

GNOSE
ALEM DA
RAZÃO
O FENÔMENO DA SUGESTÃO

JEAN LERÈDE
LIVROS QUE
CONSTROFM

Sumário

Introdução 13

Capítulo I. Etimologia e História da palavra "sugestão" . 15

Capítulo II. Definições 20

1. Enciclopédias e dicionários modernos... 20

2. Os autores 27

3. O senso comum 31

Capítulo III. A medicina sugestiva: Mesmer, pioneiro da
sugestão moderna 33

Capítulo IV. O marquês magnetizador 46

Capítulo V. O grande desvio da hipnose: do braidismo à
escola de La Salpêtrière 56

1. Hipnose, sono magnético e sugestão 56

2. Charcot: sugestão e histeria 61

Capítulo VI. A escola de Nancy: a sugestão médica em
estado de vigília 67

Capítulo VII. O método Coué e a auto-sugestão consciente 75

Capítulo VHI. A primeira teoria de conjunto do fenômeno sugestivo: Charles Baudouin	84
1. A sugestão reduzida à auto-sugestão	84
2. A auto-sugestão levada à auto-hipnose...	89
Capítulo IX. Sugestão e Psicanálise: contradições freudianas	98
Capítulo X. Os caminhos da liberdade: Jung ou o suggestionador contra vontade	110
Capítulo XI. Do bom e do mau uso da sugestão nos meios de comunicação contemporâneos	124
1. A sugestão coletiva	124
2. Perversões modernas da sugestão: do condicionamento publicitário e político pelos meios de comunicação à publicidade subliminar e à lavagem cerebral	127
Capítulo XII. Psicologia soviética e sugestão	134
1. A explicação pavloviana da hipnose e da sugestão pelo reflexo condicionado	137
1. O degelo dos anos 60	144
3. Os trabalhos de Vassiliev sobre a telepatia e a sugestão à distância	146
Capítulo XIII. A sugestologia de Lozanov e a sugestão no ensino	150
1. O psiquiatra professor: nascimento da sugestopedia	150
2. Teoria e prática da sugestologia hzanoviana	155
Conclusão	171
Sobre o autor	173

Introdução

O que é sugestologia? Uma palavra que surgiu muito recentemente no vocabulário científico e que o grande público em geral ainda desconhece. Último rebento das ciências humanas, a sugestologia é a ciência da sugestão.

Para a maioria de nós, a sugestão continua sendo um termo vago, ambíguo, de contornos indefinidos. Sabe-se mais ou menos que ela existe no comércio, na publicidade, na medicina ou na psicologia. Alguns suspeitam da sua existência em outros domínios, como política, religião ou arte¹. Mas é admissível que uma

1. A sugestão na arte foi propositalmente omitida neste livro. De grande interesse, esta questão, apenas afluída por R. Huyghe, que aliás percebeu toda sua importância, ainda não foi objeto de pesquisa e é muito vasta para ser aqui abordada. Consagramos a ela um estudo especial, *Art et suggestion*, ainda não publicado.

ciência, uma verdadeira ciência, possa nascer de uma noção ainda tão pouco elucidada e que abarca domínios tão diferentes?

Entretanto, nos países comunistas, a sugestão é objeto, há uns quinze anos, de uma ciência autônoma denominada sugestologia. E mais: aplicada ao ensino, ela se transforma em sugestopedia, e esta nova pedagogia preside hoje aos estudos de milhares de alunos de curso primário, secundário e superior, na Bulgária, sob a direção do professor Lozanov, de Sofia, e em outros países do Leste. A sugestopedia é igualmente objeto de experiência, há muitos anos, no Canadá e nos Estados Unidos. Mais recentemente chegou à Europa Ocidental e em particular à França.

A sugestologia ainda é uma ciência muito nova mas, paradoxalmente, tem atrás de si um longo passado. De fato, a sugestão nasceu com a própria raça humana. Desde que um ser humano entrou em comunicação com outros seres humanos, num meio ambiente qualquer e — mais intimamente — consigo mesmo (na auto-sugestão), surgiu o fenômeno sugestivo.

Historicamente, entretanto, a sugestão é uma realidade psicológica da qual se começou a tomar conhecimento só a partir do fim do século XVIII. Mas se a tomada de consciência do fenômeno sugestivo e as tentativas de compreensão científica de seus mecanismos progrediram muito lentamente no decurso dos últimos duzentos anos, em compensação o uso empírico e cada vez mais sistemático da sugestão não deixou de ganhar terreno, e bem depressa, a partir do começo deste século, nos mais diferentes domínios da atividade humana.

Este livro será consagrado essencialmente ao estudo histórico da tomada de consciência do fenômeno sugestivo e da amplitude

de suas aplicações modernas².

2. O enfoque histórico adotado neste livro levou-nos a deixar de lado, deliberadamente (salvo algumas breves alusões), certos aspectos do fenômeno

sugestivo que, embora muito importantes em nossa opinião, ainda não foram objeto de estudos exatos e, na maioria dos casos, nem de uma efetiva tomada de consciência. À arte, já citada, deve-se acrescentar a religião,

o ambiente tanto material quanto sócio-cultural, e, no plano individual, tudo o que diz respeito às relações interpessoais.

CAPITULO I

Etimologia e história da palavra

"sugestão"

Definir a sugestão não é fácil. Tanto quanto sabemos, sugestão, sugerir, até hoje não foram objeto de pesquisas etimológicas bem aprofundadas.

Os dicionários etimológicos mais prolixos contentam-se em nos informar que "sugestão" vem do latim *suggestio*, palavra formada da preposição *sub* que significa "sob" e do substantivo *gestio*, derivado do verbo *gerere* que quer dizer "levar". Etimologicamente, portanto, "sugestão, sugerir" querem dizer "ação de levar sob, de onde: procurar, inspirar, sugerir" afirmam sem outros esclarecimentos Bloch e Wartburg (*Dictionnaire etymologique de la langue française*) que, entretanto, acrescentam que a palavra latina *suggestio* "só no baixo latim adquiriu seu sentido atual de "sugerir" (os autores não se deram ao trabalho de nos explicar qual é exatamente este "sentido atual"). Segundo os mesmos autores, o substantivo *suggestion* teria surgido na língua francesa em 1174 e o verbo *suggérer* em 1380 (em 1495 apenas, segundo Dauzat, *Nouveau dictionnaire etymologique et historique*).

A etimologia que chamaremos de simbólica parece-nos poder ir mais longe.

Uma primeira interpretação (que pode muito bem coexistir com a que se lhe seguirá) seria a seguinte: a palavra latina *suggestio* vem — o que é certo — de *sub*, que evoca, em composição, a ação de "tirar de baixo para cima, desde as profundezas", e viria também, possivelmente, do verbo *stare* que tem, entre outros, o sentido de "fazer emergir", e, por extensão, "fazer ficar em pé". "Sugerir", "sugestão" evocariam a idéia de "tirar das profundezas, conduzir à luz, fazer levantar, fazer surgir, despertar".

Em lugar de procurar, segundo a interpretação tradicional, a origem e a explicação da palavra latina *suggestio* só no verbo *staggerere*, ou em lugar de procurá-la, como fizemos, no verbo *stare*, por que não pensar também em outro verbo da mesma família, *suggestare*, etimologicamente mais próximo de *suggestio*? O verbo *gestare* significa "trazer uma criança, estar grávida" e, por extensão, "chegar a, atingir um processo de maturação".

Segundo esta etimologia, a sugestão seria um processo psicológico que de alguma forma atingiria a maturidade ao fim de um estágio ou, pelo menos, de uma passagem pelo inconsciente, análoga à da gestação. O prefixo *sub* (*sob*)_ ainda reforçaria esta última significação.

Dois outros fatos parecem dar consistência a esta hipótese

pessoal.

Os dois termos indo-europeus *se e ub* significam respectivamente "parir" e "fora de" com a idéia de "tirar de baixo para cima, sair de". *Ges e te*, também em indo-europeu, significam "gestação" e "trevas". O que daria, em definitivo, mais ou menos isto: "parir, tirando fora de uma gestação realizada nas trevas". Simplificando: sugerir significaria "tirar fora de", "fazer surgir de", "despertar", no outro, alguma coisa que lá já estivesse, pelo menos em estado virtual.

Além da etimologia, também a história da palavra apresenta muito interesse. Os seguintes e rápidos dados históricos ajudarão a compreensão posterior de certos aspectos do fenômeno sugestivo. Na Idade Média, tudo que dissesse respeito à sugestão tinha um sentido maléfico. "Sugestão", "sugerir", "sugestionador", "sugestionado", todas essas palavras cheiravam a enxofre. O texto literário do século XII (em francês) em que a palavra sugestão aparece pela primeira vez é um "combate entre as virtudes e os vícios" durante o qual a alma, atacada pelo Maligno, trata de evitar "a sugestão do pecado". Ligada às potências das trevas, a sugestão nessa época evocava bruxaria, feitiçaria e possessão do espírito. A regra beneditina de 1486 atribui à sugestão o epíteto de "diabólica". Muitos escritos do fim do século XV e da época da Reforma falam das "sugestões do Inimigo".

Sugerir também era, numa linguagem mais "leiga" e desde essa época, não dizer as coisas aberta ou honestamente, mas tentar insidiosamente captar a vontade de alguém, com intenções más ou fraudulentas. Era tentar manipular aquele que era objeto da sugestão. De fato, foi em matéria jurídica que, na Idade Média, o termo "sugestão" conheceu seu uso mais freqüente, com o sentido de "captação". Os dois termos eram sinônimos. Falava-se em "sugerir uma doação ou testamento", o que queria dizer efetuar manobras insidiosas e dissimuladas para incitar o autor de um legado, contra sua vontade ou contra as intenções que normalmente se lhe poderiam atribuir, a consentir numa doação ou a redigir um testamento em benefício daquele que tivesse feito a sugestão ou de acordo com o ponto de vista dele. A "sugestão", ou "captação", remontava às grandes codificações e à jurisprudência do fim do Império Romano. Retomada dos Códigos de Teodósio e de Justiniano, a sugestão foi utilizada neste sentido durante toda a Idade Média. Ela alimentou as glosas dos juristas franceses a partir do Renascimento e durante os séculos clássicos. Discutiam-se as condições de nulidade de um testamento

"por causa da sugestão". O grande jurisconsulto Domat, contemporâneo e amigo de Pascal, procurava determinar se "simples pedidos, serviços, carícias, presentes, bajulações" poderiam configurar a sugestão e provocar a nulidade do ato de testar. Certos costumes da antiga França exigiam, para a validade de um testamento, que houvesse menção de que o testador agira "sem sugestão" de ninguém. Um decreto real de 1735 dispunha que "a simples sugestão" seria posteriormente causa de nulidade testamentária, o que se transformou em fonte de inumeráveis processos. A Encyclopédie de Diderot, em 1765, dava à palavra sugestão apenas seu sentido jurídico. Durante todo o século XIX e até nossos dias, os casos de anulação de liberalidades motivadas por "sugestão" não cessaram de fornecer matéria para inúmeras decisões judiciais, todas caracterizadas pela preocupação de garantir contra a "sugestão" a vontade livre e refletida do autor da doação ou do testador.

Entretanto, nos séculos clássicos, a palavra sugestão, às vezes, era empregada num sentido nem maléfico nem constrangedor. Em matéria jurídica, às vezes o termo era aplicado no sentido de súplica. Sugestão: pedido apresentado ao príncipe. Ou então, num sentido todo especial e próprio da Cúria romana, usava-se a palavra sugestão para designar um relatório enviado ao Papa, por um legado, para informá-lo sobre a execução das ordens recebidas ou dos resultados de uma missão. O neolatinismo de certos retóricos do fim do século XV e do começo do XVI, e depois deles o dos escritores da Pléiade, por outro lado, exumou um dos sentidos da palavra sugestão longinquamente derivado da antigüidade latina: o de "aviso", "conselho". E no século seguinte ocorre encontrarmos a palavra sugestão ou o verbo sugerir empregados neste sentido por certos autores, como por exemplo Racine, em *Athalie*: "Que tímidos conselhos vós ousais me sugerir?" (ato III, cena VI). Mas, para um exemplo como este poderíamos citar uma centena de outros em que o termo conservava seu sentido mais tradicional, por exemplo: "as sugestões do demônio", contra as quais tonitruava Bossuet (*Méditations sur l'Évangile — La dernière semaine du Sauveur*).

Um sentido pejorativo tão solidamente estabelecido, e há tanto tempo, não poderia deixar de refletir nas definições da palavra sugestão dadas tanto nos dicionários dos séculos clássicos como nos da primeira metade do século passado. Praticamente, não há um sequer, do *Dictionnaire Universel de Furetière* (1690) ou do *Dictionnaire de l'Académie Française* (primeira edição, 1694) ao *Dictionnaire de Trévoux* (segunda edição 1771) ou ao *Dictionnaire*

National de Bescherelle (1845-1846) que não deixe de mencionar: "Sugestão: só se usa em mau sentido". Em seu Dictionnaire Français (1679), Richelet assim definia a sugestão: "A palavra sugestão significa tentação, falando-se do diabo". Em seu Dictionnaire critique de la langue française (1787), o padre Féraud, citando o padre Girard, dá o tom que continuaria sendo o dos dicionários do fim do século XVIII, ao definir assim o verbo "sugerir": "Implica em alguma coisa de fraudulento. Persuade-se fortemente e com eloquência; sugere-se por influência e com artifício." A menção fatídica: "Só se diz em mau sentido" figurará ainda em 1878 na sétima edição do Dictionnaire de l'Académie Française que até a sua sexta edição (1835) fez seguir a palavra sugestão dos adjetivos "perniciosa, perigosa". Foi só em meados do século passado que as coisas começaram a mudar um pouco quando, pela primeira vez, um dicionário, o de Poitevin, o Nouveau Dictionnaire Universel de la Langue Française (1856-1860), esclarece que a palavra sugestão pode ser utilizada sem ser em mau sentido.

Por que esta mudança? Porque é o momento em que, embora ainda bem timidamente, certos meios científicos começaram a se interessar pelo magnetismo e pela hipnose e porque nessa época, como veremos pormenorizadamente mais adiante, a sugestão era considerada estreitamente ligada a esses dois fenômenos.

Mas aqui já se trata de um novo período da história da sugestão, quando ela sai do inferno ou pelo menos de um longo purgatório no qual fora mantida, até então, para tornar-se objeto de estudos científicos. Este novo período é também o das enciclopédias e dicionários modernos, que passaremos a interrogar sobre as diversas acepções possíveis do termo "sugestão".

CAPITULO II

Definições

1. ENCICLOPÉDIAS E DICIONÁRIOS MODERNOS

a. Obras gerais

Entre as obras em língua francesa, muitas delas pura e simplesmente ignoram os termos sugestão e sugerir. Entre as que lhes consagram rubricas mais extensas, citaremos particularmente quatro. Elas indicam uma evolução.

O Dictionnaire de la langue française, de Littré, (1863-1872) ainda reflete o tom geral dos dicionários da primeira metade e de meados do século passado e se contenta com uma definição (se se pode chamar assim) extremamente sumária: "Sugestão: 19) Insinuação má. 29) Às vezes usado em bom sentido: as sugestões da consciência — Sugestão, instigação: as duas palavras têm em comum atribuírem um mau sentido ao impulso que se comunica a outrem. Mas sugestão exprime alguma coisa que se insinua; e instigação algo que aguilha". Para Littré está entendido: a sugestão ainda é o inferno, ou quase. E isso, no espírito do autor, parece exonerá-lo de todo esforço sério para defini-la e para esclarecer a distinção que, entretanto, esboçou entre as duas acepções da palavra (a primeira e comum, "má", a segunda, às vezes "boa").

Mais prudente, a Grande Encyclopédie Larousse, de 31 volumes (1855-1892), dirigida por Marcelin Berthelot, distingue nitidamente "duas espécies de sugestão: a sugestão comum, que se produz em estado de vigília e à qual normalmente a pessoa pode resistir... e a sugestão hipnótica, que se produz durante a hipnose ou durante um estado de vigília mais ou menos parecido com a hipnose e à qual a pessoa não pode resistir, mesmo que o desejasse. O que há de notável no fenômeno é a impossibilidade em que a pessoa se encontra de não fazer ou de não acreditar naquilo que se lhe diz. Daí o nome de sujeito que lhe é dado, o mais das vezes para assinalar o estado de sujeição na qual ela de fato se encontra em relação àquele que lhe fez a sugestão, e o nome de hipotaxia (literalmente: subordinação, submissão) dado por Durand (de Gros) ao estado do sistema nervoso que torna possível esta obediência forçada daquele que está sujeito à sugestão...

Na acepção comum da palavra, há sugestão cada vez que uma pessoa evoca, mais freqüentemente através da palavra, no espírito de outra pessoa, uma idéia à qual esta não teria sido conduzida pelo curso natural do seu pensamento, idéia suscetível de exercer alguma influência sobre os seus sentimentos ou sobre sua conduta".

O autor do artigo, Boirac, prossegue: "Entre estes dois sentidos,

a passagem pode ocorrer insensivelmente, e a grande dificuldade é saber em que medida convém distingui-los e opor um ao outro... O grande problema levantado pela sugestão é o da liberdade e da responsabilidade dos sujeitos". Apesar de não propor uma definição mais completa e exata, o redator teve pelo menos um primeiro mérito: o de confessar sua perplexidade; e um segundo: o de ter visto que o problema da liberdade está no próprio coração do fenômeno sugestivo.

Em nossos dias, o Dictionnaire alphabétique et analogique de In langue française de Robert (1960-1964) infelizmente comprova o pouco progresso realizado em três quartos de século no que diz respeito à compreensão do fenômeno sugestivo. Se, como a maioria dos outros dicionários contemporâneos, o Robert define corretamente, ao nível da língua, os dois sentidos da palavra sugestão: "ação de sugerir" e "aquilo que é sugerido", e se define (fetit Robert, 1967) de forma já um pouco mais restritiva e mais exata o verbo "sugerir" como significando: "fazer conceber, pensar (alguma coisa) sem exprimir nem formular", ou ainda "apresentar (uma idéia, um sentimento) no espírito...; evocar" — ao nível da psicologia, em compensação, o Robert ilustra bem a obscuridade e a confusão que parecem mais ou menos gerais hoje em dia quando se trata de definir a sugestão. Esta consistiria, segundo o Robert, no "fato de aceitar uma crença, de sentir uma tendência ou de ter uma idéia, quando a crença, a tendência ou a idéia tiverem origem em outra consciência e a pessoa não reconhece a influência que sofre."

Para avaliar o quanto, atualmente, falta um consenso mínimo quando se trata de definir a sugestão, basta comparar a definição precedente com a proposta, também ao nível da psicologia, pelo Grana Larousse encyclopédique, de 10 volumes (1960): "Sugestão: realização, por meio de um processo subconsciente, de uma idéia relativa ao domínio psíquico ou fisiológico próprio do sujeito".

Se passarmos agora às enciclopédias ou dicionários não franceses, verificaremos que também algumas dessas obras mantêm silêncio sobre a sugestão, como a Encyclopaedia Britannica de 30 volumes (1943-1973) ou a Chamber's Encyclopaedia de 15 volumes (inglesa, 1961-1966) ou ainda a Collier's Encyclopaedia de 24 volumes (americana, 1952-1964).

