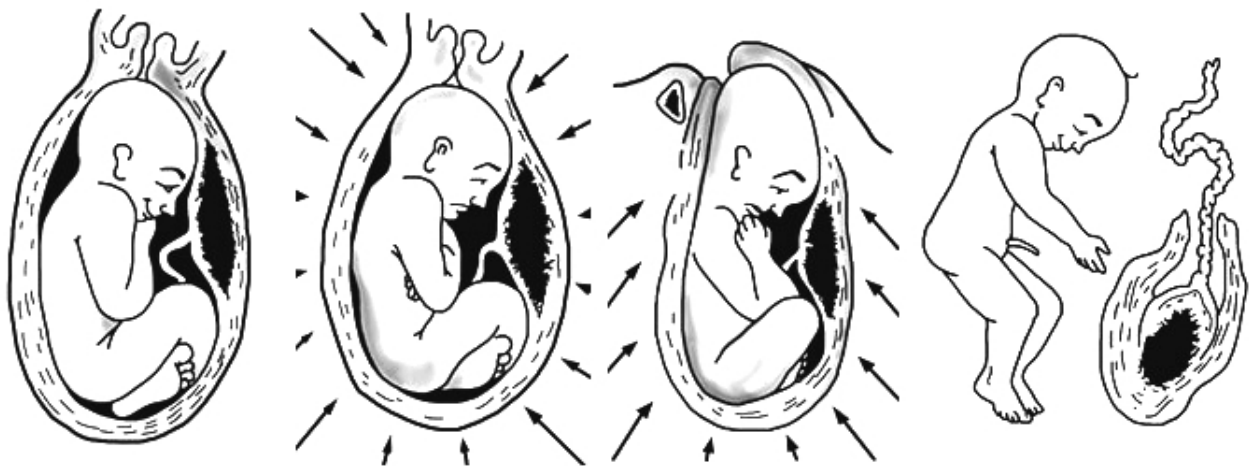


Figura 2: As quatro fases do nascimento correspondentes às Matrizes Perinatais Básicas, de Stanislav Grof.
 Fonte: LSD Doorway to the Numinous, 2009.

É relevante destacar que Grof (1997) comenta a respeito das reações físicas concretas da regressão etária. Conforme indica o psiquiatra, caso seja realizado exames neurológicos em alguém que tenha vivenciado a regressão etária, veria que os resultados seriam similares aos de uma criança. Particularmente, valido esta questão por ter ficado com a visão do olho direito embaçada durante todo o dia após a respiração. Uma possível reação física por ter passado por um processo não natural de nascimento.

Por outro lado, Grof (1997) faz uma ressalva quanto à adoção da perspectiva

perinatal para interpretações de todo tipo de experiências com ENOC. Realmente, como é apontado no livro, tendi a aproximar as mais diversas vivências com ENOC ao momento perinatal – “de uma perspectiva mais ampla, esta é uma abordagem limitada que deve ser transcendida” (GROF, 1997, p. 29).

A História em Quadrinhos *Holocura*, desenhada por Edgar Franco, com texto de minha autoria, foi um dos resultados das sessões de holotrópica. Ela conecta imagens das visões do artista ao meu texto, escrito logo após a experiência de respirar. Grof (1997) cita o relato de um voluntário em sessão conduzida por ele, no qual é identificada a MPB I, correspondente ao “universo amniótico”, dentro do conceito do “berço bom”. O indivíduo regride até se tornar um ser aquático que vive em um grande oceano. As sensações são positivas até que surge uma angústia que logo se transmuta. Abaixo cito o relato do respirante de Grof para efeito de comparação com o descrição posterior de Franco.

Eu senti a necessidade de curvar-me e tive uma sensação de estar ficando cada vez menor. Eu estava num líquido luminoso, cercado por veias finas e translúcidas. Era fácil identificar este estado como uma profunda regressão, um retorno à existência fetal. Um sentimento sutil, mas profundo, de bem-aventurança e paz imperturbável preenchia todo o meu ser. Meu estado envolvia um estanho paradoxo: eu estava me tornando cada vez menor, encolhendo até o nada absoluto, e entretanto parecia que não tinha limites e estava alcançando o infinito. Como numa brincadeira, minha fantasia criou a ideia de que eu era uma bela água-viva, comodamente flutuando no oceano, impulsionada por suaves esguichos de água. No começo esta identificação era uma tentativa quase sonhadora, mas tornou-se cada vez mais real. Eu tinha sensações filogeneticamente muito primitivas, que eram extremamente convincentes, e experienciava vários processos estranhos que não tinham nada a ver com a experiência humana comum. Isto mudou lentamente, passando por identificações igualmente convincentes com vários tipos de peixes, cavalos-marinhos, anêmonas e até algas, todas autênticas e com detalhes biológicos surpreendentes. (apud GROF, 1997, pg. 33)