Outras enciclopédias e dicionários dedicam à sugestão apenas algumas poucas Unhas, como a New Encyclopaedia Britannica, de 12 volumes (1975) que se contenta com uma definição sumária: "Sugestão: processo que leva uma pessoa a crer ou a agir

sem a intervenção do seu senso crítico." A Encyclopaedia Americana, de 30 volumes (1969), também sucinta e não mais explícita, igualmente vê o caráter essencial da sugestão "na aceitação sem espírito crítico de uma idéia ou de uma ordem de outrem". Mais avisado, o Webster New World Dictionary (americano, 1970) acrescenta, ao sentido precedente, o de "propor como possibilidade". Mas, mais detalhado e um pouco anterior, o Webster New International Dictionary (1960) define na rubrica "Psicologia" a palavra "sugestão" da seguinte maneira: "Aceitação sem discernimento, por uma pessoa dócil e submissa, de uma opinião, idéia ou proposição".

O dicionário alemão Der Grasse Brockhaus, de 15 volumes (1954-1964), consagra uma curta rubrica à sugestão, que define como "a influência psíquica exercida por uma pessoa sobre outra, privada momentaneamente de senso crítico".

Para a Enciclopédia Italiana, de 41 volumes (1950), a "sugestão é um ato pelo qual uma tendência evocada por uma pessoa é ativada automaticamente em outra, sem que nessa ativação intervenha o controle dos centros psíquicos superiores".

A Grande Enciclopédia Soviética (3ª ed., 1970) vê na sugestão "um processo essencialmente inconsciente que se desenrola sem a participação nem da razão nem da vontade."

A Enciclopédia Universal Europeo-Americana, de 83 volumes, editada em Madri (1927-1958), consagra longas considerações à sugestão. Ela aí vê, a justo título, uma das noções mais complexas, mais desconcertantes e mais difíceis de definir da psicologia moderna. "A sugestão é um processo psíquico que comporta, ao mesmo tempo, uma parte de automatismo à base de associações nas zonas inferiores do psiquismo e uma parte de inconsciência nas zonas superiores, isto é, a razão e o livre arbítrio... E esses dois elementos não podem ser separados um do outro. Estão intimamente ligados. Se faltar um deles, não há mais sugestão."

b. Dicionários especializados de psicologia

O Vocabulaire de la Psychanalyse de Laplanche e Pontalis (1971) não diz uma palavra sobre a sugestão. E é de admirar, se pensamos na importância que Freud reconheceu na sugestão, se não no começo de sua obra escrita, ao menos a partir de 1912, como veremos adiante.

O Vocabulaire de la Psychologie de Piéron (8ª edição, 1968) quase não se estende sobre a sugestão e trai certo embaraço: "Sugestão: palavra do linguajar comum, de significações variadas e imprecisas. De maneira geral, em psicologia, diz-se que um indivíduo sofreu uma sugestão quando teve uma idéia, adotou uma

crença, sentiu uma tendência, sem perceber que idéia, crença ou tendência tiveram, na realidade, origem numa ação exterior direta ou numa vontade estranha".

O menos que se pode dizer do *Petit Dictionnaire de la Psychologie* de Sillamy (1973) é que só quer encarar um aspecto da sugestão: "O sujeito sofre passivamente a influência de uma vontade estranha, aceita sem controle, como se momentaneamente sua personalidade desaparecesse perante a personalidade de outrem... A imaturidade afetiva, a emotividade e a deficiência intelectual favorecem a sugestionabilidade". Aqui as coisas são claras: a sugestão é do domínio da patologia.

O *Vocabulaire Technique et Critique de la Philosophie* de Lalande (10ª edição, 1968) consagra à definição de sugestão um estudo bem mais aprofundado. Ele distingue três sentidos da palavra: dois sentidos "usuais" e um "técnico". No primeiro dos dois sentidos ditos "usuais", a sugestão é "uma idéia ou projeto de ação que não nasce espontaneamente do espírito, mas que se propõe a ele de fora, como uma percepção, um exemplo, um conselho". No segundo sentido "usual", a sugestão é "uma ação pela qual uma idéia "sugere", (isto é, chama, faz nascer) uma outra". Trata-se, no caso, de uma evocação por associação de idéias. Finalmente, no sentido dito "técnico" (entender aqui: psicológico), "há sugestão quando um ato é praticado ou uma crença é aceita sob a influência de uma idéia, sem que o sujeito tenha consciência dessa influência". Que esta última definição seja insuficiente, entre outras razões porque é muito restritiva, Lalande, o autor do artigo, o reconhece muito francamente quando acrescenta: "Não encontrei definição que me parecesse satisfatória e que fosse comumente admitida". Lalande, aliás, mostrou-se finalmente tão pouco satisfeito com a sua definição que a relegou a um pé de página, apresentando somente a seguinte menção a respeito de sugestão, no sentido psicológico: "Não foi possível fazer aceitar uma definição geral a este respeito" (alusão a uma sessão do comitê de redação do *Vocabulaire* dedicada, sem resultado, à definição de sugestão).

De tudo isso, na verdade não se é tentado a concluir por uma dificuldade quase insuperável para definir sugestão?

Citemos ainda brevemente, para terminar, alguns dicionários de psicologia anglo-saxões, que acabarão por nos convencer da extrema dificuldade que os próprios psicólogos parecem sentir para essa definição.

Para o *Dictionary of Psychology* de Drever (Edimburgo, 1962), "sugestão é um processo que consiste em aceitar sem discernimento e a colocar em

prática efetivamente idéias emanadas de outrem ou, em certas ocasiões, de si mesmo".

O Comprehensive Dictionary of Psychological and Psychoanalytical Terms de English and English (Nova York, 1964) vê na sugestão "um processo pelo qual, sem usar argumentos lógicos, nem ordens, nem coerção, um indivíduo leva outro a agir de uma certa maneira ou a aceitar uma crença, uma opinião ou um plano de ação. A sugestão, muitas vezes, tem um caráter insidioso e se empenha em anular o senso crítico daquele sobre o qual ela é exercida".

"A sugestão, diz Eidelberg, na Encyclopaedia of Psychoanalysis (Nova York, 1968), denota a capacidade de certos indivíduos de levarem outros a renunciar a suas percepções e convicções pessoais para aceitar sem nenhum exame crítico aquelas que lhes são propostas".

Definição imprecisa e um tanto ambígua do Dictionary of Psychology, de Chaplin (Nova York, 1968): "A sugestão é um processo pelo qual um indivíduo incita outro a agir como ele pretende ou a adotar os seus próprios pontos de vista, obtendo resultado sem fazer apelo à força nem a nenhuma forma de coerção". Está certo, mas, como é obtido esse resultado? O autor da definição esquece de esclarecer.

Na Encyclopaedia of Psychology, de Herder (Nova York, 1972), "a sugestão é um processo pelo qual uma ou várias pessoas levam outras a modificarem, sem exame crítico, seus julgamentos, opiniões, atitudes e comportamentos."

Enfim, na grande International Encyclopaedia of the Social Sciences, de 17 volumes (Nova York, 1968), o psicólogo sueco Stukát parece renunciar a definir a sugestão. Inspirando-se na teoria da informação, ele se interessa antes pelas "expectações" e pelas motivações que permitem a um indivíduo selecionar, organizar e transformar os estímulos informativos que lhe chegam do meio ambiente.

O que resulta, enfim, desse desfile de definições da sugestão e palavras da mesma família, em enciclopédias e dicionários franceses e estrangeiros, especializados ou não?

Em primeiro lugar, verifica-se que, pela sobrevivência de suas origens medievais, a sugestão e seus derivados conservaram em muitos dicionários modernos uma significação se não maléfica, ao menos pejorativa, ligada à idéia de manipulação insidiosa exercida sobre outrem à sua revelia.

Em segundo lugar, verifica-se que, com poucas exceções, as obras especializadas de psicologia dedicam pouco espaço à sugestão, quando não a ignoram pura e simplesmente. De forma mais nítida, evidencia-se que a sugestão conheceu, em fins do século passado, uma certa voga sucedida pelo desinteresse expresso, durante mais de meio século, no quase silêncio dos dicionários; esse quase silêncio é substituído pela retomada do interesse bastante evidente, de uns quinze anos para cá.

Nota-se, enfim, que alguns dicionários e enciclopédias, sem aliás em geral empregarem termos tão claros, fazem uma certa diferença entre sugestão imposta e sugestão livre. Esta diferença não é de hoje, pois já figurava em certos dicionários do fim do século passado. Mais ou menos negligenciada durante mais de meio século, a distinção tende a reaparecer hoje no quadro da renovação bem recente do interesse pela sugestão, como o testemunham certos dicionários e enciclopédias atuais. Mas a diferenciação entre sugestão livre e a sugestão imposta permanece ambígua e confusa e não repousa sobre qualquer análise correta do fenômeno sugestivo.

Na realidade, as definições de sugestão nos dicionários, mesmo especializados, denunciam um embaraço, uma imprecisão ou uma confusão bastante evidentes no pensamento de seus autores. Globalmente, essas definições dão a impressão de que, com a sugestão, encontramos na presença de um fenômeno extremamente complexo, a respeito do qual não resulta nenhum consenso na diversidade muitas vezes contraditória dessas opiniões, a não ser, em muitas dessas definições, a ênfase na ausência do espírito crítico do sugestionado.

2. OS AUTORES

As definições da sugestão que seguem são dadas, intencionalmente, sem comentários críticos. Seu propósito é simplesmente o de oferecer uma primeira visão sobre a diversidade de opiniões emitidas por autores que, ao contrário de muitos redatores de verbetes de dicionários e enciclopédias, são, a princípio, embora em graus diferentes, especialistas em problemas psicológicos relativos à sugestão ou que lhe tocam de perto.

Notar-se-á que entre essas definições não figura nenhuma citação de Lozanov, e que quase todas são anteriores a 1960-1965, data em que foram publicados os primeiros escritos importantes do pesquisador búlgaro sobre a sugestologia. O ponto de vista evolutivo e histórico adotado neste trabalho nos fez colocar de propósito as definições de Lozanov no último capítulo deste estudo, no lugar que lhes atribuem normalmente a cronologia e a orientação dialética desta exposição.

De maneira geral, pode-se classificar em duas categorias os autores acima mencionados: os que vêem na sugestão um fenômeno essencialmente compulsório, e os outros¹.

Entre os primeiros, o médico francês Lafaye, em meados do século passado, definia a sugestão como "agindo por baixo, em segredo, de maneira subterrânea e conseqüentemente odiosa" (1865).

1. Serão encontradas, no tempo e lugar certos, as referências exatas das citações extraídas destes autores, às quais serão consagrados importantes comentários no curso do presente trabalho. A maioria das outras citações deste capítulo foi tirada de H. Durville Cours á'Uypnotisme et de Suggestion, pp. 7 e segs. e pp. 107 e segs. (traduzido do alemão), Payot, Paris,

1956, e de A. Weitzenhoffer, *Hypnose et Suggestion*, pp. 31 e segs. e pp. 260 e segs. (traduzido do americano), Payot, Paris, 1967.

Janet, nos anos 1880-1890, pensava que "a sugestão é a influência de um homem sobre outro, que se exerce sem a intermediação do consentimento voluntário... A sugestão é um fato muito real e muito importante, que só se produz claramente em estados doentes. É uma perpétua distração sem motivo, sem escusa, e justamente por causa disso ela é patológica" (1889).

O americano Sidis assim definia a sugestão: "Por sugestão deve--se entender a irrupção, no espírito, de uma idéia qualquer, acolhida com uma resistência maior ou menor pela personalidade e que termina por ser aceita sem crítica e executada sem exame, quase automaticamente" (1898).

Mais ou menos na mesma época, a sugestão, para o médico e psicólogo francês Binet, era "uma pressão moral que uma pessoa exerce sobre outra" (1900).

Para o neurologista francês Babinski, "só há sugestão quando a idéia que se quer impor é desarrasada" (1901).

Segundo Dubois (de Berna), no começo do século, "sugerir é surpreender, toda ou em parte, a boa fé do sujeito. A sugestão age pelas vias tortuosas da insinuação. É imoral e perigosa." (1906).

Para Jung, às vésperas da guerra de 1914, "a sugestão é sempre um meio enganador. Ela não respeita a liberdade do indivíduo".

Para o psicólogo P. Diel, a sugestão é um modo de pensamento puramente imaginativo, próprio do "primitivo" subjugado pela magia e incapaz de pensar de forma racional. "Em razão do seu medo subjacente, de sua imaginação assustada, ele (o primitivo) está no mais alto grau de sugestionabilidade até em suas intenções mais íntimas; ele crê que as "intenções" estranhas à sua natureza — as causas e os efeitos objetivos — também são sugestionáveis e influenciáveis. Ele procura dominá-las pelo rito e pelo cerimonial mágico... Da mesma forma, os histéricos podem imaginar e sugerir para si mesmos doenças reais; tais fenômenos psicopáticos são, sob alguns aspectos, uma regressão à vida primitiva" (1950).

O neurocirurgião católico P. Chauchard escrevia em 1974: "A sugestão, crença imediata que se opõe à crença refletida, é um estágio, psicológico inferior, que caracteriza a ignorância, o pensamento da criança, do não civilizado ou do débil mental... O homem é uma consciência que' não se deve tratar pela força ou pelo embrutecimento da sugestão, mas que é preciso convencer racionalmente... De maneira geral, pode-se caracterizar a nossa sociedade atual como o triunfo do rebaixamento das consciências e da sugestão."

Se se tentar, resumidamente, separar os temas comuns a esta primeira série de definições, praticamente só um será encontrado em definitivo: o da alienação da liberdade e o da subordinação 11 outrem, tema básico dos

autores citados. Em quase todas essas definições a sugestão aparece sob aspecto bastante negativo, como um fenômeno de essência inferior, dotado de conotação mais ou menos fraudulenta quanto ao sugestionador, e mesmo francamente patológica quanto ao sugestionado.

Outros autores oferecem definições sensivelmente diferentes e mesmo, muitas vezes, totalmente opostas às que acabamos de ver.

No último quartel do século passado, o médico e psicólogo francês Bernheim definia a sugestão como "uma operação com a ajuda da qual uma representação mental é introduzida no cérebro, que a aceita... Toda expressão transferida para o centro psíquico transforma-se numa idéia, transforma-se numa sugestão... A idéia sugerida tende a transformar-se em ato... Todo fenômeno de consciência é uma sugestão" (1886).

Para Myers, o pioneiro inglês da parapsicologia nos anos 1880-1890, "a sugestão é um apelo bem-sucedido ao eu subliminar" (1886).

"A inibição é o próprio fundamento do fenômeno da sugestão" afirmava um pouco mais tarde o fisiologista russo Pavlov, que acrescenta: "A sugestão é o reflexo condicionado mais simples e mais específico do ser humano" (1903).

Segundo o médico, psicólogo e hipnotizador Delboef, "a sugestão dirige e exalta a vontade do sujeito e o recoloca na posse de um poder que ele cessou de exercer, mas do qual não abdicou".

Em 1910, Coué, que ligou seu nome ao método de auto-sugestão assim denominado, via na sugestão "uma ação da imaginação sobre o ser físico e moral do homem".

Um pouco antes da Primeira Guerra Mundial, Freud definia a sugestão como "a influência exercida sobre um sujeito por meio dos fenômenos de transferência" (1912). Alguns anos mais tarde, o pai da psicanálise escreveria: "A sugestão, isto é, as condições em que se sofre uma influência, na ausência de toda razão lógica..." (1920).

Logo depois da Primeira Guerra Mundial, o psicólogo franco-suíço Charles Baudouin escreveu: "A sugestão é a realização subconsciente de uma idéia... A sugestão é inteligente e ativa. Ela vence onde a vontade e a razão fracassam... A sugestão é o aproveitamento, por nós mesmos ou por outrem, do poder, ídeo-reflexo que existe em cada um de nós" (1920).

Para o psicólogo americano Mc Dougall, "a sugestão é o processo pelo qual uma proposição é aceita com convicção, sem ter em nenhuma conta as razões lógicas" (1926).

Henri Durville via na sugestão "o acionar de um pensamento que não nos é inato... A sugestão nos atinge pelas faculdades da nossa personalidade, que ainda só saem ganhando sob a influência benéfica da sugestão" (1926).

Para o médico e psiquiatra alemão E. Kretschmer, "a sugestão penetra diretamente no espírito com o estímulo, sem ter recorrido a argumentos lógicos" (1927).

Segundo o psicólogo americano R. S. Woodworth, "a sugestão é uma situação em que a idéia sugerida é, naquele exato momento, o único estímulo" (1938).

Depois da Segunda Guerra Mundial, o médico e psicólogo holandês B. Stokvis escreveu: "A sugestão é a influência exercida sobre a vida racional por fatores afetivos vindos do exterior, principalmente pela expectativa, estado durante o qual a função cognitiva, logicamente racional, passa a segundo plano" (1946).

O psicólogo americano A. Weitzenhoffer propõe a seguinte definição: "Sugestão: ação de caráter indireto pela qual os processos mentais ou o comportamento de um indivíduo são alterados por uma influência exterior, com a ausência da volição consciente no indivíduo assim influenciado" (1965).

Tentar reunir os temas comuns a esta segunda série de definições é ainda mais difícil do que quanto à primeira. Entretanto, merece ser retido um tema que confirma as definições sublinhadas pelos dicionários e enciclopédias modernos: o da natureza fundamentalmente não intelectual da sugestão e seu caráter emotivo, afetivo e sensível. Ou ainda o da predominância do inconsciente no processo sugestivo, consequência da redução das funções conscientes: razão, atenção, vontade.

3. O SENSO COMUM

Segundo o senso comum, o da conversação corrente e dos meios de comunicação de massa, os termos "sugestão", "sugerir" e seus derivados acusam uma evidente flutuação semântica. E essa flutuação traduz toda a complexidade do fenômeno sugestivo.

"Sugerir", fazer uma sugestão, para começar é, na acepção mais corrente, propor a alguém uma idéia, uma opinião, uma eventual decisão, um comportamento possível, com o acentuado cuidado de salvaguardar a liberdade de escolha do interlocutor e de deixar que ele, por si, tome a decisão. "Sugerir" aqui é menos forte do que propor, aconselhar ou convencer. "Sugerir" implica discreção, reserva, pudor, uma alternativa, respeito para com o outro. Uma delicadeza.

Mas os termos "sugerir", "sugestão", "sugestibilidade" e sobretudo "sugestionar" também não evocam, em certas condições, exatamente o contrário? Uma maneira que pode ser direta, imperiosa, brutal, mas, mais freqüentemente, insidiosa e tortuosa, de fazer penetrar no espírito do outro uma idéia, um sentimento, uma conduta e até uma ideologia?

Entre as duas acepções possíveis da palavra "sugestão" e seus derivados, o senso comum não se pronuncia com clareza. Pode-se notar, decerto, sobretudo na conversação usual, a tendência cada vez mais pronunciada de privilegiar o primeiro desses dois sentidos, aquele que respeita a liberdade do interlocutor. É este, no momento, o sentido mais generalizado, o sentido básico. Uma pesquisa pessoal e sistemática por nós realizada de setembro

de 1976 a maio de 1977, a respeito do significado de "sugestão" e "sugerir" e seus derivados, na conversação corrente, mostrou que ns palavras em questão são empregadas no primeiro dos dois sentidos — respeitador da liberdade de decisão do interlocutor

na proporção de 70%; e de 30% no segundo sentido, o sentido compulsório. A pesquisa mostrou, durante as semanas que precederam as eleições municipais de março de 1977 na França, um súbito aumento do uso dos termos "sugerir" e "sugestão" no vocabulário dos candidatos de todos os partidos, e num sentido que se afirmava com ostentação desusada — e também passável-mente suspeito — o mais respeitador do mundo da liberdade de escolha do eleitor. Certos candidatos chegaram a refinamentos inauditos quanto à delicadeza de sentimento...

A propósito dos dois significados, dicionários e autores têm a tendência a simplificar e generalizar, respondendo: um ou outro, enquanto o senso comum responde: um e outro. O senso comum tem, sobre as definições dadas precedentemente, pelos menos a vantagem de mostrar claramente que a terminologia não está fixada e que os dois sentidos da palavra "sugestão", radicalmente opostos, coexistem na realidade atual da língua. O senso comum, assim, coloca de forma bastante nítida o problema fundamental da sugestão: sujeição ou respeito ao outro? Compulsão ou liberdade?

CAPITULO III

A medicina sugestiva:

Mesmer,, pioneiro da sugestão moderna

Hábil charlatão ou precursor genial? Mágico ou cientista? Aventureiro cúpido ou benfeitor da humanidade?

Nascido em 1734, Mesmer, médico de origem alemã, estabelecido em Viena, dedicou em 1766 sua tese de medicina à influência dos planetas sobre o corpo humano e suas doenças.

De origem modesta, mas casado em 1767 com uma viúva muito rica, pertencente a uma das grandes famílias da sociedade vienesa, Mesmer, mesmo exercendo a medicina, leva a partir de então, na capital austríaca, uma vida faustosa, figurando como protetor das artes. Haydn, Gluck, a família Mozart estão entre os seus íntimos. No parque da bela casa onde vive, perto do Danúbio, foi feito um teatro entre as plantas. Aí foi representada pela primeira vez, em 1768, a ópera Bastien et Bastienne, escrita pelo jovem Mozart, então com doze anos. Melômano esclarecido e músico de talento — toca violoncelo e cravo — Mesmer às vezes :«• exibia em seu próprio teatro, em representações de amadores, usando sua magnífica voz de tenor suscitava a admiração de Gluck. Mesmer se entendia bastante mal com a esposa, cuja fortuna, em boa parte, ele dilapidou rapidamente. Pressionado pela necessidade, resolve praticar a medicina com mais assiduidade.

Lá por 1775, Mesmer nota que é dotado de surpreendente poder de curar, e atribui esse poder ao que chamou de magnetismo animal.

Desde que começara a exercer a medicina em Viena, Mesmer tratava os seus pacientes através da aplicação do ímã, prática médica então muito em voga. Mas descobriu logo que o fato de aplicar suas próprias mãos sobre o corpo do paciente produzia os mesmos efeitos terapêuticos que o "magnetismo". Acrescentou então o adjetivo "animal" a esse último termo para designar esta nova forma de terapia.

Qual é a natureza do magnetismo animal? Trata-se, afirmava Mesmer, de um fluido universal, de essência sutil, cósmica, gravitacional. Mesmer sustentava que esse fluido, presente em toda a natureza, age sobre o sistema nervoso de todos os seres, o que explicaria, segundo ele, a influência do Sol, da Lua e dos planetas sobre os homens, sua saúde e suas doenças. Mais tarde, Mesmer chamaria esse fluido de "agente geral". Este agente geral existe, segundo Mesmer, sob várias formas: eletricidade, magnetismo físico e magnetismo animal. Este último é o aspecto tomado pela energia cósmica entre os seres humanos. O magnetismo animal emana de cada um, mas mais fortemente de alguns, e mais fortemente ainda dele, Mesmer, que comunica a outrem esse "fogo invisível" por meio de "passes", pela imposição das mãos ou ainda "carregando" de fluido animal

um vaso, um instrumento de música, um espelho, água ou até uma árvore, com os quais os pacientes entram em contacto, o que permitiu a Mesmer praticar a terapia de grupo — aconteceu tratar de duzentos doentes ao mesmo tempo — e operar curas coletivas. A cura provém da transferência direta ou indireta da energia magnética do médico ao doente e do reequilíbrio, neste último, da energia cósmica perturbada, causa da doença. Teoria singularmente próxima de certos pontos de vista das concepções tradicionais sobre o prana, na Índia, sobre o mana, na Oceania, e também sobre o yang e o yin entre os chineses (Mesmer sustentaria depois que existe em cada ser um fluido negativo e um fluido positivo e que a doença é resultante do desequilíbrio entre os dois).

Mesmer acrescentaria à sua doutrina um último elemento, muitíssimo importante em seu espírito: a relação, pessoal, exclusiva, que se estabelece entre o magnetizador e o seu paciente, relação que Mesmer concebe como de natureza cósmica, fluídica, uma espécie de contato análogo ao criado pela corrente elétrica entre dois pólos.

Pela apresentação cuidadosamente estudada, suas entradas teatrais, o olhar olímpico, o verbo imperioso, porte e gestos de taumaturgo, Mesmer conseguiu, primeiro em Viena e depois em Paris, onde se estabeleceu em 1778, curas espetaculares. O famoso "balde" de Mesmer — um dispositivo engenhoso de magnetização coletiva — logo atrai toda Paris. As mais altas personagens da corte, e a própria rainha Maria Antonieta, dizia-se, recorriam abertamente ou às escondidas aos talentos de Mesmer.

Fluido ou não, a sugestão parece de imensa evidência na terapia mesmeriana. Sugestão: que dizer no caso? A arte que Mesmer possuía, no mais alto grau, de persuadir sem apelar à persuasão, de criar no espírito dos seus pacientes a convicção da cura pela afirmação sem hesitação do poder e da eficácia do seu "fluido", afirmação que um ambiente de expectativa e de fervor sabiamente dirigidos só vem reforçar. Concorriam para o mesmo efeito vários elementos exteriores de encenação: atitude teatral do "mestre" e dos seus assistentes, semi-obscuridade, música, etc.

Na prática, o que Mesmer fazia era uma mistura dificilmente dosável de magnetismo físico e do que mais tarde viria a ser chamado de sugestão terapêutica em estado de vigília.

Evidentemente, Mesmer não foi o primeiro a afirmar a existência do magnetismo animal, nem a praticar a sugestão terapêutica. A crença na energia vital de natureza fluídica e em suas virtudes curativas remonta provavelmente à pré-história. Quase todas as religiões, ao menos em suas origens, conheceram a prática da cura pela imposição das mãos, à qual se unia com toda evidência uma parte bastante importante de sugestão. Sugestão, bem entendido, toda empírica, não reconhecida nem identificada como tal.

Em todos os escritos referentes a Mesmer, ele é apresentado como um "fluidista" puro, que jamais aflorou a idéia de que fenômenos psicológicos pudessem desempenhar um papel importante no fenômeno do magnetismo animal; se ele efetivamente aplicava a sugestão, diz-se, isto era inconsciente. Nós não acreditamos nisso. Pensamos que havia, segundo o próprio Mesmer, um segredo em sua terapia e que este segredo era exatamente a sugestão. Ele não a chamava assim, mas a praticava de forma sistemática e, em nossa opinião, perfeitamente consciente. É evidente que ele tudo fazia para atuar sobre a imaginação e a afetividade dos seus pacientes. O que não o impedia de forma alguma, entretanto, de estar convencido da realidade física do fluido animal.

Por que este segredo, ciumentamente guardado por ele? Por que a ênfase colocada exclusivamente — ao menos em suas declarações públicas — sobre o magnetismo físico?

O que se sabe — ou o que se acredita saber — do caráter de Mesmer, egocêntrico, interesseiro e megalomaniaco (é o que diziam) pode fazer pensar que se tratasse da vontade charlatanesca e vaidosa ao mesmo tempo de salvaguardar, pela recusa de explicações, a fachada pseudocientífica do magnetismo animal, de aparecer como um taumaturgo dotado de poderes extranormais, e de tirar proveito material dessa qualidade. Pode ser. Mas Mesmer era um ser complexo, sinceramente filantrópico, ao menos quando queria, que, por causa do seu êxito parisiense, consagrava uma parte não desprezível do seu tempo para tratar gratuitamente dos pobres. Em sua determinação de guardar o segredo de seu "método", provavelmente haveria também uma preocupação legítima quanto à eficácia, pois de ordinário a sugestão age em seu máximo quando as pessoas sobre as quais ela se exerce não estão claramente conscientes a seu respeito. A terapia mesmeriana, se tivesse sido revelado seu elemento puramente psicológico e individual, teria tido sobre o público de então um menor efeito sugestivo, um prestígio menor do que tinha o magnetismo animal, aureolado de caráter científico ou assim presumido, muito importante na época das Luzes, e igualmente nimbado de seu aspecto cósmico, e até místico, que correspondia a um teísmo difuso mas muito difundido nos espíritos do tempo.

Num fragmento geralmente passado em silêncio, Mesmer levantava uma ponta do véu ao declarar: "O magnetismo animal deve, em primeiro lugar, transmitir-se pelo sentimento. Só o sentimento pode tornar a teoria inteligível" (*Précis historique des Faits Relatifs ou Magnétisme Animal*, Londres, 1781). Isto parece-nos opor um desmentido formal à afirmação segundo a qual Mesmer teria sido um fluidista puro.

Mesmer, aliás, escreveu em sua *Mémoire sur la Découverte du Magnétisme Animal*, em 1779: "O objeto de que trato escapa à expressão positiva". Mesmer teria assim se expressado se considerasse o magnetismo

animal um fenômeno fluídico ligado apenas ao mundo físico? O tom geral de todos os escritos de Mesmer e o perfume de esoterismo que emana deles, o cuidado de confiar NCU "segredo" só a alunos "que pudessem entendê-lo", parecem desmentir tal interpretação. Neste ponto estamos em desacordo tanto com Ellenberger, quando afirma que Mesmer, como Crislóvão Colombo, não compreendeu o que havia descoberto, como com Chertok e Saussure, segundo os quais Mesmer "nunca se Interrogou a respeito da relação psicológica que se criava entre ele e os seus doentes".¹ Não estamos menos em desacordo com L<arau e Schaffer² quando escrevem: "Nunca lhe veio à idéia (de Mesmer) que as forças que empregava não pertenciam à astrologia, não vinham do espaço, mas eram de natureza psíquica <• se encontravam em nós".³ Que tal idéia nunca tenha ocorrido a Mesmer, na verdade não parece crível, quando se recorda que o Inventor do magnetismo animal, simultaneamente teólogo, filósofo, astrólogo, alquimista e ocultista, também era franco-maçom, como o jovem Mozart (pertenciam à mesma loja vienense), e isso numa época em que o teísmo e um iluminismo muito interiorizado estavam em voga na maioria das organizações maçônicas.

Mas, dirão, estamos falando de quê? O magnetismo animal existe? É uma realidade comprovada, um fato que com segurança se pode ter por científico?

Não foi, pelo menos, a opinião das duas comissões reais encarregadas, em março de 1784, de apresentarem ao Rei um relatório sobre a existência do fluido cuja descoberta se atribuía a Mesmer.

Seu sucesso não tardou a atrair a hostilidade militante do corpo médico parisiense. A prática do magnetismo animal, de fato, difundia-se rapidamente. Mesmer fazia discípulos, em Paris, na província. Uma Sodété de VHarmonie foi criada em 1782 para ensinar e difundir a terapia mesmeriana, e entre os seus sócios estavam os grandes nomes da França: os Noailles, os Conde, os Montesquieu, o marquês de La Fayette. Mesmer ganhou o favor do conde de Artois, irmão do Rei, e o da rainha Maria Antonieta, e dentro de poucos anos era dono de uma fortuna considerável. Abriu uma, duas, três casas de cura em Paris ou nos arredores da capital. A predileção do público, o barulho feito em torno das curas espetaculares operadas por Mesmer - e também dos insucessos, largamente explorados por seus detratores -, os protestos crescentes do corpo médico, tudo isso criou em torno de Mesmer e do magnetismo animal uma agitação, uma efervescência, que levaram as autoridades a intervir e a nomear as duas comissões de inquéritos já mencionadas, constituídas por membros da Academia de Ciências, Academia de Medicina e Real Sociedade de Medicina.

O verédito foi sem apelação: não há nenhuma prova da existência física do fluido magnético — afirmaram em seus relatórios os comissários reais,

entre os quais estavam o astrônomo Bailly, o químico Lavoisier, o doutor Guillotin — inventor da guilhotina — e o embaixador dos Estados Unidos na França, Benjamin Franklin. Quanto aos efeitos terapêuticos do método de Mesmer, dificilmente contestáveis devido aos numerosos casos de cura por ele registrados, os relatórios dos membros da comissão os atribuíam "à imaginação", o que não era muito mal visto porque, seja qual for a opinião que se pudesse ter sobre a realidade física do magnetismo humano, era evidente que a imaginação desempenhava importante papel. O botânico Jussieu foi o único que discordou dos colegas, tendo publicado um relatório em separado, no qual sugeria a existência de um agente desconhecido atuando nas experiências de Mesmer e por ele relatadas. Em relatório suplementar e secreto dirigido ao Rei, os membros da comissão advertiam contra "os perigos, para os costumes, do tratamento magnético" em razão do domínio do magnetiza-dor-homem sobre suas pacientes "cuja mobilidade de nervos" e "imaginação mais viva e exaltada" própria do seu sexo as expunham "a uma total desordem dos sentidos", arriscando-se a perderem "seus costumes e saúde": processo perigoso "o pretense magnetismo animal", concluía o relatório secreto.

Baseando-se nestes vários relatórios, o ministério público, em novembro de 1784, proibiu a prática do magnetismo animal. Proibição que, entretanto, seria revogada um pouco mais tarde pelo Parlamento de Paris. Esse foi o começo de uma longa polêmica que iria durar quase dois séculos — até aos nossos dias — e opor "magnetizadores" e curandeiros convencidos da realidade e eficácia curativa do magnetismo animal à ciência e à medicina oficiais, irredutivelmente hostis até à simples hipótese da existência do fluido mesmeriano.

A teoria fluídica de Mesmer conheceu recentemente uma repentina e surpreendente retomada de audiência com a descoberta da atividade eletromagnética do cérebro e do corpo humanos. Mais recentemente ainda, senão as virtudes terapêuticas do magnetismo animal, mas sua existência viu-se fortemente corroborada pela descoberta da aura — seria ela o corpo astral ou etéreo dos antigos filósofos herméticos, o "corpo espiritual" citado no Novo Testamento (I Coríntios 15.44)? —, esta misteriosa forma de radiação energética emanada de todo ser vivo assim como de todo estado da matéria inanimada, presentemente fotografada e filmada por institutos de pesquisa especializados soviéticos e americanos.

Desde 1949 e graças ao aparelho adaptado pelo russo Kirlian, os soviéticos conseguiram fotografar, primeiro em branco e preto e depois em cores, a aura e suas surpreendentes metamorfoses. Em maio de 1975, em Los Angeles, quando do primeiro Congresso Internacional de Parapsicologia e Sugestologia organizado no Ocidente e ao qual tivemos o privilégio de assistir, foram apresentados pela dra. Thelma Moss, da Universidade da Califórnia, uma centena de espantosas fotografias, em cores, de auras, de

extraordinária beleza, e um filme também em cores realizado pelo Instituto Neuropsiquiátrico da Universidade da Califórnia (U.C.L.A.). Este filme mostra de maneira surpreendente a radiação incessante da energia que emana de todo objeto, de todo vegetal, de todo animal, de cada corpo humano.

E há mais: dos documentos apresentados ao congresso e das explicações que os acompanham resulta claramente que a cor, a forma e a textura da aura estão em estreita relação com as emoções que atravessam o indivíduo, com os sentimentos por ele nutridos, senão mesmo com seu nível de consciência. Medo, ansiedade, alegria, calma, cólera e ódio, bem-querer e amor, doravante todos estes sentimentos fotografam. E as modificações que afetam esses sentimentos fotografam também: elas são marcadas pelas alterações imediatas da cor, forma e textura da aura. Esta também muda de acordo com o tipo de comunicação estabelecido entre os seres.. As modificações da aura refletem as que afetam esta comunicação. Um simples sentimento de contrariedade ou de impaciência, ou ainda um súbito desejo de dominar outra pessoa, de impor a vontade, atravessam, por exemplo, o espírito de um dos dois componentes de um casal em geral muito unido, e imediatamente as auras se modificam, não só individualmente, mas também em suas ligações energéticas recíprocas. É digna de nota a verificação de que as fotos modernas da aura correspondem inteiramente às descrições do fenômeno há muito tempo feitas por numerosos videntes extralúcidos. Que se releiam quanto a isto por exemplo os escritos, datados do fim do século passado, do coronel de Rochas, subdiretor da Escola Politécnica de Paris, e os depoimentos por ele coligidos.

Quanto aos aspectos terapêuticos da atividade energética colocada em evidência por fotografias e filmes da aura, eles também parecem destinados a surpreendentes desenvolvimentos. Já está demonstrado que existe uma relação muito estreita entre o corpo-energia e o organismo físico. Quando o corpo-energia desaparece, o ser vivo morre. A aura, fenômeno de bio-fluorescência, se modifica, aliás, de acordo com o estado de saúde do indivíduo. Alterações significativas da aura aparecem antes mesmo de que se declare um mal orgânico ou psíquico, e isto abre perspectivas do mais alto interesse para o diagnóstico precoce através do exame da aura. No plano da terapia propriamente dita, as investigações sobre a aura prosseguem atualmente em vários institutos americanos de pesquisas — e também soviéticos — em estreita ligação com investigações sobre a terapia por acupuntura, cujos meridianos e centros energéticos parecem ser do mesmo domínio do fenômeno da aura.

Parece em definitivo que o corpo humano, como aparece sob seu aspecto físico, é duplicado — o duplo dos antigos egípcios?

— por um corpo energético de propriedades ainda quase desco

nhcidas. Sabe-se, por exemplo, que um membro amputado conserva sua aura, visível nas fotografias. Sabe-se também — comunicação feita durante um simpósio de parapsicologia organizado em abril de 1976 pela Universidade Concórdia, de Montreal — que foi filmada por um instituto da Universidade da Califórnia a aura que escapava de um corpo humano algumas horas depois de morto (os soviéticos fotografaram o mesmo fenômeno já há muitos anos).

São aspectos ainda apenas entrevistados deste mundo misterioso da energia e evocados pelo termo usado hoje de bioplasma, uma forma de energia que certos dispositivos já estariam em condições de captar e acumular com a finalidade de a redistribuir. Eis o que confirmaria de forma surpreendente as intuições de Mesmer ou, mais próximo de nós, js de Reich...

De onde viria essa energia bioplasmática? Qual seria sua natureza? Como se renovaria? Recentes trabalhos soviéticos⁴ teriam mostrado que a energia que anima o ser humano, sua força vital, viria não somente de suas células mas também do seu bioplasma. E esta energia bioplasmática seria gerada pelo oxigênio do ar. Ao que parece, a respiração recarregaria o corpo bioplasmático, aumentaria sua energia vital. O que viria confirmar o antigo ponto de vista da ioga hindu a respeito da necessidade de praticar exercícios respiratórios, numerosos e completos, para preservar a saúde. Seriam numerosas as doenças que surgem quando nosso bioplasma se encontra alterado ou seja deficiente. Sarar seria em grande parte restaurar a energia bioplasmática, chave da doença e da saúde. Nisto, o ponto de vista soviético coincide inteiramente com o de Tilden e dos higienistas americanos quanto ao papel capital da energia nervosa e de sua flexão ("enervação") na gênese das doenças. Os soviéticos afirmam ter fotografado a corrente de energia nervosa é de sua flexão ("enervação") na gênese das doenças. Os soviéticos afirmam ter fotografado a corrente de_ energia que se estabeleceria entre o doente e o seu curador na cura parapsíquica. Esta seria uma transferência de energia bioplasmática entre o curador e o seu paciente. Isto confirmaria inteiramente o que não cessam de afirmar a este respeito os magnetizadores, desde Mesmer.