A fala de Franco (2016), em entrevista, possui nítidas semelhanças com o do respirante de Grof. Tanto o é que aproximo a experiência de Franco a dele, além de acreditar fazerem parte da mesma MPB. Na página dois de *Holocura* (Figura 3) é possível identificar os elementos visionários descritos pelo artista, como o ovo, o pássaro e as amebas.

O artista destaca que durante a respiração holotrópica depois de tornar-se um soberbo demônio, voltou gradativamente ao normal e teve uma sequência de experiência fetal, nessa hora enrolou-se realmente no colchão nessa clássica posição. Ele sentia-se como um feto em um ovo, inclusive suas costas pareciam estar encostadas na casca espessa, sentia que tinha um bico também, ou seja, era um ovo de algum tipo de ave. Passeou um bom tempo assim, dentro do ovo, em absoluto silêncio, sentia como se muito tempo estivesse passando, eras até. Depois de algum tempo – curiosamente não se viu rompendo a casca do ovo – voltou à posição tradicional. Retomou então a respiração profunda e em pouco tempo sentia-se como uma espécie de ave aquática, mas não era um pinguim, parecia mais com um ornitorrinco, algo assim. O corpo era escuro e tinha o bico longo e fino. Nessa hora virou-se de bruços no colchão e começou a fazer movimentos como os de uma serpente.

Na verdade, como explica o artista, ele estava nadando, inicialmente em um lago com muita vegetação aquática e peixes. Continuou nadando internamente, algo lhe fazia aumentar a velocidade. Logo transformou-se em um peixe pequeno e continuou aumentando a velocidade, aí já era uma espécie de ameba. E outras amebas estavam nadando com ele. Parecia que tinham a missão de chegar a algum lugar. Era claramente uma disputa. Ele dava ali todas as suas forças, intensidade absoluta. Quem viu a cena percebeu que ele serpenteava alucinadamente no colchão e tiveram que colocar proteção de almofadas ao seu redor, pois ele batia com a cabeça na direção da parede. Em sua experiência visionária, de repente sentiu que tinha vencido, e viu todos os outros ficando para trás.

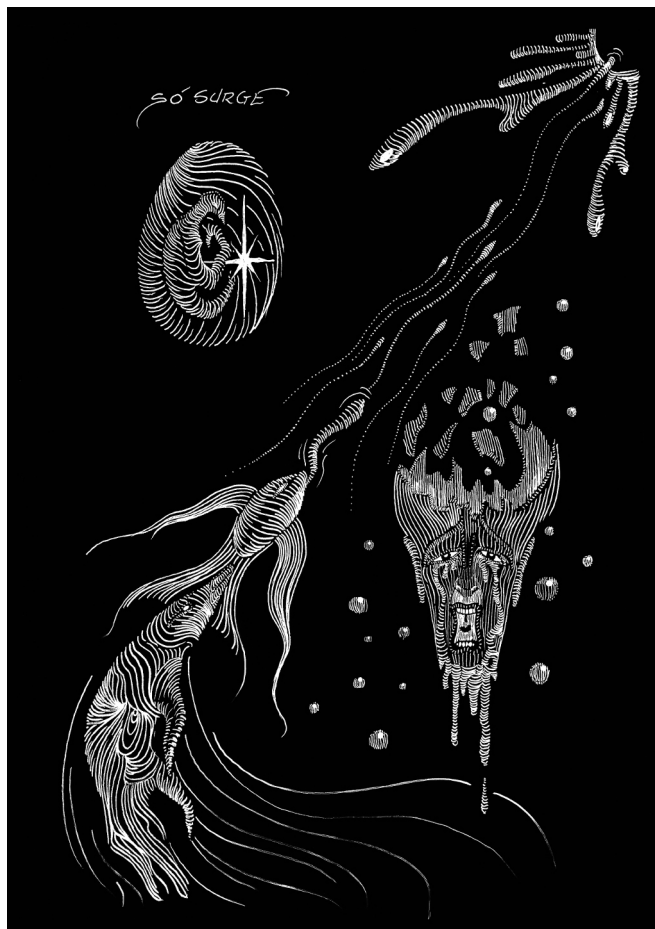


Figura 3: Página 2 de Holocura. Fonte: Cartografias do Inconsciente, 2018.