Voltemos a ele. Seus atritos com o corpus erudito, o insucesso quanto a obter a consagração oficial de sua prática e de suas idéias, uma campanha de calúnias, libelos e panfletos desfechada por seus detratores médicos parisienses, certos fracassos terapêuticos desconcertantes e imediatamente explorados pelos inimigos, e também a defecção de muitos discípulos, os mais íntimos, alguns dos quais se transformaram em concorrentes acerbos e às vezes cheios de ódio, tudo isso parece ter desencorajado de repente este homem sem dúvida combativo, mas também hipersensível, um pouco extravagante e sujeito a súbitas depressões que era Mesmer. Ele desapareceu de Paris silenciosamente no começo de 178S, sem dúvida em

circunstâncias semelhantes e por razões da mesma ordem que o fizeram fugir de Viena oito anos antes. Depois de sua saída de Paris, parece que o inventor do magnetismo animal levou através da Europa uma vida errante e obscura, da qual bem pouco se sabe. Alguns anos antes de morrer, Mesmer se estabeleceu nas margens do lago Constança, onde nascera. E foi aí que morreu em 1815, totalmente esquecido, ao termo de uma velhice ao que parece calma e serena, que convinha ao sábio que Mesmer talvez não fora na idade madura, mas em que parece ter-se transformado ao fim de sua existência.

Do ponto de vista da sugestão, que aqui nos interessa mais particularmente, acrescentaremos três observações ao que foi dito sobre o magnetismo animal.

Para começar, uma observação de pormenor mas muito importante: o papel apreciável da música na terapia magneto-sugestiva de Mesmer. As sessões coletivas de magnetismo animal em geral se realizavam ao som do cravo, da harpa, do órgão, às vezes da gaita, instrumento recentemente inventado e tocado pelo próprio Mesmer, cujos sons eram "próprios para abalar os nervos", dizem as informações da época.

Segunda observação: como digno filho do século das Luzes, Mesmer atribuía a mais alta importância ao caráter científico da sua terapia. Ele quis separá-la de qualquer referência à religião tradicional e ao sobrenatural. Isto foi uma inovação de extrema importância, particularmente nos dois domínios em que Mesmer obteve muitas de suas curas, que hoje chamaríamos de psicossomático e o das doenças chamadas "dos nervos", isto é, das neuroses. Durante os anos vienenses da sua prática médica, uma controvérsia ruidosa da qual Mesmer acabou saindo vencedor colocou-o em oposição ao seu compatriota padre Gassner, exorcista-curandeiro muito famoso, que desancava diabos de todas as espécies. Onde Gassner pretendia curar seus doentes desenfitejando-os do Maligno, Mesmer aplicava uma terapia que se proclamava científica, embora na prática os dois métodos de agir, ambos fundados nas crises provocadas e salutares, não deixassem de apresentar estreitas analogias. Mas, afirmava Mesmer, o fato é que Gassner, mesmo sem se dar conta, na realidade também recorria ao magnetismo animal. E também à sugestão terapêutica, poderia ter acrescentado Mesmer. As preocupações científicas que animavam a este último justificam inteiramente E. Henberger quando faz remontar ao inventor do magnetismo animal o início da psicoterapia dinâmica moderna.

As crises provocadas acima mencionadas nos levam à terceira observação, também muito importante.

As crises provocadas são elemento capital da terapia mesmeriana. A significação e a importância de tais crises parecem ter escapado à quase totalidade dos biógrafos e comentadores de

Mesmer, que em geral só se ativeram aos seus aspectos pitorescos ou impressionantes.

Mesmer descobriu — ou redescobriu, porque na verdade a coisa já era muito antiga e remonta a Hipócrates — e proclamou que o caminho da cura tanto física como nervosa — entendamos aqui: psicológica — passa obrigatoriamente por uma crise, ou antes, por uma série de crises salutares. Primeiro é preciso purgar o mal, dizia Mesmer, para substituí-lo pelo bem e a saúde. Nenhuma doença, física ou moral, pode sarar sem a crise curativa. E por crise, Mesmer entendia todo fenômeno patológico agudo ligado a uma certa diátese individual, e de maneira alguma apenas as crises convulsivas a que se apegaram quase exclusivamente os seus detratores já há dois séculos, acusando-o de nada ter feito além de "fabricar histeria", como mais tarde diria Bernheim. É verdade que as "crises" por que passavam as distintas senhoras da sociedade parisiense reunidas em torno do balde mesmeriano, em parte, tinham esse caráter. Neurose de essência coletiva, "ter seus vapores", porque é disso que se tratava, era na época a doença da moda entre as mulheres da sociedade. Com toda evidência, havia nessas manifestações, freqüentemente desordenadas, muito de folclore, muito de teatro. Mas a teoria das crises segundo Mesmer na verdade era uma coisa muito mais séria. "A purgação do mal durante a crise" se traduz muito normalmente, sustentava Mesmer, por um agravamento momentâneo e aparente da doença. Esse agravamento seria apenas uma catarse, um esforço benéfico da natureza para restabelecer — por meio da desintegração e da eliminação dos "humores viscosos" se for um mal físico, ou das "obstruções do espírito" se for uma perturbação mental — a saúde comprometida pela deficiência da energia nervosa, pela insuficiência ou desequilíbrio do fluido vital.

A esta deficiência Mesmer chamava de enervação, uma palavra e uma noção que mais de um século depois dele, como já vimos, seriam retomadas por Tilden e pela escola higienista americana e também, muito recentemente, pela escola soviética de Nikolaiev. "Só existe uma doença, um remédio, uma cura", proclamava Mesmer tomando posição vigorosamente contra a medicina sintomática do seu tempo (medicina que prevalece ainda quase exclusivamente, ao menos no mundo ocidental). Como escreveu Mesmer⁵, "substantivaram-se (os sintomas), fizeram deles outras tantas doenças e caracterizou-se cada uma delas por um nome. Estudam-se, analisam-se... os sintomas como coisas... E eis a fonte dos erros que desolam a humanidade depois de tantos séculos". No tratamento das doenças é a energia nervosa que convém restaurar e aumentar, concluía Mesmer. Tal era, de fato, o objetivo que ele atribuía ao magnetismo animal: uma transfusão de energia vital, de força nervosa, do mais dotado ao menos provido.

Com notável intuição e através de uma formulação nova para o seu tempo, Mesmer colocava claramente, com sua teoria das crises, o problema fundamental do retorno à saúde, seja o que for que se pense da possibilidade da transmissão do magnetismo animal, da difusão da energia nervosa de um indivíduo a outro. Visão dialética de des-criação e recriação, a de Mesmer: aplicação particular, ao domínio da saúde e da doença, de uma dialética que seria retomada em nossos dias, de forma bem próxima, e aplicada à sugestão pedagógica, por Lozanov, o pesquisador búlgaro cujos «trabalhos citaremos no fim deste livro.

CAPÍTULO IV

O marquês magnetizador

Entre os discípulos mais fervorosos e fiéis de Mesmer, destacava-se o marquês de Puységur, brilhante oficial de artilharia, da alta e muito antiga nobreza da França, que dedicava as horas de lazer que sua condição de militar lhe permitia às experiências sobre magnetismo animal, em seu domínio de Buzancy, perto de Soissons. Em maio de 1784, quando Mesmer ainda morava em Paris, Puységur fez fortuitamente uma descoberta que iria dar vigoroso impulso ao magnetismo animal e à sugestão, encaminhando-os para uma direção tão nova quanto inesperada. Um jovem camponês das imediações de Buzancy, Victor Race, sofria de pneumonia e Puységur se propôs a curá-lo magnetizando-o. Durante uma sessão de magnetismo, Race de repente caiu num sono muito estranho. Expressando-se em altas vozes, respondendo as perguntas que lhe eram feitas, o rapaz dava mostras de uma vivacidade de espírito bem maior do que em seu estado habitual de vigília. Acordado, não teve a menor lembrança do que acontecera.

Intrigado, Puységur renovou a experiência, depois a reproduziu com outros pacientes que ele tratava por causa de outras doenças. Mergulhados nesse curioso sono que entretanto se parecia com o estado de vigília, os pacientes magnetizados por Puységur ficavam satisfeitos de "dormir" um "sono" calmo e reparador. O "sono" parecia ter por si mesmo uma virtude terapêutica e, repetido, parecia encaminhar aos poucos os doentes em direção da cura, geralmente poupando-os das crises violentas em que muitas vezes eram precipitados pelo magnetismo animal praticado à maneira de Mesmer. Era uma verdadeira cura pelo sono, com vantagens ao mesmo tempo fisiológicas e psicológicas, que na realidade provocava a cura pelo estímulo e aceleração dos processos naturais de auto-restabelecimento do corpo e do espírito. Com muita frequência, doenças antes tratadas sintomaticamente, e cujos sintomas eram apenas afastados, reapareciam sob forma atenuada para depois desaparecerem em definitivo. Mas ainda outros aspectos desse sono insólito deveriam deixar Puységur admirado ao máximo. Se o magnetizador o exigisse, os adormecidos executariam docilmente as ordens dadas por ele, por mais extravagantes que fossem. Certos pacientes assim adormecidos revelavam-se capazes não só de responder as perguntas que lhes fizesse, mas também de fazer o diagnóstico das doenças de que sofriam ou de que sofriam outras pessoas, presentes ou não. Os dormientes às vezes estavam em condições até de prever a evolução dessas doenças e de indicar o tratamento conveniente. Adormecidos por esse sonho estranho, outros pacientes, bem mais raros é verdade, tinham condições de prever determinados acontecimentos, e suas profecias freqüentemente se revelavam surpreendentemente exatas. Ao despertarem, essas pessoas não se lembravam absolutamente de nada.

Puységur acabava de descobrir ao mesmo tempo o sono provocado e a clarividência.

Com o multiplicar das experiências, foi notada a semelhança entre o sonambulismo natural, fenômeno conhecido já de longa data, e esse estado de sono terapêutico e surpreendente ao qual se deu o nome de sonambulismo artificial ou sono magnético.

Mas, alguém pode perguntar, não era evidentemente o caso de hipnose? As coisas não são tão simples assim. Veremos a seguir a distinção, sutil sem dúvida, mas capital, em nossa opinião, que convém estabelecer entre hipnose e sono magnético. Contentemo-nos por enquanto em dizer que Puységur parece ter descoberto e utilizado para fins terapêuticos uma e outra — na verdade quase exclusivamente o segundo, o sono magnético — sem ter tido, ao menos conscientemente, o nítido conhecimento daquilo que os diferencia.

Hipnose, sono magnético e também clarividência, na verdade, já eram coisas bastante antigas, praticados em tempos pré-históricos talvez, e com certeza nos templos da Caldéia e do Egito. Na Grécia, oráculos, adivinhos, sibilas e profetisas recorriam ao sono magnético para atingirem certos estados de clarividência. Nos templos gregos, sacerdotes-curandeiros usavam sono artificialmente provocado, em particular nas Asklepéia, os templos do sono, espécie de clínicas, antes de existir esse termo, onde eram tratados especialmente os problemas afetivos e mentais. Entre os celtas, os druidas eram, segundo certas fontes, grandes mestres na arte de provocar e utilizar o sonambulismo artificial. Entre hindus, chineses e também povos ameríndios, a hipnose ou sono magnético, ao que parece, foram valorizados desde tempos imemoriais. Mas essas práticas eram envoltas em mistério e seu domínio reservado só a iniciados, padres, magos e feiticeiros. Quanto ao cristianismo, proibiu rigorosamente o sono provocado artificialmente, vendo nele a intervenção do diabo.

Com Puységur, o sono artificial e em seguida a clarividência fariam sua entrada — e uma entrada ainda bem contestada — no mundo da ciência. Não sendo mais só da alçada dos iniciados e daí em diante isentos de quaisquer referências à religião e à magia, o sonambulismo artificial e a clarividência, de certa forma, caíram em domínio público.

Em Buzancy mesmo, na praça da aldeia próxima do castelo, Puységur promoveu sessões de cura coletiva e, bem entendido, gratuitas, em torno de um olmeiro que "magnetizara". O grande senhor filantropo, que compreendera a importância da sugestão mútua, desencadeava aquilo que chamava de "crise perfeita" — o sonambulismo artificial — entre os pacientes que tratava; alguns destes, em estado de clarividência, chegavam a diagnosticar com exatidão as doenças dos outros e a prescrever o respectivo

tratamento. Tais sessões de cura ao redor de uma árvore "magne-tizada" podem parecer incompreensíveis aos espíritos modernos, mas o serão menos se se lembrar da importância das práticas e das crenças populares relativas às árvores sagradas e às suas virtudes terapêuticas. Práticas e crenças que remontam à noite dos tempos e que permaneceram vivas, no campo, até o século XIX. O efeito sugestivo da "cura embaixo da árvore" unia-se, no caso, aos efeitos, mais hipotéticos, da "magnetização" da própria árvore.

O entusiasmo pelo sono magnético e pela clarividência foi imediatamente extraordinário em todas as camadas sociais da França e da Europa em geral. Em 1785, Puységur fundava, em Estrasburgo, a Sociedade Harmônica dos Amigos Unidos, que tomou a iniciativa de formar magnetizadores e centros de tratamento gratuito para os doentes. Em 1789, a Sociedade Harmônica já contava com mais de duzentos membros, entre os quais figurava a elite da nobreza alsaciana, tomada de verdadeira paixão pelo magnetismo animal. Essa sociedade expandiu-se por Mulhouse, Colmar, Nancy, Metz, Besançon e muitas outras cidades, não tardando a espalhar suas ramificações fora da França. Marqueses magnetizadores e viscondes clarividentes asseguraram rápida difusão às descobertas de Puységur em toda a Europa. Em 1786, e com a ajuda da Sociedade Harmônica de Estrasburgo, o margrave de Bade introduzia oficialmente o magnetismo animal em seus estados. O marquês de La Fayette, grande admirador de Mesmer, encarregou-se, no mesmo ano, de ser o embaixador do "mesmerismo" junto de George Washington, enquanto numerosas sociedades análogas à de Estrasburgo eram fundadas no continente norte-americano, notadamente em Nova Orléans, então francesa.

Refreada durante algum tempo pela Revolução Francesa, a difusão do magnetismo animal foi reiniciada com crescente sucesso desde o começo do século XIX, atingindo logo a Europa Central e Oriental, a Rússia, e também as cidades dos Estados Unidos da América cada vez mais numerosas.

Por ocasião da morte de Puységur em 1825, o magnetismo animal e com ele o sonambulismo artificial eram conhecidos e praticados em quase toda a Europa e América do Norte. Se o mundo oficial da ciência e da medicina continuava sendo-lhes irredutivelmente hostil, na França e na Inglaterra, o mesmo não acontecia na Alemanha onde, em 1812, o governo prussiano nomeara uma comissão de inquérito sobre o magnetismo animal. Em 1816, a comissão publicou seu relatório, favorável ao magnetismo e, em 1817, as Universidades de Berlim e de Bonn criavam cátedras de magnetismo animal.

Diferentemente de Mesmer, Puységur não hesitou em proclamar abertamente que as curas que operava não tinham por agente só os fluidos magnéticos. A vontade do magnetizador, sua convicção pessoal de estar

em condições de curar outra pessoa graças ao magnetismo animal e sua aptidão de fazer o paciente compartilhar dessa convicção, eram outros tantos fatores que desempenhavam papel importante. Além disso, Puységur achava evidente que, mergulhado no sono magnético, o adormecido ficava excepcionalmente apto a acolher as sugestões, em particular as referentes à sua cura. À teoria unicamente fluídica e fisiológica sustentada pelo menos em público por Mesmer, Puységur, e seus adeptos depois dele, não se considerando comprometidos com o segredo, acrescentaram e com frequência opuseram a teoria chamada de animista ou psicológica.

Em conferência pronunciada em agosto de 1785 na loja maçônica de Estrasburgo, onde estava estacionado o regimento sob seu comando, Puységur afirmava: "Toda a doutrina do magnetismo animal resume-se a estas duas palavras: creia e queira. Eu creio que tenho o poder de acionar o princípio vital dos meus semelhantes. Eu quero fazer uso desse poder: eis toda a minha ciência e todos os meus meios".

Na realidade, e sem tê-la identificado como fenômeno específico, Puységur já estava bem a par do papel e da importância da sugestão, em dois de seus componentes muito importantes: confiança do magnetizador na existência e na eficácia do magnetismo animal em cada caso, e vontade decidida de utilizá-lo para curar outra pessoa. A isto, em seguida, Puységur acrescentou a crescente convicção tanto da importância da relação afetiva entre magnetizador e magnetizado, como da necessidade de preservar este último da dependência em que era colocado, com relação ao magnetizador, pela regressão psicológica devida à indução sonambúlica: a generosidade natural, a grande sensibilidade de Puységur e o seu respeito pelas pessoas fizeram-no pressentir instintivamente a diferença existente entre o sono magnético e a hipnose. Voltaremos a isto.

Já se insistiu muito a respeito da oposição doutrinária entre Mesmer e Puységur. E com muito exagero, em nossa opinião. A principal diferença entre os dois homens está sem dúvida em que um dizia abertamente aquilo que o outro acreditava dever calar, presumivelmente pela preocupação de evitar uma publicidade que ele considerava prematura. Mas um e outro estavam convencidos das virtudes curativas do fluido animal. Um e outro praticavam, e bastante, a sugestão terapêutica. Um e outro, enfim, usavam o sonambulismo artificial em diferentes graus, atribuindo-lhe maior ou menor importância: Puységur sem dúvida o "descobriu" em 1784, mas Mesmer utilizou-o antes dele para fins terapêuticos, mesmo se de forma muito empírica e provavelmente sem ter entendido claramente a especificidade e a importância do fenômeno. Em todo caso, em sua *Mémoire*, de 1799, Mesmer insiste longamente a respeito da importância do sono magnético, coluna-mestra, segundo ele, do magnetismo animal.

As razões de certas dissemelhanças entre Mesmer e Puységur, e que sem dúvida explicam o deslize incontestável da doutrina do primeiro para a prática do segundo, estão em parte relacionadas com a diferença de temperamento e de personalidade de ambos. Puységur era desinteressado, modesto, fundamentalmente filantropo e também tão pouco necessitado quanto possível de publicidade e de afirmação pessoal, qualidades estas que nem sempre parecem ter sido o forte de Mesmer. É verdade que Puységur, grande senhor que era, não teve de lutar, como o precisou Mesmer, ao mesmo tempo para construir sua fortuna e tentar assegurar o êxito de suas idéias. A prática de Puységur certamente era bem mais "modesta" que a de Mesmer, muito menos autoritária, muito menos preocupada com efeitos espetaculares, e também mais respeitadora de certos mecanismos naturais de cura, em particular no trabalho com o sono magnético. E igualmente mais humana, sem dúvida. A relação entre magnetizador e magnetizado era, segundo Puységur, tanto ou mais carregada de afetividade do que o fluido cósmico e impessoal ao qual Mesmer pretendia ligá-la, e muito exclusivamente.