A segunda Matriz Perinatal, por sua vez, se caracteriza por sensações de opressão. Nela o feto passa a ser comprimido pelas contrações uterinas. Grof (1997, 30) explica fazerem parte dessa Matriz “sentimentos angustiantes de solidão metafísica, desamparo, inferioridade, inadequação, desespero existencial e culpa”. Particularmente, entendo ter ficado preso nesta Matriz. Durante minha respiração relatada na história em quadrinhos *Renascer*, após ter o clímax interrompido pela colega respirante, fiquei preso em uma ciclo de sensações melancólicas. Era como se todo esforço que fizesse ou viesse a fazer fossem em vão. Fiquei nesta situação todo o restante da experiência. No caso de Franco, a respiração dele foi mais fluída. Com base ainda na entrevista, identifico a MPB II no processo dele quando relata que

(...) por incrível que pareça, tive uma sensação horrível, de perda, de tristeza suprema, voltei a deitar-me no colchão de costas e coloquei as mãos no peito, parecia sentir uma tristeza lancinante que doía no

meu coração, doía muito, um peso no peito. Naturalmente comecei a chorar, chorei muito nessa hora, copiosamente. Vivi um nigredo profundo da alma, sentia absurda desolação. Algum tempo depois de ter chorado muito, fui me acalmando, sentia ainda forte pressão no peito, mas o choro foi diminuindo. Já estava próximo da fase final da experiência, e foi então que aconteceu o momento mais assustador e poderoso dessa viagem. (FRANCO, 2016)

O choro e a desolação estão representados na HQ por uma cabeça decepada a verter lágrimas (Figura 3). A pressão no peito sentida pelo artista, pode ter correspondência com a opressão externa do útero em contração. Talvez a sensação de pressão tenha sido um reflexo físico da memória uterina entre os estágios II e III das matrizes. Já na MPB III, pessoalmente, por ter ficado preso na matriz anterior, não desenvolvi a experiência a esse ponto – pulei diretamente para MPB IV, quando o olho fica embaçado. Até porque, durante meu nascimento real, não passei pela MPB III. No concernente a Franco, ele percorreu todo o processo perinatal, mesmo não sendo em sequência.

A MPB III, Grof (1997) explana, têm como principais marcas elementos de “lutas titânicas, experiências sadomasoquistas, intensa excitação sexual, episódios demoníacos, vivências escatológicas e encontro com o fogo”. Franco, em especial, vivenciou “episódios demoníacos” e “lutas titânicas” (GROF, 1997, pg. 42). Na primeira página de *Holocura* há um demônio de asas abertas, o qual era o próprio artista encarnado como tal – e no chão há várias rachaduras.

O artista relata (FRANCO, 2016) que de repente sua pele era toda vermelha e muito mais peluda, suas mãos tinham dedos grossos e de unhas longas. Percebeu que era um DEMÔNIO, desses bem tradicionais: face humana, barba, orelhas pontudas, pele vermelha, um quase clichê visual da imagem ocidental que temos do demônio. Virou-se para conferir se tinha rabo, e lá estava ele! Divertiu-se ao fazê-lo balançar pelo ar com uma ponta em forma de flecha. Aí começou a ter uma poderosa sensação, e ele sentia que era mau, de uma maldade muito profunda e pura, maniqueísta até; completamente mau, sem reservas, impiedoso, cruel. Ele estava gostando da sensação, gostando muito, passou então a gargalhar de forma monstruosa, e lembrou-se de seus pés. Levantou a cabeça para olhá-los e achou fantástico ter cascos bipartidos no lugar de pés. Sentia-se poderoso como nunca, um poder obscuro, absurdamente mau. Não reprimiu a sensação, deixou que ela viesse

por completo e sentia um prazer grande com ela. Finalmente decidiu testar seu poder, sentou-se ali olhando maravilhado seus pés e deu uma pisada brutal no chão com seu casco direito. Viu o chão rachar completamente e as rachaduras continuarem até sumirem no horizonte. Gargalhou alegre e soturnamente, sentia-se pleno, completo. Ele conclui dizendo: “Foi insano, e algo que até pensei se deveria revelar, mas acho importante ser completamente sincero nesse relato, por isso decidi contar sem preocupar-me com possíveis julgamentos” (FRANCO, 2016).

Na descrição do psiquiatra, o “elemento demoníaco” (GROF, 1997) é tido como negativo devido às reações das pessoas – principalmente por aqueles que os têm. Grof (1997) conta que geralmente os indivíduos têm dificuldades em aceitar o caráter demoníaco da experiência e lutam contra ele. Franco, notadamente, não possui uma perspectiva religiosa como filtro para as imagens de demônios. Talvez por isso tenha usufruído da situação e não – como geralmente ocorre – entrado em pânico ou negação. Grof concatena as imagens de elementos demoníacos com o estágio perinatal, por eles carregarem sentidos peculiares de morte e renascimento. Já os aspectos de “luta titânica”, se materializam como fenômenos naturais destrutivos, como por exemplo terremotos, maremotos, tempestades elétricas, vulcões e furacões, além de grandes guerras e máquinas gigantescas (GROF, 1997). Franco, no relato acima, descreve como era imenso o poder que detinha enquanto demônio e o modo como iniciou um tipo de terremoto com os “cascos”, ao ponto de trincar o solo. A interseção entre a “luta titânica” e o estágio perinatal é devido a “magnitude das forças em ação neste estágio do parto” (GROF, 1997). Esta experiência, a qual identifico como parte da MPB III, dentro da cronologia da respiração holotrópica do Franco (2016), é o primeiro estágio. Somente depois de vivenciar a MPB III e IV é que o artista passou para a I e II.

De maneira similar a Shanon (2010), Lewis-Williams (2005) e Enchenhofer (2012), os quais procuraram sistematizar as sensações e visões de ENOC em estágios, Grof (1997) destaca não haver uma ordem específica para as MPB surgirem. Elas podem ocorrer em qualquer ordem ou mesmo apenas como fração dentro do total da experiência. No caso de Franco não houve uma ordem sequencial, as MPB surgiram de modo aleatório.

A quarta e última Matriz Perinatal Básica é o final do parto, logo após o nascimento.

Grof (1997) salienta que o momento é impactante por diversas formas. Toda uma nova gama de sentidos são ativados no bebê (cheiros, tato, visão), sendo denominada de “experiência da morte e renascimento”. A comoção é tão grande que em determinadas regressões os indivíduos podem recordar de detalhes do momento pós-nascimento. Durante a respiração holotrópica Grof (1997) descreve-a como

De modo paradoxal, o indivíduo tem a sensação de uma catástrofe iminente de enormes proporções quando está a apenas um pequeno passo de uma experiência de extraordinária libertação. Isto frequentemente resulta numa luta desesperada e determinada para parar o processo. Se a pessoa permitir que a transição da MPB III para a MPB IV aconteça, ela passará por um sentimento de total aniquilação em todos os níveis inimagináveis. (...) A experiência da morte do ego parece impor uma destruição instantânea e impiedosa de todos os pontos de referência anteriores na vida do indivíduo. (GROF, 1997, pg. 47)