Pode-se legitimamente perguntar, com Ellenberger, por que, senão sempre, pelo menos de maneira geral, "a mesma técnica dos passes suscitava crises aos pacientes de Mesmer enquanto mergulhava os de Puységur no sono magnético".¹ A diferença dizia respeito à condição social dos pacientes, responde Ellenberger, sem nos convencer nem um pouco. Segundo ele, as ilustres senhoras e os burgueses que se tratavam com Mesmer tinham suas crises porque no seu meio social estavam na moda as manifestações espetaculares de nervosismo e hipocondria, enquanto os humildes camponeses ou os soldados de seu regimento de quem Puységur tratava adormeciam, sempre segundo Ellenberger, pelo respeito e submissão ancestrais que lhes inspirava a própria pessoa do coronel-marquês, aureolado do prestígio ligado à sua condição e às suas funções. A isso se somava a confiança afetuosa e total que os pacientes dedicavam espontaneamente a Puységur, bom, desinteressado, caloroso, infinitamente menos dominador do que Mesmer e, provavelmente, animado também pela visão do bem do próximo e pelo senso do poder curativo da natureza bem mais profundos do que os que inspiravam Mesmer. É antes a estes últimos fatores e em definitivo a uma diferença de atitude íntima que estamos tentados a atribuir a diferença dos resultados — crises ou sono magnético — da técnica sensivelmente igual usada por Mesmer e Puységur, embora a disparidade dos meios sociais dos pacientes e sobretudo o tipo de relação ao mesmo tempo social e pessoal que mantinham com o magnetizador também tenham desempenhado importante papel. Resulta em definitivo que só uma sugestão suave — e a de Mesmer certamente não o era — pode estabelecer o sono magnético.

Quanto a Puységur, a vida inteira considerou Mesmer seu mestre. Foi ele que formulou os termos mesmerismo, mesmeri-zação, mesmerizar para designar a terapia do magnetismo animal. Muito rapidamente, aliás-, os dois termos deveriam assumir uma significação mais exata, mais estreita, e evocarem apenas o sonambulismo artificial, à espera de se tornarem sinônimos de hipnose, a partir da segunda metade do século passado, sentido no qual ainda são usados correntemente hoje, sobretudo nos países de língua alemã e nos anglo-saxões.

Mais uma palavra a propósito da clarividência, descoberta por Puységur concomitantemente ao sono sonambúlico artificial.

Convencido pela experiência de que um magnetizador hábil pode provocar, em certos indivíduos, estados mais ou menos característicos de clarividência, Puységur afirmava, retomando uma expressão de Mesmer, que a clarividência está em relação com a existência, no ser humano, de um "sexto sentido" que transcende o tempo e o espaço e permite ao homem, em determinadas circunstâncias, descrever acontecimentos distantes ou prever o futuro. Na Mémoire de 1799, Mesmer, por sua vez, esclarece que se trata de um "sentido interno² relacionado ao conjunto do Universo e que poderia ser considerado uma extensão³ da visão". No sono magnético, "as impressões das matérias ambientes, prossegue Mesmer, não se fazem sobre os órgãos dos sentidos externos, mas direta e imediatamente sobre a própria substância dos nervos. O sentido interno torna-se assim o único órgão das sensações*... A perfeição depende (aqui) essencialmente de duas condições: uma é a suspensão total da ação dos sentidos externos; a outra é a disposição do órgão do sentido interno⁵. Este órgão consiste na união e entrelaçamento dos nervos... (Não se trata) de um ponto só ou de um único centro, nem de uma região circunscrita, mas do sistema nervoso por inteiro, isto é, do conjunto⁶ composto de todos os pontos de reunião, como o cérebro, a medula espinhal, os plexos e os gânglios..., submetidos à mesma lei, dependendo uns dos outros e igualmente tendendo a formarem um todo bem ordenado."1

As linhas precedentes atestam a intuição genial de Mesmer sobre o processo de inibição-ativação do sistema nervoso, que reencontraremos mais adiante, neste estudo sobre a sugestão, quando abordarmos os trabalhos de Pavlov. Em resumo, Puységur e Mesmer compreenderam que, por meio de uma inibição provocada e temporária das funções conscientes, é possível, através da sugestão e do magnetismo associados — e há toda razão para pensar que sempre estão — despertar, ao menos em determinados pacientes, capacidades insuspeitas e bem além das normas ordinárias.

Pela impossibilidade de consagrar, aqui, aos êmulos de Mesmer e de Puységur o lugar que merecem, vamos nos limitar à indicação bastante

breve de uma das numerosas direções tomadas pelo pensamento e pela prática mesmerianos na primeira metade do século XIX.

Implantado nos Estados Unidos, como já vimos, pelos franceses da Luisiânia, desde o fim do século XVIII, o mesmerismo animal conheceu aí um rápido desenvolvimento depois de 1810, e notadamente a partir de 1840, em condições muito singulares.

O espírito prático e realizador dos americanos ateu-se não só aos aspectos terapêuticos do magnetismo animal e do sono magnético mas também ao benefício que o espírito humano poderia tirar de um dos elementos puramente psicológicos do mesmerismo: a sugestão. É aos americanos, sem dúvida, que cabe o mérito de, no plano prático, terem sabido dissociar a sugestão do magnetismo animal, discernindo bem cedo e antes de todos, como a sugestão representa uma formidável alavanca para a ação. Cura? Meio de indução a certos fenômenos parapsicológicos? Não só. A sugestão — quer se trate de sugestão a outro ou de auto-sugestão —, concebida essencialmente nos Estados Unidos como uma afirmação positiva, expressa com o vigor e a audácia próprios do espírito pioneiro, encontrou sua aplicação na vida cotidiana, propondo a cada um, doente ou não, os meios de decuplicar sua eficácia prática em todos os domínios de atividade. A importância atribuída ao pensamento positivo, à sugestão e à auto-sugestão otimistas em estado de vigília — sem que o nome sugestão já tivesse aparecido — foi sem dúvida um dos traços mais notáveis da sociedade americana, pelo menos até uma época bem recente.

CAPITULO V

O grande desvio da hipnose:

do braidismo

à escola de Salpêtrière

1. HIPNOSE, SONO MAGNÉTICO E SUGESTÃO

O período 1775-1850 foi uma espécie de idade de ouro do magnetismo animal, ao qual os pioneiros de vários países conseguiram assegurar difusão quase mundial, no caminho inaugurado por Mesmer e continuado por Puységur. Em compensação, verifica-se que o período seguinte, 1850-1880, foi marcado, pelo menos na Europa, por um desinteresse quase geral. Esta queda, esta repentina falta de interesse, este descrédito mais ou menos total do magnetismo animal, subsequente a um entusiasmo muitas vezes desordenado e excessivo, parecem essencialmente devidos ao triunfo generalizado do cientificismo, ligado ao rápido desenvolvimento do progresso técnico e das ciências, lá pelos meados do século passado. O radicalismo sem nuances do cientificismo rejeitava com desprezo e pretendia ignorar fenômenos aparentemente tão pouco racionais e subjetivos como o magnetismo animal, com sua relação afetiva, sua teoria das crises, seu sono artificialmente provocado, seus fenômenos de clarividência e seus recursos aos procedimentos sugestivos.

Pelo meio do século passado, entretanto, um inglês, o médico James Braíd, de Manchester, interessou-se pelo magnetismo animal, mas para logo lhe dar uma orientação que, se de fato lhe granjeou a audiência de certos meios médicos, não deixou de levá-lo através de caminhos que lhe eram fundamentalmente estranhos.

Braid teve ocasião de assistir, em 1841, a uma demonstração pública feita pelo célebre magnetizador francês Lafontaine, a respeito de certos efeitos do sonambulismo artificial. Cético a princípio, Braid refez em casa as experiências a que tinha assistido. Convencido, teve a idéia de substituir a fixação do olhar, de que Lafontaine fazia uso como agente indutor do sono, pela fixação de um objeto brilhante. O resultado obtido — o sono do paciente — foi aparentemente o mesmo.

Numa série de obras publicadas a partir de 1843, Braid desenvolveu sua própria teoria do sono provocado, que designou por um termo novo, por ele forjado, hipnotismo, (do grego hypnos, sono) a fim de substituir a expressão de "magnetismo animal".

Mas, pode-se perguntar, afinal qual a diferença entre hipnose e o sono magnético provocado pelo magnetismo animal? A hipnose, obtida por Braid, pela fixação visual prolongada de um objeto luminoso, era provocada, segundo ele, pela fadiga dos músculos que levantam as pálpebras e pela hiperestimulação da retina, além de ela própria acarretar fadiga sobre o sistema nervoso. A este elemento físico da indução da hipnose, Braid acrescentava um elemento psicológico, o monoideísmo do

espírito absorvido pela concentração sobre o objeto fixado pelo olho. Para Braid, o essencial na hipnose se passa no próprio paciente, e o hipnotizador desempenha um papel bastante secundário, impessoal, o de um simples "mecânico", dizia Braid, cuja função se limita a desencadear certos processos no organismo e no espírito do paciente.

Quanto ao chamado sono magnético, que os magnetizadores obtinham através de seus passes, não era devido, de forma alguma, segundo Braid, a um fluido qualquer, mas unicamente à fadiga nervosa provocada no paciente pela monotonia dos gestos feitos diante dele pelo magnetizador. Sono magnético e hipnose são uma só e mesma coisa. A hipnose, acrescentava Braid, coloca o cérebro do paciente num estado especial, particularmente propício à aceitação das sugestões, em especial as sugestões terapêuticas. Braid parece ter sido o primeiro a usar sistematicamente o termo "sugestão".

. Nem na teoria nem na prática de Braid havia lugar para a relação afetiva e interpessoal entre o indutor e o seu paciente, relação considerada de tanta importância pelos magnetizadores. Adotando a atitude impessoal, que é também a do médico de tipo clássico, o hipnotizador não se envolve. Não que desapareça toda relação entre hipnotizador e hipnotizado. Bem ao contrário. Mas essa relação é uma relação de constrangimento, uma relação que infantiliza o hipnotizado, colocando-o sob a dependência absoluta do hipnotizador. Na hipnose, o paciente é incitado a se concentrar, o indutor lhe dá "ordens": durma, eu quero! Ou ainda: olhe atentamente a minha mão, ou aquele objeto brilhante. Pouco importa, além disso, que essas ordens sejam expressas verbalmente ou não. Pouco importa até a técnica da indução. Esta pode ser puramente corporal: toque dos pontos hipnógenos, por exemplo, ou movimentos imprimidos à cabeça do paciente. A técnica da indução pode consistir também em o paciente escutar um som intenso ou contínuo, o tic-tac de um relógio, ou o batimento de um metrônomo. O importante, aqui, é que o hipnotizador já "decidiu" que o paciente "deve" dormir e lhe ordenou isso verbalmente, mentalmente ou de outra forma. No sono magnético, ao contrário, o magnetizador não decide nada. Já de início ignora se o sono magnético aparecerá ou não. Ele se limita a transmitir o fluxo magnético ao seu paciente. Em relação a este, o magnetizador nada quer, nada pretende. E se há sugestão de sua parte, é uma sugestão que respeita a liberdade do seu paciente. Uma sugestão doce, portanto, que, quanto ao adormecido, tornado excepcionalmente sugestível pelo sono magnético, se limita a favorecer, tanto quanto se pode, o despertar de recursos latentes, sem a intervenção do constrangimento e também sem que o magnetizador se afaste de uma extrema discrição em suas intervenções: sem sugestão doce, reservada e livre não há sono magnético. Um magnetizador consciente do que faz sente-se imperiosamente obrigado a respeitar a liberdade fisiológica e psicológica do seu paciente. Reside

nisso, pelo menos, uma diferença essencial entre o magnetizador e o hipnoti-zador.

Outra diferença entre magnetismo e hipnose foi sublinhada em seus escritos por Henri Durville, uma das grandes figuras do magnetismo francês da primeira metade do século XX. Esta diferença diz respeito ao olhar, considerado essencial por Durville, porque testemunha, de fato, a qualidade da relação interpessoal estabelecida entre o magnetizador e o seu paciente. "Existe, escreveu Durville, um olhar hipnótico e um olhar magnético. Eles não podem ser confundidos. O primeiro é brutal, diminui a personalidade do paciente. O segundo é essencialmente doce, cheio de bondade e bem-querer... Um olhar fascinante... pode impor uma vontade; um olhar magnético, e só ele, inspira confiança... Os olhos são os reveladores de toda a vida psíquica. O olhar traz à luz do dia toda a nossa vida íntima"1.

Em estado de hipnose, o paciente não tem vontade própria nem discernimento. Aceita sem discussão as afirmações mais inverossímeis. Pratica documente as ações mais absurdas. Não se pode razoavelmente esperar que tudo isso contribua para robustecer uma personalidade que em estado de vigília já estaria dando sinais de instabilidade e fraqueza. Praticar a hipnose, durante certo tempo, sobre uma pessoa tem por efeito diminuir de maneira geral sua resistência às sugestões coercitivas na vida diária. A hipnose reiterada diminui o senso de responsabilidade da pessoa sobre a qual ela é exercida. Ela cria automatismos incontrolláveis. Enfraquece a personalidade em seu conjunto e arrisca-se a anulá-la completamente, em certos casos.

Ao contrário, no sono magnético o paciente guarda sempre o controle da sua consciência. Ele se torna sugestionável: permanece livre, aberto, apto a acolher sugestões positivas, preparado para o despertar dos recursos latentes do seu ser físico e psíquico. A hipnose é dependência. O sono magnético é autonomia e autode-senvolvimento. O estado autenticamente sugestionável só aparece no sono magnético, jamais na hipnose. E mais: a capacidade de resistência do paciente às sugestões imorais que lhe seriam feitas durante um sono hipnótico, por exemplo, ou de maneira mais geral sua capacidade de resistência às sugestões constrangedoras das quais é pródiga a vida cotidiana, parece aumentar à medida que progride o tratamento magnético. E na mesma medida também que com o decorrer das sessões o sistema nervoso se acalma e se tranqüiliza em profundidade. Enquanto a hipnose é induzida pela fadiga do sistema nervoso, o sono magnético, ao contrário, só é obtido com a distensão dele, distensão que se aprofunda e se amplia. No sono magnético, o indivíduo atinge uma qualidade de repouso psicológico e fisiológico que o paciente adormecido pela hipnose jamais conhecerá.

Já se observou também há muito tempo que em geral (em geral, e não exclusivamente) é entre os alcoólatras, as pessoas muito nervosas, os instáveis, os histéricos, que estão as pessoas mais facilmente hipnotizáveis, e são elas que, de ordinário, atingem o estado de sono magnético com mais dificuldade. É isso que justifica num certo número de casos o emprego terapêutico temporário da hipnose, que obtém resultados onde não se conseguiria sequer estabelecer o sono magnético. Inversamente, as pessoas nas quais este sono se estabelece mais facilmente parecem em geral ser as mais rebeldes à hipnose e à sugestão compulsória onde ela conta pouco mais, pouco menos. O verdadeiro paciente magnético é geralmente mau paciente hipnótico, e vice-versa.

Depois de Braid, só os magnetizadores tiveram claramente a consciência das diferenças entre sono magnético e hipnose. De fato, para os hipnotizadores, o sono magnético, cuja voga esteve aliada à do magnetismo animal, simplesmente não existe, como já vimos. Ele e a hipnose são a mesma coisa. E este ponto de vista é o de quase todos os autores até hoje, de Braid ao próprio Lozanov, e também o de Ellenberger que, em sua magnífica obra já citada, *A la Découverte de l'Inconscient*, não diz uma só palavra sobre a distinção.

Esta confusão entre hipnose e sono magnético logo levou o sonambulismo artificial pelo caminho da hipnose, e isto é um desvio fundamental em relação à orientação dada por Puységur e seus êmulos.

A recuperação do sonambulismo artificial por Braid e, a seguir, pelos médicos que se interessaram pela hipnose, teve outra consequência grave, no que diz respeito, especialmente, à história da sugestão. No espírito dos médicos hipnotizadores, e, pouco a pouco, no espírito do grande público da segunda metade do século XIX, a sugestão — termo que, como vimos, Braid começou a vulgarizar — foi e continuou associada à hipnose, prática que aos olhos de muitos continuaria misteriosa e inque-tante.

Confundida com a hipnose, faltava à sugestão, para acabar de ser entendida em sentido contrário pelo grande público e por ele totalmente desvalorizada, ser associada às doenças mentais. Esta associação, mais particularmente na França, foi obra da escola de La Salpêtrière.

2. CHARCOT: SUGESTÃO E HISTERIA

Alertado pelos trabalhos do médico e fisiologista Richet, e também pelos de Burq, mais ou menos da mesma época, sobre a influência de certos metais nos estados hipnóticos, Jean-Marie Charcot, na ocasião tido mundialmente por mestre inigualado da observação clínica e considerado o maior neurologista do seu tempo, a partir de 1878 decidiu estudar experimentalmente a hipnose no seu serviço neurológico para mulheres do hospital La Salpêtrière, de Paris, onde até então se dedicara ao estudo e ao tratamento da histeria².

Charcot atribuía à histeria i causas psíquicas. A histeria ocorre, afirmava, depois de um choque psicológico. Contrariamente à opinião até então prevalecente, a histeria não é, segundo Charcot, ligada a uma lesão física do sistema nervoso. Ela é pós-traumática, causada pela vivência mental do traumatismo, por sua reminiscência.

Charcot apresentava como prova da etiologia psicológica da histeria, as paralisias que ela provocava entre seus doentes, por simples sugestão. Mas a esta etiologia mental da histeria, Charcot associava um substrato fisiológico, uma hiperexcitabilidade — ou uma inibição — inata ou adquirida do sistema nervoso e que ele designava pela expressão de "lesões dinâmicas funcionais" por oposição às lesões anatômicas habituais.

Charcot não escondia que esse substrato fisiológico ainda estava para ser descoberto, tanto em suas localizações como quanto aos seus mecanismos.

Na verdade, o ponto de vista de Charcot sobre a questão fundamental da etiologia psicológica ou fisiológica das doenças mentais estava marcado por uma profunda ambigüidade. Charcot continuava, apesar de tudo, discípulo de Laënnec e partidário convicto do método anátomo-clínico.

Charcot era neurologista. Sua concepção da histeria tendia mais para o orgânico-dinâmico, para o somático, do que para o psicológico. Tratava-se de fato de uma concepção fisiológica e funcional.

Em 1882, numa ruidosa comunicação à Academia de Ciências, Charcot dava conta dos seus trabalhos sobre o hipnotismo e de suas descobertas, em particular dos três estados da hipnose: letargia, catalepsia, sonambulismo. Devido a seu imenso prestígio científico esta comunicação marcou o início de uma nova era na história da hipnose. Esta se convertia em fenômeno científico totalmente reconhecido, sobre o qual poderiam debruçar-se daí em diante, e sem demérito, os representantes da ciência oficial. Invocando mais ou menos diretamente a escola de La Salpêtrière e os ensinamentos de Charcot, numerosos médicos e pesquisadores se interessaram pela prática e pela teoria da hipnose: Bourru e Burot, Paul Richer, Demarquay, Dumontpallier, Luys, Pitres, Brémaud, Delboeuf e muitos outros, sem contar os inumeráveis médicos franceses e estrangeiros que, na qualidade de estagiários, passaram pelo serviço de Charcot. Tal foi o caso, em particular, do jovem Freud que, em La Salpêtrière, com Charcot, em 1885--1886, fez um estágio do qual voltaremos a falar.