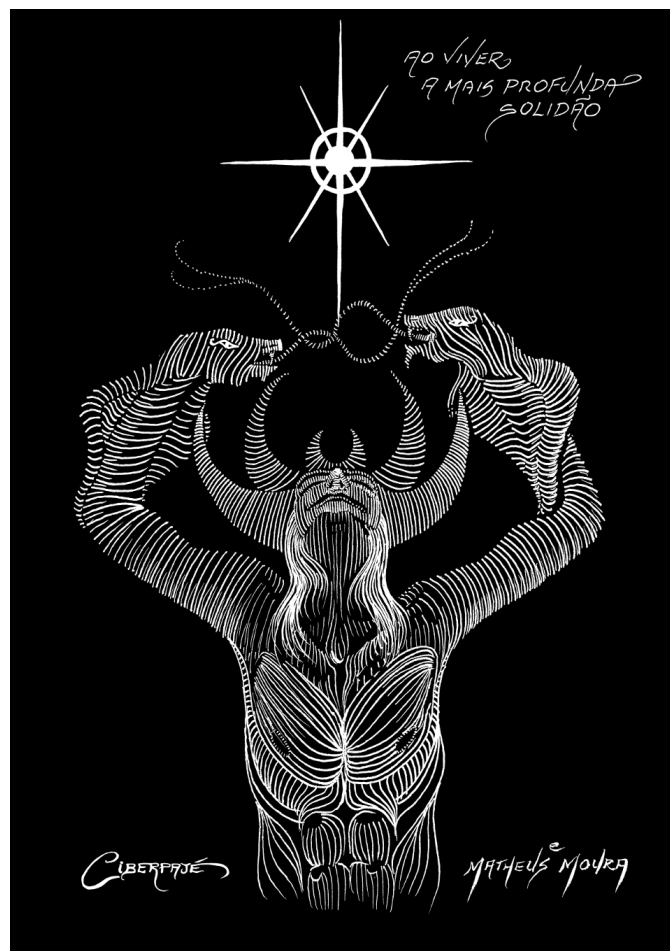


Figura 4: Página final de Holocura. Fonte: Cartografias do Inconsciente, 2018.

Compreendo a perspectiva de “morte do ego”, dada por Grof, como um estado catártico. Um estado de dissolução total da consciência. Franco, no relato abaixo, descreve justamente o que identifico como este estado catártico durante a transição da MPB III para a MPB IV, como exposto por Grof. Aparentemente, o artista, no caso, deixou a experiência transcorrer normalmente, sem nenhum tipo de resistência. O que acabou por direcioná-lo ao que Grof (1997) chamou de “extraordinária libertação”.

De repente a minha atenção que estava focada na sensação extrema de peso no meu peito desviou-se para meus braços e mãos, sentia que eles estavam pulsando forte. Levantei a cabeça e foquei na direção deles - lembre-se que sempre estive com a venda, ou seja, continuava de olhos fechados, mas realmente movia a cabeça e o corpo como tenho relatado - tomei um susto, pois no lugar de braços eu tinha duas serpentes. As mãos eram as suas cabeças. As duas se entreolhavam e colocavam para fora suas línguas bipartidas. Senti um pouco de medo quando se viraram e me olharam profundamente nos olhos. Eram grandes, enormes sucuris, e faziam parte de mim. Tentei controlar meus braços e senti que não tinha domínio sobre eles. E de repente as duas começaram a se estranhar. A da direita, em um aparente golpe de sorte, consegui morder e colocar parte da cabeça da cobra da esquerda em sua boca e aí foi uma das sensações mais estranhas que já tive na minha vida, pois ela começou literalmente a comer a da esquerda engolindo-a, só que a extensão dela era o meu corpo, e a cobra engolidora também era parte do meu corpo. É impossível descrever a estranha sensação de ser completamente devorado por mim mesmo. E no fim já não restava mais absolutamente nada, eu fui sumindo por completo, eis que depois disso, eu senti uma das sensações mais sublimes que já vivi em uma experiência transcendente. Eu simplesmente provei do nada, da completa inexistência. E não existir era algo absolutamente pleno, de uma beleza impossível de ser retratada com qualquer forma de linguagem. Estava em completo êxtase por não existir! É um completo paradoxo essa frase, como algo que não existe pode sentir? Mas não tenho outra maneira de explicar com palavras. Foi algo de uma dimensão muito profunda, provei a tessitura do nada, do magnífico e sereno nada (FRANCO, 2016)

Em *Holocura*, a MPB IV está representada na última página (Figura 4). Franco desenhou um ser demoníaco, com rosto sereno, tendo nos braços duas cobras a se encararem. Centralizado na parte superior da página há uma estrela. No texto está a parte final da frase escrita por mim: “ao viver a mais profunda solidão”. A solidão no caso, faz eco com o nada absoluto sentido pelo artista.

Considerações

Enquanto processo criativo impulsionados por ENOC, observo que (diferente do

senso comum) não houve uma melhora na criatividade em si – como já descrito por outros pesquisadores (KRIPPNER, 1985; BAGGOTT, 2015). Ao menos eu, e observando as obras de Franco, não percebi nenhum acréscimo criativo nos trabalhos. O que mudou foram as temáticas. Os conteúdos expressos nas HQs dialogam com o macro universo a qual estão relacionadas às técnicas de ENOC.

Paradoxalmente, mesmo o âmago dos trabalhos dizerem mais do inconsciente de quem vivenciou as experiências de ENOC, também trata de maneira universal a psiquê humana. O transpessoal, como aponta Grof (1997), é a interpretação do mundo em sua totalidade, como sendo parte integral dele e do universo de modo indissociável além do tempo e espaço. É uma nova maneira de se colocar e compreender o mundo. Geralmente proporcionada pelos Estados Não Ordinários de Consciência. No texto criado por mim, e constante em *Holocura*, procuro sintetizar esta mesma sensação descrita por Grof. Na verdade, busco sintetizar minhas sensações e percepções tidas durante a própria experiência, uma vez que acabara de sair de uma sessão.

O arcabouço imagético conceitual inerente ao âmbito transpessoal assemelha-se ao que se entende por inconsciente coletivo, tendo como principal avanço teórico a inclusão de percepções além da compreensão da matéria. Algo similar está presente em escritos místicos e espiritualistas de tradições orientais ao abordarem a mente e a consciência. De acordo com Grof (1997), a perspectiva transpessoal abre, pela primeira vez, a interseção entre conhecimento antigo e ciência moderna no que diz respeito ao entendimento da consciência.

Notas

¹ PHD, psiquiatra tcheco, nascido em 1931, é professor do California Institute of Integral Studies em São Francisco e fundador da Internacional Transpersonal Association. Um dos fundadores da psicologia transpessoal, Stanislav possui mais de 40 anos de experiência em pesquisa e terapia com estados incomuns de consciência e é autor e organizador de diversos livros, como *Psicologia do Futuro: lições das pesquisas modernas da consciência*; *Jogo Cósmico: exploração das fronteiras da consciência humana*; e *Mente holotrópica*. (GROF, 2010)

² PHD, é cocriadora da *Respiração Holotrópica*, fundadora da Rede de Emergência Espiritual (SEN – Spiritual Emergency Network), e autora de diversos livros, como *Emergência Espiritual*; *Sede de plenitude: apego, vício e o caminho espiritual*; e *A tempestuosa busca do ser*. (GROF, 2010)

³ Estados Não Ordinários de Consciência, termo usando em contraposição ao estado mental comum do dia a dia.

⁴ Termo derivado do grego significando “navegador da mente”.

Referências

ALJARDIM. *Respiração Holotrópica*. Goiânia: Al Jardim, s/d. Disponível em:

- http://www.aljardim.com.br/respiracao_holotropica.php. Acesso em: 12 Jan. 2016.
- BAGGOT, M. J. *Psychedelics and creativity: a review of the quantitative literature*. PeerJ PrePrints 3:e1202. V1, 2015.
- CARTOGRAFIAS DO INCONSCIENTE. Uberlândia: Reverso, 2018
- ECHENHOFER, Frank. *The Creative Cycle Processes Model of Spontaneous Imagery Narratives Applied to the Ayahuasca Shamanic Journey*. *Anthropology of Consciousness*, Vol. 23, Issue 1, pp. 60–86, 2012.
- FRANCO, Edgar. *[Demônio & Ouroboros] Respiração Holotrópica, estados ampliados de consciência e processos criativos: II Experiência*. Entrevista ao _____. Goiânia, A arte do _____, 14 de junho, 2016. Entrevistado por Danielle Barros.
- GROF, Stanislav; GROF, Christina. *Respiração Holotrópica: Uma nova abordagem da autoexploração e terapia*. Rio de Janeiro: Capivara, 2010.
- GROF, Stanislav. *LSD doorway to the numinous: the groundbreaking psychedelic research into realms of the human unconscious*. Vermont: Park Street Press, 2009.
- _____. *A aventura da autodescoberta*. São Paulo: Summus, 1997.
- KRIPPNER, Stanley. *Psychedelic drugs and creativity*. *Journal of Psychoactive Drugs*. Journal of Psychoactive Drugs, UK, v. 17, n. 4, 1985.
- LEARY, Timothy; METZNER, Ralph; ALPERT, Richard. *The Psychedelic Experience*. New York: Kensington Pub Corp, 1995.
- LEWIS-WILLIAMS, J. D. *La mente en la caverna: la consciencia e las orígenes del arte*. Madrid: Akal Editor, 2005.
- SHANON, Benny. *The epistemics of ayahuasca visions*. *Phenom Cogn Sci*, 9, 263–280, 2010.

Matheus M. Silva

Doutor e mestre em Arte e Cultura Visual (PPGACV-FAV/UFG), pesquisa processos criativos, histórias em quadrinhos e Estados Não Ordinários de Consciência - ENOC.

Edgar Franco

Ciberpajé, artista transmídia, pós-doutor em arte e tecnociência pela UnB, doutor em artes pela USP, mestre em multimeios pela Unicamp, e professor permanente do Programa de Pós-graduação – mestrado e doutorado – em Arte e Cultura Visual da Universidade Federal de Goiás (UFG).