Infelizmente, para a glória de Charcot, Freud escolheu para objeto de suas experiências sobre a hipnose as mais influenciáveis dentre as doentes histéricas de La Salpêtrière. Estas estavam acostumadas a simular crises típicas de histeria, seja por imitação mútua, seja pelo efeito de sugestões inconscientes da parte dos médicos, e continuaram no seu jogo, inconscientemente ou não, durante as sessões de hipnotismo, ao mesmo tempo para se tornarem interessantes e darem um prazer ao mestre. O

anfiteatro de La Salpêtrière, em pouco tempo, se tornou o ponto de encontro da Paris elegante. Às sextas-feiras, ia-se a La Salpêtrière como se ia ao teatro. E o diretor do espetáculo era o próprio Charcot. O mestre apresentava suas pacientes em estado de hipnose em grandes cenas de histeria, muitas vezes extremamente teatrais. Com seu talento inato de ator, Charcot executava ao mesmo tempo o seu número pessoal de grande chefe de clínica onisciente e infalível, meio homem de ciência, meio mágico. Os assistentes de Charcot, a quem cabia a tarefa de colocar as pacientes em estado hipnótico, recorriam a processos de extrema brutalidade: luz muito viva apontada de repente para os olhos das doentes, batidas de gongo ou assobio estridente lançados bruscamente aos seus ouvidos, vigorosas bofetadas, com panos molhados, dadas de repente em seus rostos, etc. Era a isso que se chamava grande hipnotismo, em oposição ao pequeno hipnotismo praticado fora da clínica de Charcot, segundo os processos ordinários do braidismo e sobre pacientes mais ou menos normais. Quanto às sugestões feitas pelo próprio Charcot às internas de La Salpêtrière que serviam para as demonstrações públicas, não eram somente injunções de tipo autoritário dadas em tom imperioso. Faltava-lhes também e com muita freqüência um mínimo de humanidade e de respeito a que os doentes tinham direito de esperar de quem fazia a experiência. Foram muitos os que, como Léon Daudet, os Goncourt, Axel Munthe, no Livro de San Michelle, consideraram de mau-gosto e indecentes as sessões de La Salpêtrière e também as atitudes pessoais daquele em quem os Gongourt viam o tipo perfeito do "tirano universitário".

A histeria das doentes de Charcot falseava gravemente as experiências de hipnose a que eram submetidas. Charcot expôs-se perigosamente à crítica quando, enganado pela semelhança de suas observações sobre a histeria e a hipnose, afirmou sem relutância, em 1888, que a histeria, a hipnose e também a sugestão são fenômenos da mesma natureza: a hipnose é, segundo ele, apenas uma manifestação puramente patológica, produzida por excitações físicas ou, em grau menor, por sugestão, e suscetível de ser observada somente em histéricos cuja sugestibilidade era, sempre segundo ele, um dos traços mais característicos. A hipnose, segundo Charcot, não passa de uma crise de histeria, uma histeria provocada artificialmente. Todo indivíduo hipnotizável ou simplesmente sugestionável revela, exatamente por isso, uma diátese histérica. A sugestibilidade diz respeito à patologia.

Quanto à sugestão, como era entendida e praticada em La Salpêtrière, não passava de uma arma entre outras, è de porte bastante limitado, no arsenal da luta contra as doenças mentais. Um processo autoritário, violento, cujo uso só se podia conceber quando aplicado a espíritos enfraquecidos e associado estreitamente com a hipnose. Uma sugestão terapêutica da qual,

apesar de certas aparências, estava ausente toda preocupação realmente psicológica.

Como escreveram Chertok e Saussure, "a sugestão era tida (em La Salpêtrière) por um processo mecanicista, explicado numa linguagem psico-neurofisiológica que se pretendia científica... A relação hipno-sugestiva assim ficava "despersonalizada", o que se pode interpretar no sentido de uma resistência crescente do médico a assumir um papel nessa relação"³. Velho problema. A recusa do hipnotizador-sugestionador de envolver-se pessoalmente fazia-o adotar, em relação aos seus pacientes, uma atitude voluntariamente distante, feita de frieza impessoal e de autoridade, conscientemente ou não, dominadora. Tal atitude, por si, já constituía um traumatismo suplementar ao doente. Em nome

de uma certa concepção positivista de objetividade científica, procurava-se ignorar um dos elementos essenciais de toda sugestão: o liame, a relação afetiva. Negando esta relação, recusando-a, simplesmente substituíram-na por outra: uma relação de frieza, de constrangimento. De maneira geral, e exatamente por causa dessa atitude, a escola de La Salpêtrière só tirou um partido derrisório dos recursos terapêuticos da sugestão.

Nos últimos anos de sua vida, Charcot, que escreveu um curioso artigo sobre "a fê que cura", parece ter concebido algumas dúvidas a respeito dos seus pontos de vista anteriores em matéria de hipnose e sugestão. Ele teria tido intenção de retomar inteiramente o estudo do problema. Mas não teve tempo: morreu de repente em 1893. Sua glória não sobreviveu a ele.

Expostas aos ataques virulentos da escola de Nancy, da qual vamos falar incessantemente, as teorias de Charcot sobre hipnose-histeria desabaram definitivamente quando, em 1901, seu discípulo e colaborador preferido, Babinski, deu-lhes o tiro de misericórdia ao proclamar que a histeria não existe, pois é unicamente o produto de uma simulação inconsciente ou da sugestão do médico.

À escola de La Salpêtrière convém ligar um cirurgião um pouco tardio, Pierre Janet, filósofo, médico e psicólogo que, de 1893 a 1910, dirigiu em La Salpêtrière o laboratório de psicologia experimental criado por Charcot um pouco antes de sua morte. Janet em seguida deu prosseguimento, nas condições bem particulares do Collège de France, onde ensinou de 1902 a 1935, a uma brilhante e longa carreira de professor sem alunos e de pesquisador sem laboratório, nem serviço clínico de psicologia, pois o Collège não comporta nem uns nem outros.

Eclipsado pelos êxitos de Freud, Janet entrou num esquecimento provavelmente imerecido. Alguns sinais recentes fazem pensar que sua obra um dia talvez ainda saia desse esquecimento.

Janet interessou-se pela hipnose e pela sugestão, principalmente em suas primeiras pesquisas e são famosas suas experiências de 1886-1889 sobre a hipnose à distância.

Discípulo de Charcot, Janet vê no fenômeno sugestivo, associado ou não à hipnose, um fato senão sempre patológico pelo menos nitidamente ligado a um estado anormal e diminuído da consciência. Janet dá a seguinte definição de sugestão: "A influência de um homem sobre outro, exercida sem a intermediação do consentimento voluntário"⁴. Para Janet, esta ausência de consentimento voluntário decorre de uma diminuição do campo da consciência, que denota uma fraqueza psicológica, uma deficiência das funções superiores de síntese psíquica, uma "desintegração mental" mais ou menos pronunciada. A psicologia de Janet permanece, aqui, fundamentalmente, uma psicologia do consciente: fora do consciente não há salvação.

Na segunda parte de sua obra, dedicada aos "automatismos parciais", Janet sem dúvida concede que certos estados de sugestão podem decorrer de "uma distração momentânea do paciente"⁵. Janet opõe, à sugestão direta, aquilo que chama de sugestão por distração, na qual a atenção consciente do paciente é desviada para outro objeto, enquanto a sugestão desejada é feita em voz baixa. Veremos mais adiante o partido que Lozanov e a escola de Sofia tiraram dessa idéia de Janet.

Em resumo: Janet viu na sugestão um fenômeno apenas patológico, não tendo compreendido seu imenso interesse terapêutico. A sugestão que cura escapou-lhe. Como Charcot, Janet só se interessou por um dos dois protagonistas da sugestão: o sugestionado, e nem um pouco pelo outro: o sugestionador. O grande mérito de Janet, entretanto, foi o de se ter dedicado, para melhor estudá-lo, a isolar o fenômeno sugestivo, em grau maior do que se fizera até então. Pode-se lamentar que Janet, depois da morte de Charcot, não tenha levado mais adiante suas pesquisas nessa direção.

Este isolamento do fenômeno sugestivo, prelúdio da descoberta posterior de sua autonomia específica, foi à escola de Nancy que coube o mérito de ter sido, com mais vigor e perseverança do que Janet, o verdadeiro artesão.

CAPITULO VI

A escola de Nancy:

a sugestão médica

no estado de vigília

Salvo nos Estados Unidos, onde adquiriu um aspecto muito particular, muito psicológico, embora sem ser assim identificada, a sugestão permaneceu, a partir do fim do século XVIII, primeiro estreitamente ligada ao sonambulismo artificial, no quadro do magnetismo animal de Puységur e seus discípulos, e doravante ao quadro da hipnose. É certo que alguns magne-tizadores franceses do século XIX, como du Potet e Noizet, já tinham observado que, às vezes, era possível obter, em estado de vigília, certos efeitos habituais do sono sonambúlico. Mas nem por isso a sugestão, que ao menos em parte está na origem de tais efeitos, foi isolada como fenómeno específico. Caberia a Liébeault e a Bernheim serem os pioneiros de uma primeira tomada de consciência a este respeito, fato capital na história da sugestão.

Nada predispunha Liébeault, modesto médico rural instalado nas proximidades da antiga capital da Lorena, a vir a ser o inicia-dor daquilo que mais tarde seria chamada de escola de Nancy.

Homem simples e desinteressado, indiferente aos modismos científicos, Liébeault, ainda jovem interno, interessara-se desde 1848 pelo magnetismo e pelo sono sonambúlico. Depois de médico, recorreu cada vez mais não ao magnetismo mas à hipnose inspirada nos ensinamentos de Braid, numa época em que, na França, nada parecia poder tirar as práticas sonambúlicas do descrédito quase total em que tinham caído. Considerado charlatão e meio louco pelos seus colegas médicos porque, circunstância agravante, não cobrava honorários das pessoas pobres quando as tratava por meio da hipnose, Liébeault acabou adquirindo na região de Nancy uma sólida reputação, não de médico mas de curandeiro. Em 1866, publicou seu primeiro livro sobre as próprias experiências de hipnotismo: em dez anos vendeu-se só um exemplar dessa obra.

A hipnose praticada por Liébeault era de fato bem pouco hipnótica no sentido de que esta palavra era revestida até então. Para começar, segundo Liébeault, para provocar o sono sonambúlico não havia necessidade de se utilizar passes ou manipulações físicas. Também não era preciso recorrer à técnica do braidismo, que consistia na fixação de um ponto brilhante.

Liébeault contentava-se em convidar o paciente a dormir, descrevendo-lhe em voz doce e monótona, que em certos momentos se tornava ligeiramente mais firme, os vários sintomas que precedem o sono: peso das pálpebras, sensação de entorpecimento, distensão do espírito e do corpo, redução das sensações vindas do mundo exterior, etc. Tratava-se do que Liébeault chamou de "sono parcial", aparentado ao sono normal e provocado unicamente pela sugestão verbal que insinua progressivamente no espírito

do paciente a idéia e o desejo de dormir. Uma vez mergulhado num sono que em princípio deveria ser leve, Liébeault se limitava a assegurar firmemente ao paciente que os seus sintomas tinham desaparecido. Nada de passes, nada de manipulações. Ainda assim, o método, embora inteiramente novo, era puramente sugestivo. Permanecia sempre o mesmo, fosse qual fosse a doença tratada, e se revelou bastante eficaz em milhares de casos, inclusive em algumas experiências de partos hipno--sugestivos mais ou menos indolores conseguidos por Liébeault nos anos 70 do século passado.

Era, como mais tarde escreveu Bernheim, "a teoria psicológica pura, em substituição à teoria fluídica de Mesmer e a teoria psico--fisiológica de íraïd"¹. Tudo está no espírito. Tudo é sugestão. E acrescenta Bernheim: "Liébeault teve o mérito de haver erigido em sistema e em método a psicoterapia sugestiva durante o sono provocado... Liébeault foi o primeiro a recorrer à sugestão verbal no sono provocado. Ele faz dormir pela palavra e cura pela palavra. Ele coloca no cérebro a imagem psíquica do sono e procura colocar aí a imagem psíquica da cura"².

Na realidade, as coisas eram um pouco menos simples do; que pretendia Bernheim. Se Liébeault foi efetivamente "antifluidista" em todos os primeiros anos de sua prática de hipnotizador, também desde 1868 emitira a opinião de que o sono sonambúlico poderia ser devido ao mesmo tempo a uma causa psicológica e à "ação nervosa direta de homem a homem", que Liébeault chamava de "zoomagnetismo", o que lembra estranhamente o velho magnetismo animal de Mesmer. Era o ponto de vista sustentado em 1883, quando publicou seu *Étude sur l'è Zoomagnétisme*. Em sua prática daqueles anos, o médico de Nancy não hesitou em utilizar a água magnetizada e em tratar dos seus pacientes impondo-lhes as mãos sobre as partes doentes.

Entretanto, o nome de Liébeault provavelmente teria permanecido desconhecido, e ignorados os seus pontos de vista sobre a sugestão, se não tivesse encontrado Bernheim em 1882.

Com 45 anos de idade em 1882, professor titular de medicina interna na Faculdade de Medicina da Universidade de Nancy, Bernheim, cuja reputação já estava firmada há bastante tempo, ouviu falar, inteiramente por acaso, das curas "milagrosas" de Liébeault. Curioso, fez-lhe uma visita e, cético no início, logo foi conquistado por suas idéias. Convertido ao sono sonambúlico e à sugestão, Bernheim exprime publicamente sua admiração por Liébeault e apresenta os seus trabalhos ao mundo médico. Declara-se abertamente aluno dele, torna-se seu amigo e, em 1883, introduz seus métodos terapêuticos em seu serviço no hospital. A partir daí estabelece-se entre os dois homens uma estreita colaboração que, logo estendida a um pequeno grupo de médicos, cirurgiões, fisiologistas e até criminologistas e juristas, deu nascimento à célebre escola de Nancy, cuja

reputação logo se tornaria mundial e na qual se baseariam, embora de forma geralmente bem pouco clara, numerosos médicos ou psiquiatras, como Moll e Schrenk-Notzing na Alemanha, Krafft-Ebing e Breuer na Áustria, Auguste Forel e Bleuler na Suíça, Van Renterghem e Van Eeden na Holanda, Wetterstrand na Suécia, Bechterev na Rússia, Bramwell na Inglaterra, Sidis, Prince e Adolf Meyer nos Estados Unidos.

Num primeiro momento, Liébeault sofreu fortemente a influência de Bernheim, ligando-se aos seus pontos de vista que, depois da publicação de suas duas obras fundamentais sobre a sugestão em 1884 e 1886, o transformaram em chefe da escola de Nancy e logo o converteriam no mestre mundialmente consagrado da psicoterapia sugestiva.

Bernheim foi muito mais longe do que Liébeault. Para Bernheim não existe um estado especial e anormal que se denominaria de hipnose. Existe somente a sugestão. A hipnose não passa de um estado de sugestão exaltada. A hipnose não é de forma alguma, como o pretendia Charcot, que aqui adota posição diametralmente oposta à dele, um fenômeno patológico ligado à histeria. "O estado hipnótico, escreve Bernheim, exagera (somente) a sugestibilidade normal."³ Todos os seres humanos normais, segundo Bernheim, são hipnotizáveis, isto é, sugestio-náveis em diferentes graus, segundo os seus coeficientes pessoais de sugestibilidade. Assim, não é absolutamente necessário recorrer ao sono sonambúlico para obter os resultados habituais da hipnose: anestesia, contraturas, alucinações, obediência passiva, etc.

Basta praticar a sugestão em estado de vigília para observar as mesmas reações. É suficiente imaginar tal ou qual estado fisiológico sensorial ou psicológico para apresentar os respectivos sintomas somáticos e sentir os seus efeitos. O adormecimento da hipnose não serve para nada. A cura não está ligada ao dormir mas apenas à sugestão.

Escreve Bernheim: "Os fenômenos de sugestão são função de uma propriedade do cérebro que pode ser acionada no estado de vigília: a sugestibilidade"⁴. "A sugestibilidade, prossegue Bernheim, é a aptidão do cérebro para receber ou evocar idéias e sua tendência a realizá-las, et transformá-las em atos... Toda idéia, quer seja comunicada por palavras, pela leitura, por uma impressão sensorial, sensitiva, visceral, emotiva, quer seja evocada pelo cérebro, na realidade é uma sugestão... Todo fenômeno de consciência é uma sugestão... Toda idéia sugerida tende a se transformar em ato... É a lei do ideodinamismo"⁵.

Em escrito anterior⁶, Bernheim já dera a seguinte definição de sugestão: "É sugestão tudo o que diminui a atividade das faculdades da razão, tudo o que suprime ou atenua o controle cerebral. Este fenômeno, por um lado reforça a criatividade e, de outro, exalta o automatismo cerebral, isto é, a aptidão de transformar a idéia em ato (ideodinamismo)". Este estado psíquico propício ao ideodinamismo não é nem o sono nem a hipnose; as

instâncias superiores do controle mental consciente nele estão diminuídas e são as instâncias inferiores do cérebro que regem o comportamento. Depois de primeiro ter praticado, a exemplo de Liébeault, a terapia sugestiva sob hipnose, Bernheim, preocupado em evitar a absoluta dependência em que esta coloca o paciente, passou rapidamente a negar toda a existência dessa mesma hipnose. Para o chefe da escola de Nancy, em definitivo só existiam a sugestão e a sugestibilidade, elementos naturais, fundamentais, irredutíveis, da vida psíquica de todo ser humano. Nem tudo está na sugestão, mas a sugestão está em tudo", afirmava Bernheim.

Esclareçamos a questão: o que se pode censurar mais válida-mente à escola de Nancy — e o que não o deixaram de fazer em particular psicanalistas como Chertok e Saussure — é o ter desconhecido quase totalmente a importância do fator recíproco e afetivo latente nos fenômenos sugestivos, de ter despersonalizado a relação e, exatamente por isso, ter passado ao largo do essencial da sugestão. Não é que Bernheim e sobretudo Liébeault não estivessem conscientes da importância do elemento pessoal na relação entre o médico e o seu paciente e da força sugestiva que emana da própria pessoa do primeiro. Mas um e outro entendiam essa força como sendo essencialmente a da vontade do médico e não a da sua afetividade. A sugestão, na escola de Nancy, permanecia uma sugestão imposta, autoritária, de tipo impessoal, na qual o suggestionador não se envolvia, colocando-se fora da relação que, no entanto, ele estabelecia entre si mesmo e seu paciente. A relação continuava uma relação de desigualdade. Quanto a isto, a situação não mudara muito, comparada com a que, na mesma época, prevalecia no que diz respeito à sugestão hipnótica. A principal clientela de Bernheim permanecia a mesma dos médicos hipnotistas: crianças ou gente pobre, operários e camponeses habituados à submissão e que aceitavam bem o tom naturalmente imperioso e autoritário que era o do chefe da escola de Nancy. As pessoas mais bem situadas repeliam esse tom. O que desejavam era "uma terapia para pessoas cultas", como observou Ellenberger: "um método não autoritário, que não entrasse em nada a liberdade individual, contentando-se com explicar ao paciente o que se passa em seu espírito"⁷.

Foi isso que percebeu intuitivamente e com muita clareza um antigo discípulo de Bernheim, e que se tornaria um dos seus mais resolutos opositores, Dubois (de Berna) que, sob o nome de sugestão racional, procurou, em 1900-1910, dar os direitos que lhes cabem na psicoterapia, ao mesmo tempo à razão, à persuasão e, embora em grau menor, à relação afetiva entre o terapeuta e o seu paciente. Apesar de não ter compreendido o papel do inconsciente neste domínio, Dubois pelo menos discerniu este fato muito importante em matéria de sugestão, isto é, que, judiciosamente utilizados, a razão explicativa e o diálogo com o paciente podem ao mesmo

tempo converter-se em barreira eficaz contra o que há de arbitrário na sugestão, humanizando-a.

Outro psicoterapeuta de valor, o médico e neurologista francês Déjerine, mais ou menos na mesma época, por volta de 1910, criticou Bernheim com muita violência. Déjerine sustentava que uma atmosfera de confiança, criada pelo sentimento, na relação entre o médico e o seu paciente, constituía-se em elemento indispensável ao êxito de qualquer psicoterapia. E tal atmosfera de confiança supõe um clima de ausência de constrangimento e a liberdade na relação terapêutica.

Sob outro ponto de vista, o que também se pode censurar na escola de Nancy é sua recusa em admitir, mesmo a título de hipótese, que possa existir em qualquer terapia sugestiva a ação concomitante da sugestão e da irradiação magnética. Quando se sabe que Bernheim geralmente praticava a sugestão em estado de vigília através da fixação do olhar ou do contacto das mãos, e que Liébeault, mesmo sugerindo a cura, impunha as mãos sobre os órgãos doentes (ao menos durante a maior parte da sua carreira de terapeuta), e que os dois chefes da escola de Nancy houveram por bem afirmar que não atribuíam qualquer valor magnético a esse gestos, mas apenas um valor sugestivo, não se pode deixar de pensar que de forma alguma tinha sido feita a demonstração da realidade exclusiva da sugestão. Na verdade, quanto a isso, é principalmente Bernheim que deve ser posto em causa. Liébeault sustentou o ponto de vista da sugestão exclusiva apenas durante um período muito breve da sua carreira, e sob a influência de Bernheim. Antes e depois dos anos 1887-1895, Liébeault dizia-se convencido da existência conjunta da sugestão e da irradiação magnética. Apesar das críticas que se lhe podem fazer, permanece o fato que a escola de Nancy desempenhou na história da sugestão um papel cuja importância é muito grande. De fato, pela primeira vez, a sugestão aparecia como um fenómeno autónomo, específico, dotado de terminologia que lhe seria própria; os escritos a ela referentes, de Bernheim e de outros autores da escola, rapidamente difundiram-na e lhe deram crédito junto ao mundo científico e ao grande público. A sugestão diferenciou-se da hipnose, separou-se dela, e, com Bernheim, finalmente acabou por absorvê-la, o que já era levar as coisas muito longe, como seria demonstrado por pesquisas posteriores.

Além disto, o que é fundamental, pela primeira vez era afirmado o carácter normal, ordinário, natural, geral, e ao mesmo tempo positivo, benéfico, desejável, da sugestão, considerada até então, por todos os seus praticantes e pelos autores, não só como índice de uma vontade fraca e deficiente mas verdadeiramente como sinal de uma doença mental caracterizada. Para a escola de La Salpêtrière a sugestão ligava-se à psicologia patológica. A escola de Nancy, ao contrário, reintegrou a sugestão ao domínio da psicologia normal. Ela teve o grande mérito de tornar abundantemente

proveitosos os recursos da sugestão no tratamento das doenças tanto psicológicas como fisiológicas, inaugurando assim a era da medicina psicossomática moderna.

CAPÍTULO VII

O método Coué e a auto-sugestão consciente

Nascido em Troyes, em 1857, de velha família da aristocracia bretã arruinada pela revolução de 1830 e fixada na capital da Champagne, Coué, farmacêutico estabelecido em sua cidade natal, era um homem simples e bom, sensível e desinteressado, animado pelo desejo profundamente sincero de ajudar e consolar o próximo. O exercício da profissão de farmacêutico logo o convenceu da imensa importância da sugestão no domínio da terapia. Como escreveu R. L. Charpentier¹, "não lhe escapava a importância do moral sobre a eficácia do remédio para aqueles que o procuravam, ansiosos ou cheios de esperança quanto à receita prescrita. Ele via o papel que desempenha o temor ou a confiança, a força da palavra que encoraja, o valor do conselho dado como boa vontade".

Coué verificou que a eficácia de um medicamento é ligada muito menos à sua ação intrínseca do que à confiança que o doente lhe dedica. Um dia, Coué deu um frasco de água destilada a um cliente, fazendo-o crer que se tratava de medicamento de infalíveis resultados curativos. Alguns dias depois, o paciente volta para agradecer a Coué, declarando-se curado. Cura devida à imaginação e ligada ao "efeito placebo". Um medicamento prescrito pelo médico, sem nenhuma explicação, quase não dá resultados; o mesmo medicamento "cura" o paciente se o médico que o receita tem o cuidado de assegurar-lhe que a poção, as gotas ou as injeções prescritas vão regularizar seu fígado, drenar sua vesícula, diminuir sua tensão, etc. O medicamento simplesmente terá servido de suporte à sugestão médica. Convencido do papel primordial da imaginação e do extraordinário poder da sugestão, Coué se apaixona pelos primeiros escritos da escola de Nancy. Em 1885-1886, vai para a capital da Lorena seguir os ensinamentos de Bernheim e Liébeault, observando a prática que faziam da sugestão. Nos anos seguintes, continuando a exercer sua profissão, Coué tomou conhecimento de obras americanas de inspiração mais ou menos religiosa e dedicadas ao pensamento positivo e à cura sugestiva. Foram leituras decisivas que, depois da eliminação daquilo que Coué chamava de "contexto místico", levaram-no à convicção de que o elemento essencial de toda sugestão está, em definitivo, em sua aceitação por aquele que dela é objeto. Em outras palavras, a auto-sugestão, uma lei que Coué assim formularia: "A sugestão só age com a condição de ter sido transformada em auto-sugestão, isto é, de ser aceita".

Coué, como muitos outros, ficou chocado, estarecido, com o estilo autoritário da sugestão da maneira praticada por Bernheim. Evidentemente,

menos do que na hipnose, a dependência em relação ao sugestionador, criada por essa prática, levou Coué a ver na auto-sugestão consciente a solução para o problema da liberdade do paciente, cuja importância decisiva ele pressentiu. Não é necessário outra pessoa, cada um pode se transformar em seu próprio sugestionador, pensa Coué. Assim, tanto evita-se o surgimento de uma situação de dependência como fica assegurada a ação durável da sugestão, pois depende de cada um renová-la verbalmente dia a dia. E assim, ainda segundo Coué, é atingido o domínio de si mesmo pela auto-sugestão consciente. Se Coué, na verdade, ligou seu nome principalmente à cura das doenças pela auto-sugestão, também não deixou de afirmar o valor do seu método nos domínios do ensino, da educação e da formação moral. "A sugestão — escreveu Coué — é uma espécie de alimento moral, tão necessário, senão mais, do que o alimento físico"². Em 1902, com 45 anos, Coué decide ir para Nancy, cidade natal de sua mulher, e aí dedicar-se inteiramente, e de forma benéfica, à iniciação dos seus contemporâneos nos benefícios da auto-sugestão. Coué tinha alma de apóstolo. Até 1926, data de sua morte, desenvolveria prodigiosa atividade. Na França, em vários países da Europa e até nos Estados Unidos, quando se apresentou a ocasião, multiplicaria reuniões, conferências, consultas particulares e sessões públicas a respeito da auto-sugestão, sem jamais aceitar pessoalmente um só centavo de ninguém. Durante estes vinte e quatro anos, centenas de milhares de ouvintes participaram de forma ativa das muitas assembleias "auto-sugestivas" organizadas por Coué. Mais de 150.000 pessoas reconheceram-se devedoras a Coué, ao seu método ou por uma cura completa ou pela melhora acentuada da saúde (97% de êxito, segundo Coué). Criado em 1923, o Instituto Coué daria continuidade, em Paris, por mais de meio século, ao ensino e à difusão do célebre método.

Em que consiste o método Coué? É muito simples e se acha exposto em cada um dos únicos três livrinhos (traduzidos em vinte línguas) escritos por aquele que, não obstante o título que lhe atribuíram, de chefe da nova escola de Nancy, permaneceu sempre um prático, um empírico e um filantropo despojado de qualquer ambição pessoal.

A primeira faculdade do homem não é a vontade e sim a imaginação, proclamava Coué, que acrescenta: imaginação e inconsciente são uma e mesma coisa. É a imaginação, o inconsciente que nos faz agir, que nos conduz, e não o ser consciente e voluntário que conhecemos e acreditamos ser. Quando vontade e imaginação entram em conflito, afirma Coué, é sempre a imaginação que vence. Não somente não fazemos aquilo que queremos fazer mas, em muitos casos, fazemos exatamente o contrário. E as coisas ruins que nos acontecem são, com muita frequência, aquelas que temíamos que fossem acontecer. Nossa imaginação, consciente ou inconsciente, termina por engendrar o que mais tememos.

"Na realidade, escreve Coué, somos apenas pobres fantoches da nossa imaginação, que tem os fios de tudo. Só deixaremos de ser esses fantoches quando tivermos aprendido a conduzi-la"³.

Como conseguir domar e dirigir nossa imaginação? É muito simples, responde Coué: pela auto-sugestão, que ele definia como sendo "a implantação de uma idéia em si mesmo, por si mesmo".⁴

"Enquanto, habitualmente, nós nos auto-sugerimos inconscientemente, basta passarmos a fazê-lo conscientemente, prossegue Coué. O processo consiste no seguinte: primeiro pensar bem, com a razão, as coisas que devem ser objeto da auto-sugestão e, conforme ela responda sim ou não, repetir muitas vezes e sem pensar em outra coisa: "isto vem" ou "isto passa", "isto vai ser assim" ou "isto não vai ser assim", etc. E se o inconsciente aceitar esta sugestão, se ele se auto-sugerir, ver-se-ão as coisas se realizar ponto por ponto"⁵, em virtude da lei já enunciada por Bernheim e reafirmada com convicção por Coué segundo a qual toda idéia que ocupa o nosso espírito com exclusividade tende a se transformar em ato. Com a condição, bem entendido, de que pertença ao domínio das possibilidades: a auto-sugestão jamais faria crescer de novo uma perna amputada. No domínio do possível, entretanto, tudo é fácil, enuncia Coué. Todos nós ignoramos o quanto somos pessimistas. E Coué se propôs a despertar ou redespertar o otimismo em cada um de nós.

Outra fórmula de auto-sugestão preconizada por Coué, particularmente para a cura de doenças físicas ou psíquicas, é a célebre: "Todos os dias, sob todos os pontos de vista, vou de bem a melhor", para ser repetida todas as manhãs ao despertar, a meia voz, na cama, assim como todas as noites, de olhos fechados, umas vinte vezes, sem que absolutamente seja necessário, acrescenta Coué, saber nem apontar que órgão esteja doente para curá-lo. É inútil fazer auto-sugestões particulares; a fórmula é geral. Vale para tudo. Para que a auto-sugestão consciente, assim praticada, produza os efeitos que dela se esperam, é preciso, esclarece Coué, que se reúnam muitas condições: a vontade não deve intervir em nada, tudo deve se passar simplesmente, naturalmente, sem o menor esforço e sem se procurar fixar a atenção sobre o que se diz. A pessoa deve ficar em posição favorável à distensão muscular, ou na cama ou numa poltrona confortável. A fórmula auto-sugestiva deve ser repetida maquinalmente, "no tom empregado para rezar as ladainhas"⁶.

O que pensar de tudo isso?

Um primeiro fato parece incontestável: isso funciona. São muito numerosos, para que se possa duvidar, os testemunhos do êxito do "método Coué", passados e presentes, particularmente em matéria de cura. Mas um segundo fato também parece incontestável: isso não funciona sempre, nem em todos os domínios, nem com todo mundo. Cada um pode se convencer disso facilmente: basta que o êxito da auto-sugestão não seja tão evidente

nem tão fácil como afirma Coué. Por que isso? Por que os sucessos, os meios sucessos, os fracassos? Coué, antes de tudo prático e empírico, realmente não se ocupou em tirar isso a limpo.

Observemos, para começar, que a' auto-sugestão preconizada por Coué começa sempre por uma sugestão exercida por outra pessoa, no caso a que a propôs. E parece que o êxito ou o insucesso das auto-sugestões posteriores depende essencialmente do êxito ou do insucesso da sugestão inicial. Quanto aos elementos que asseguram o êxito dessa primeira sugestão, basta ouvir o próprio Coué: "Os conselhos a seguir, para que sejam obtidas boas auto-sugestões dos doentes, são curtos mas suficientes quando bem observados: ser seguro de si, demonstrando isso pelo tom de voz; ser simples nas maneiras e no modo de exprimir-se; ser, porém, muito afirmativo e parecer comandar o doente"⁷, em tom "seco e imperativo", diz ainda Coué, que esclarece: "um tom de comando que não sofra desobediência". E mais além: "Faça com que suas palavras estimulem no doente um sentimento de relacionamento amigável e de inteira confiança e ele lhe dará toda a atenção de que você precisar. Depois que você fizer nascer nele uma condição mental tal que ele se sinta satisfeito e com boas disposições, e que lhe tiver demonstrado que você é seu amigo, você facilmente terá êxito".⁸ "Falar com a voz baixa de quem está acostumado a ser obedecido... Nossa voz é o que fizemos dela; é suscetível de ser cultivada e devemos cultivá-la"⁹.

Os depoimentos dos doentes enfatizam o clima muito particular de confiança, de fervor e de entusiasmo coletivos durante as sessões públicas de sugestão e de iniciação à auto-sugestão organizadas por Coué. Tais depoimentos também insistem na benevolência de Coué, no "conforto" que ele sabia proporcionar a todos, na "bonomia sorridente e forte cujo segredo possuía", no seu devotamento, modéstia e desinteresse e, acima de tudo, no sincero e profundo amor ao próximo que animava o humilde farmacêutico da Champagne. O sucesso do método Coué, em grande parte, era o próprio Coué.

Se o método Coué obtém êxitos incontestáveis no domínio da sugestão terapêutica com a cura ou melhora de numerosas doenças orgânicas, em compensação, geralmente, os resultados são menos concludentes no campo mais complexo das afecções puramente psicológicas. E os resultados são menos convincentes ainda quando está em causa o equilíbrio profundo e durável da personalidade. Isto não tira nada do valor e do grande interesse do método Coué, mas assinala claramente os limites e o domínio privilegiado: o da sugestão terapêutica no estrito sentido da palavra, Que o método Coué chega a uma leve hipnose, o próprio Coué o assinala muito claramente quando escreve: "Todas estas sugestões (ele se refere às sugestões que precedem as auto-sugestões e preparam os ouvintes de Coué) devem ser feitas em tom monótono e embalador (acentuando,

porém, as palavras essenciais) que convida o paciente, se não a dormir, pelo menos a ficar entorpecido, a não pensar em mais nada . E mais adiante: "Minha sugestão geral (trata-se da sugestão que prepara as auto-sugestões), feita em voz monótona, provoca entre os doentes uma ligeira sonolência que permite às minhas palavras penetrarem melhor em seu inconsciente"¹¹.

Que vem a ser essa ligeira sonolência se não uma leve hipnose? E que procuram provocar essas "ladainhas", preconizadas por Coué na auto-sugestão, se não uma auto-hipnose, também ela leve? Embora Coué afirmasse ter renunciado à hipnose, a gravação da sua voz¹² não deixa nenhuma dúvida a esse respeito: o tom incisivo, imperativo de suas sugestões que são verdadeiras injunções, as ordens, assim como o timbre monocórdico e eminentemente hipnógeno que adota e preconiza na auto-sugestão, fazem pensar que, em última análise, o método Coué talvez esteja menos distante do que pensava o seu autor da sugestão autoritária praticada por Bernheim, e menos distante ainda da sugestão sob leve hipnose de que se utilizava Liébeault. Em relação à "primeira" escola de Nancy, a grande inovação de Coué foi certamente a auto-sugestão, nascida da preocupação de libertar o paciente da dependência era relação ao sugestionador. Mas, como acabamos de ver, esta libertação é menos decisiva do que pensava Coué, justamente em razão do que subsiste de sugestão, e de sugestão passavelmente autoritária, nessa auto-sugestão que, em resumo, repousa na indução de um estado hipnótico e em sugestões prévias que, a partir daí, ao menos em determinados casos, assumem o caráter de sugestões pós-hipnóticas cujo objetivo é exatamente o de assegurar o êxito das auto-sugestões posteriores.

Observemos igualmente a preocupação de Coué no sentido de evitar toda auto-sugestão particular e seu recurso à fórmula "sob todos os pontos de vista" na célebre injunção auto-sugestiva "todos os dias vou de bem a melhor". Coué insistiu muito, e com razão, na importância desta fórmula de auto-sugestão geral: "sob todos os pontos de "vista", a ser pronunciada lentamente, destacando as palavras "religiosamente", segundo ele dizia. Infelizmente, porém, Coué não explicou, ao menos que seja do nosso conhecimento, as razões que o faziam conferir tanta importância a essa fórmula. Parece que foi só a experiência dos anos que o convenceu a utilizá-la. Nós vemos nela, apesar da sua prática repetitiva, uma certa intuição, toda empírica em Coué, da não especificidade da sugestão quando se quer que ela seja positiva e benéfica. Trata-se de um aspecto importante do fenômeno sugestivo ao qual teremos ocasião de voltar.

De maneira geral, falta à auto-sugestão de Coué certa dimensão da profundidade, tanto da emoção quanto do sentimento. Auto--sugestão segundo o método Coué? Consciente, muito consciente ainda... E também muito racional, muito seca para nutrir verdadeiramente a imaginação e a

sensibilidade. E, ainda, muito voluntarista porque, apesar de tudo, reduzida a esforçar-se para não se esforçar.

O inconsciente é um domínio muito mais complexo do que pensava Coué. Assimilar o inconsciente apenas à imaginação é muito sumário. Coué parece ter ignorado o aspecto patológico de que se reveste tão facilmente a imaginação quando exaltada de forma neurótica. Acreditar que se pode dominá-la conscientemente pela simples afirmação de que "tudo vai de bem a melhor", infelizmente, em muitos casos, dá a idéia de um ilusionismo enganador. Os seres não são tão simples. E a sugestibilidade de cada um, além disso, é extremamente desigual. Varia segundo o caráter de cada pessoa, segundo suas tendências profundas, os desequilíbrios íntimos, os hábitos, a fisiologia, o nível de consciência, a instrução e a cultura, segundo os momentos da existência, o meio, as circunstâncias. A sugestibilidade de cada um varia também de acordo com o sugestionador — ou o que dá início à auto-sugestão —, conforme a personalidade deste, conforme a própria qualidade de suas sugestões, conforme a confiança ou a fé que desperta entre os que o escutam, conforme a relação criada entre estes e ele. E como sustentar, como o fazia Coué, que a sugestão e a auto-sugestão repousam sempre na aceitação do paciente, quando se pensa nas sugestões e auto-sugestões inconscientes, subliminares, cujo impacto, em muitos casos, parece irresistível?

De maneira geral, é evidente que Coué exagerou muito o poder do "pensamento positivo", e assim ofereceu o flanco, em particular, aos críticos de inspiração psicanalítica que o censuraram, não sem razão, por ter atribuído ao pensamento um poder quase mágico, poder desmentido de forma bastante evidente pelos fatos.

Entretanto, o método Coué assinala, apesar das suas deficiências, um momento importante na história da moderna tomada de consciência da sugestão. O imenso mérito de Coué terá sido o de acentuar a importância capital da auto-sugestão imaginativa na psicologia humana e a absoluta necessidade de exercer ou tentar exercer o controle e a ação sobre um fenômeno de conseqüências tão determinantes sobre a saúde, o equilíbrio e a felicidade do ser humano. Mais ou menos por essa época a psicanálise descobriu o inconsciente, procurando explorá-lo e revelar seus mecanismos escondidos. Inspirando-se numa psicologia mais sumária, mas também mais dinâmica, Coué o empírico, Coué o pragmático, não se propôs a conhecer o inconsciente. Com ou sem razão, isso pouco lhe importava. A empresa lhe parecia vã. O mecanismo inconsciente, pensava Coué, nos escapa, em sua infinita complexidade. O que queria Coué, o que esperava, era simplesmente, depois de ele próprio ter aprendido, ensinar aos outros a se servirem desse mecanismo, controlar-lhe o uso, utilizar consciente e pragmaticamente o inconsciente, para maior bem do ser humano.

CAPITULO VIII

A primeira teoria de conjunto

do fenômeno sugestivo:

Charles Baudouin

1. A SUGESTÃO REDUZIDA À AUTO-SUGESTÃO

Em sua tese de doutoramento em psicologia, publicada em 1920, revista e reeditada muitas vezes (6ª edição, 1951) e considerada um dos raros clássicos sobre a sugestão, o psicólogo universitário franco-suíço Charles Baudouin (1890-1963) esforçou-se, como assinala no prefácio à primeira edição do seu livro, no sentido de propor uma teoria de conjunto do fenômeno sugestivo.

A tentativa de teorização de Baudouin pretende-se solidamente baseada na prática, no caso, uma prática diretamente inspirada em Coué, a quem Baudouin dedicava viva admiração. Ele se propôs a estabelecer em bases sólidas a psicologia do método Coué.

Existe, pergunta Baudouin na introdução de sua obra, uma característica específica comum a todos os fatos geralmente considerados de domínio da sugestão, de tal forma que, onde se encontrar essa característica, se possa falar de sugestão? Sim, responde Baudouin, mas na realidade existem duas características, e bem diferentes, dois tempos, dois momentos: 1ª) uma idéia (imagem ou conceito) proposta ou imposta pelo operador e aceita pelo espírito do paciente; 2ª) esta idéia se transforma em ato, isto é, seu objetivo — alucinação ou cura — se realiza: é o que Baudouin, retomando um termo de Bernheim, chama de processo ídeo-reflexo. Estes dois tempos se encontram em todos os fatos tidos sem contestação como sugestões.

Mas qual dos dois é essencial e verdadeiramente característico?

Responde Baudouin: "Se procurarmos quais são as modificações mais profundas que a sugestão de um operador pode produzir numa pessoa hipnotizada... (verificaremos) que uma pessoa sozinha pode por si mesma produzir (modificações) semelhantes em si própria"¹. "Ora, se uma pessoa sozinha, sem hipnotismo e sem sugestionador, pode ser a sede de fenômenos análogos... (é que) o momento essencial, característico no processo da sugestão é o segundo tempo (transformação da idéia em ato) e não o primeiro (aceitação da idéia de outrem)"². E mais adiante: "Impõe-se portanto a conclusão: a sugestão não pressupõe necessariamente a presença de um sugestionador: basta a própria pessoa. Em outras palavras, a sugestão não poderia ser definida como um fenômeno de passagem, que tem por ponto de partida a consciência do operador e por ponto de chegada a consciência do paciente. Mas deve ser definida por inteiro como um trabalho que se realiza no próprio paciente... A sugestão não é um fenômeno interindividual mas um fenômeno intra-individual. É preciso separar, definitivamente, da idéia de sugestão a idéia de submissão, de

dependência, em relação a uma pessoa estranha: não confundir sugestão e sujeição"3.

A sugestão, assegura Baudouin, é essencialmente a realização de uma idéia (imagem ou conceito), mas esta realização é um fenômeno psicofisiológico complexo que se completa na própria pessoa, por um trabalho inconsciente, à sua revelia. Para Baudouin, a causa está entendida: "A auto-sugestão é o protótipo de toda sugestão"4.

Um dos grandes méritos de Baudouin, certamente, foi ter afirmado, ou reafirmado, com vigor que a sugestão não é o domínio de um espírito sobre outro, e de ter sublinhado o quanto a sugestão pode ser positiva e benéfica. Outro mérito do psicólogo franco-suíço é ter cindido em dois tempos o processo sugestivo: de um lado, a emissão-aceitação da idéia e, de outro, a realização inconsciente dessa idéia no paciente. Acentuando a extrema importância deste "segundo tempo", Baudouin, de certa forma, punha em relevo o caráter fundamentalmente inconsciente do processo sugestivo. E chegou à seguinte definição de sugestão, mais exata que as precedentes: "A sugestão é a utilização, por nós mesmos ou por outrem, do poder ídeo-reflexo que está em cada um de nós"5.

Subscrevemos plenamente esta definição, mas com a condição expressa de que seja claramente tomada por aquilo que é: uma definição limitada, que só leva em conta uma parte do fenômeno sugestivo. De fato, minimizar, se não mesmo ignorar, como o faz Baudouin, o "primeiro tempo" do fenômeno sugestivo parece--nos uma posição totalmente inaceitável.

Na realidade, sempre há um sugestionador, tanto na auto--sugestão como na heterossugestão, e é de capital importância levar isso em consideração. O sugestionador será talvez, em muitos casos, a pessoa de um mestre, o prestígio de sua doutrina. Pode-se mencionar também, e mais largamente, o exemplo da sugestão artística. O sugestionador ou os sugestionadores, no caso o artista ou os artistas, os criadores, não estão efetivamente presentes no sentido entendido por Baudouin. Eles não existem como sugestionadores. Que se pense também na influência difusa, mas muito sugestiva, da educação recebida na família, ou na influência do meio econômico, ou ainda na do meio ambiente cultural. Como negligenciar a importância de tais elementos na maior parte das formas de auto-sugestão? Negar toda importância ao elemento sugestionador e deixar de considerar seriamente os seus componentes, para apegar-se apenas ao que se passa no espírito de quem contempla um quadro ou escuta uma sinfonia, evidentemente, é negligenciar um elemento essencial do processo sugestivo. E se trata de uma posição tanto menos sustentável quanto se sabe que o "primeiro tempo" da sugestão — emissão e aceitação, ação do sugestionador e relação sugestiva entre este último e o sugestionado — é de fato, e guardadas todas as proporções, muito mais fácil de se observar

do que o é o "segundo tempo", ou seja, o processo ídeo-reflexo, porque este último se desenvolve inteiramente no inconsciente do paciente. Mas na auto-sugestão, o elemento propriamente sugestivo, e que se aparenta com a hetero-sugestão, está presente, em nossa opinião, por outra razão ainda bem mais fundamental. Se na auto-sugestão há sempre um sugestionador. é porque a própria vontade do paciente age como sugestionador. O importante é ver bem que, no processo auto-sugestivo, há sempre dissociação interior, conversa de si consigo, diálogo do nosso eu consciente com o nosso eu inconsciente. Muito já se falou do "monólogo interior". Mas este monólogo na realidade é um diálogo. O mesmo acontece com a auto-sugestão na qual, sem dúvida, age o processo inconsciente revelado por Baudouin, mas que também comporta em nós mesmos a "emissão" e a "recepção" afastadas erradamente do fenômeno sugestivo pelo psicólogo genebrino.

Que seja, pode-se dizer, mas e as sugestões inconscientes, aquelas que a pessoa recebe sem o saber? Pode-se sustentar que também neste caso haja um sugestionador? Sim, exatamente, e o processo também aqui não difere fundamentalmente da hetero-sugestão: o sugestionador é o próprio excitante sugestivo. Este excitante não é percebido conscientemente, mas age à maneira de um sugestionador. Ele encontra aceitação ou rejeição da pessoa, aceitação ou rejeição também inconscientes. Este último ponto, ignorado por Coué, em compensação, foi admitido por Baudouin, que escreveu: "Por aceitação não se deve entender um fato de vontade consciente e deliberada"⁶. Não é o consciente, assevera Baudouin, é o inconsciente que aceita. "A idéia, em lugar de ser confrontada com outras e julgada do ponto de vista intelectual e voluntário, recebe a hóspede como uma estranha: ela permanece isolada e por conseguinte não. é contraditada... A idéia aceita é uma idéia que se implantou no espírito por falta de controle¹. (Esta idéia é aceita) por credulidade, rotina, indiferença, confiança no hipnotizador,¹ "influência pessoal" deste último"⁸.

É importante esclarecer o seguinte: quando Baudouin fala de controle, de sugestão controlada, trata-se de um controle consciente, exercido pelo juízo e pela razão. Sem isso, segundo ele, não há um controle concebível. Seria necessário enfatizar o quanto é ilusória, em nossa opinião, a pretensão de exercer um perpétuo autocontrole consciente sobre as inumeráveis sugestões, conscientes ou não, que se apresentam a um ser humano ao longo de um dia? A quanta rigidez e a quanta impotência conduziria tal tentativa! É mais ou menos como se pretendêssemos seguir constantemente pelo pensamento e controlar conscientemente todos os processos fisiológicos da digestão, da assimilação ou da circulação do sangue no interior do corpo humano, em toda sua infinita complexidade. Qual seria o resultado de tal pretensão, se não a pior das neuroses? Além disso, segundo quais critérios "proibir a passagem às idéias indesejáveis",

supondo-se que se possa exercer tal censura consciente, o que evidentemente não acontece? Que é necessário um controle sobre as sugestões que nos chegam, de acordo. Mas um controle desse tipo só pode ser parcialmente consciente. Para ser eficaz e real, e também para deixar livre e disponível o nosso espírito consciente, é preciso que tal controle seja largamente inconsciente. A excitação sugestiva, que no caso faz o papel de sugestio-nador, encontra sempre a aceitação ou a rejeição da pessoa, no nível inconsciente. Este é um aspecto particular do "primeiro tempo" do processo sugestivo, ao qual Baudouin nega toda força, se não a própria existência. Ao contrário, nós pensamos que esse "primeiro tempo", em sua dimensão consciente tanto quanto inconsciente, está sempre presente e é de extrema importância em qualquer forma de sugestão, seja heterossugestão ou auto--sugestão, e, quanto a esta última, quer seja consciente, quer não. É verdade que Baudouin reconhece ao inconsciente a capacidade de aceitar. Mas porque sua psicologia permanece fundamentalmente uma psicologia do consciente, Baudouin imagina que esta aceitação, que não passou pelo crivo do julgamento consciente e da razão, só pode ser efeito da passividade e da totina. Além disso, Baudouin nega ao inconsciente a capacidade de recusar sugestões que seriam nefastas. Baudouin contradiz a existência desta capacidade de recusa e, em nossa opinião, ele está totalmente errado. Se o ser humano reage inconscientemente às sugestões que lhe chegam, o faz talvez de forma muito mais positiva do que negativa. Por que querer, a toda força, que onde a razão e o julgamento consciente não intervém só exista cegueira, passividade e caos? De fato, o inconsciente é em larga medida o produto de sugestões e de auto-sugestões passadas, boas ou más. O inconsciente, urdido por esse passado, não pára de aceitar ou de recusar, de fazer uma triagem, de selecionar, bem ou mal, as sugestões recebidas. Por "bem", queremos dizer: de conformidade às finalidades do ser, inclusive as mais profundas e mais válidas. E por "mal" entendemos o que se opõe a essas finalidades ou as ignora. Trata-se de um ponto fundamental, ao qual voltaremos mais pormenorizadamente quando, mais adiante, abordarmos a noção de atitude. Esta noção — fundamental — diz respeito ao problema do controle inconsciente das sugestões e está no centro das pesquisas atuais em matéria de psicocibernética. Na verdade, ela é posterior aos trabalhos de Baudouin sobre a sugestão e realmente não se pode censurá-lo por tê-la ignorado.

2. A AUTO-SUGESTÃO REDUZIDA À AUTO-HIPNOSE

Recordemos inicialmente a classificação dos principais tipos de sugestão propostos por Baudouin.

Baudouin distingue três tipos de sugestão: espontânea, refletida, provocada. E na psicologia da atenção que ele busca o princípio da

classificação das duas primeiras, a espontânea e a refletida, que são auto-sugestões no sentido estrito dado por ele a esta palavra.

A sugestão espontânea, como a concebe Baudouin, não é, assinalemos imediatamente, a sugestão indireta ou inconsciente que se produz sem que a pessoa o saiba. Baudouin ignora quase totalmente esta última.

A sugestão espontânea é a que se produz numa pessoa sem a intervenção de um sugestionador, e sem intenção da parte da pessoa, mas não sem consciência. Ela supõe um tipo de atenção que se dirige sem reflexão consciente para "tudo o que nos interessa, tudo o que favorece as nossas tendências ou se choca com elas"⁹, escreve Baudouin. A sugestão espontânea é consciente. Não é refletida. Representa de fato um estado de fraca concentração da consciência, um estado de subatividade ou mesmo de não-atividade das funções conscientes superiores. Mas nem por isso é inconsciente. Situa-se nos graus inferiores da escala do consciente.

Baudouin dá, um grande número de exemplos de sugestão espontânea.

Alguns dos exemplos, como as obsessões, as idéias fixas, as alucinações, os estados neurastênicos, têm caráter patológico. E outros exemplos citados por Baudouin não têm nem um pouco desse caráter: imagens poéticas que nascem de uma sugestão inicial, muitas vezes sem relação aparente com elas; sugestões afetivas: sensações, emoções, alegria, dor (o papel da sugestão espontânea é imenso em nossa vida afetiva) e, como nota Baudouin, "um sentimento, uma paixão, podem ser o resultado de uma sugestão, sem por isso serem menos reais"¹⁰; sugestões motoras, finalmente, que estão na origem de hábitos, das imitações, de modificações funcionais e orgânicas, das curas, etc.: também neste domínio o papel da sugestão é extremamente importante. A sugestão, ou antes, a auto-sugestão "sob sua forma espontânea é um fenômeno natural em nossa vida psicológica, tão natural como o fenômeno emoção, ou o fenômeno idéia, e, podemos dizer, igualmente tão freqüente"¹¹.

Sua descrição e suas tentativas de análise da auto-sugestão espontânea levaram Baudouin a conclusões teóricas e práticas de grande interesse, apresentadas por ele sob a forma de leis da sugestão. Estas leis são em número de quatro e assim enunciadas por Baudouin:

1. Lei da atenção concentrada. A idéia que tende a se realizar é sempre uma idéia sobre a qual a atenção espontânea se concentrou (ou para ela voltou contra vontade, de forma obsedante).

No caso em que a idéia é inconsciente, acrescenta Baudouin, pode haver transferência para outra idéia, outro sentimento: uma transferência da atenção, ou da obsessão, cujos caminhos ou motivos ocultos cabe inteiramente à psicanálise retrair, afirma Baudouin.

Nós fazemos as mais expressas reservas a essa lei. Não que não a consideremos exata. Ela o é. Mas Janet já observara o quanto são freqüentes o que denominou de sugestões por distração, quando a sugestão

penetra no inconsciente favorecida pela distração da atenção sobre outro objeto, mas sem que, de maneira alguma, tenha havido qualquer transferência, no sentido que Baudouin dá a esta palavra.

2. Lei da emoção auxiliar. Quando, por uma ou outra razão, a idéia é envolvida por uma forte emoção, a realização sugestiva dessa idéia tem mais oportunidades de sucesso.

Esta lei parece-nos ter um alcance muito mais geral que a precedente. Entretanto, o enunciado de Baudouin inspira-nos uma reserva. A lei da emoção auxiliar, na realidade, falha com muita freqüência quando se trata de sugestões inconscientes, por exemplo de sugestões por distração. Como no caso precedente,

Baudouin volta-se com muita exclusividade para as sugestões conscientes, mesmo quando se trata, como ocorre com as sugestões espontâneas, de sugestões insuficientemente conscientes.

3. Lei do esforço convertido. Quando uma idéia se impõe ao espírito a ponto de desencadear uma sugestão, todos os esforços conscientes que o indivíduo faz para lutar contra esta sugestão não somente não dão resultado como vão em sentido contrário do objetivo (dos esforços); eles ativam a sugestão.

Os esforços, no caso, "convertem-se" no sentido da idéia. Quanto mais lutamos, mais nos afundamos. Isto porque, como nota Baudouin, na realidade, a idéia de impotência, a sugestão de impotência, domina o espírito e, apesar dele, o esforço irá sempre no sentido de uma idéia tão dominadora. O simples fato de contemplar esta idéia obcecante, de nela fixar o espírito, ainda que seja para combatê-la, lhe dá consistência, alimenta-a, e não cessa de consolidar a sugestão negativa que ela exerce sobre nós. O esforço voluntário, como bem observou Maine de Biran, supõe a noção de uma resistência a vencer. No momento em que nos decidimos a combater a idéia, o sentimento ou a impulsão negativos existentes em nós, sem o saber estamos afirmando sugestivamente a existência deles e seu poder sobre nós. E neste combate entre duas sugestões de sentido contrário, é a primeira que apareceu, a mais forte, a inconsciente, ou pelo menos a espontânea, nutrida de emoções e de imaginações que a ela se unem, que finalmente sempre vence a sugestão fundada sobre a vontade.

4. Lei da finalidade subconsciente. A sugestão age por finalidade subconsciente. Proposto o objetivo, o subconsciente encontra os meios de realizá-lo.

Basta-nos pensar no objetivo, somente no objetivo, e o subconsciente encontrará, sem que saibamos, os meios de chegar a ele. O adágio corrente,

segundo o qual quem quer os fins quer os meios, aqui não funciona. Basta-nos "pensar no fim", diz Baudouin. Para atingi-lo, acrescenta, o subconsciente dá provas de uma destreza e de uma sagacidade surpreendentes. A sugestão, diz Baudouin, é inteligente e ativa.

O enunciado dessas quatro leis que regem a auto-sugestão espontânea representa uma contribuição do mais alto valor para o estudo do fenômeno sugestivo. É a partir das leis da auto--sugestão espontânea que Baudouin, em seguida, passa para o estudo da auto-sugestão refletida. Eis como. Em certas condições, a idéia (imagem ou conceito) desencadeia em nós uma força que, por um trabalho inconsciente, realiza essa idéia. Tal é segundo Baudouin o próprio princípio da auto-sugestão. Esta é uma força natural que devemos poder captar e dirigir à nossa vontade. Na realidade, a experiência prova que as coisas não são assim tão simples. Não basta pensar "positivamente" para que daí se sigam realizações positivas. Em geral é exatamente o contrário que acontece. Por quê?

Segundo a primeira lei de Baudouin, a atenção concentrada é a condição do sucesso das auto-sugestões espontâneas. Se, a fim de assegurar o caráter positivo da auto-sugestão, substituirmos a atenção espontânea pela atenção voluntária, refletida, que vai acontecer? Em muitos casos vai nos faltar um elemento da sugestão obtida: a emoção, da qual a segunda lei de Baudouin nos diz que o sucesso (da sugestão) está na proporção da sua importância. A vontade, com efeito, pode concentrar a atenção, mas a vontade é impotente para suscitar a emoção.

Privada desta auxiliar preciosa que é a emoção, a sugestão refletida e voluntária vai, de outro lado, chocar-se imediatamente com as sugestões negativas, tão numerosas e tão profundamente implantadas em nós. Mas se concentramos a nossa atenção voluntária sobre a idéia positiva que queremos substituir à idéia reconhecida como má, a terceira lei de Baudouin, a lei do esforço convertido, nos ensina que todos os nossos esforços de substituição e de afirmação "positiva" vão chegar a um resultado exatamente inverso: a idéia má ficará mais forte do que nunca. Querer expulsar uma obsessão só faz exasperá-la.

"A auto-sugestão depende de duas leis essenciais, lembra Baudouin, a da atenção exclusiva ou concentrada e a do esforço convertido. Na sugestão voluntária, estas duas leis entram em conflito"¹². O que a atenção constrói, a intervenção da vontade tende a destruir. Para chegar a um resultado, convém, portanto, estima Baudouin, substituir a atenção voluntária por alguma coisa diferente... "um estado do qual o esforço voluntário estivesse ausente, ou pelo menos fosse insignificante, mas que, entretanto, tal como a atenção, fosse capaz de manter um pensamento exclusivo ou quase exclusivo em nosso espírito"¹³.

Considerando que na auto-sugestão, prossegue Baudouin, o essencial do trabalho é realizado pelo subconsciente, é na medida que o subconsciente

aflorar à superfície, como o faz, por exemplo, durante o sono ou nos estados que o precedem ou o seguem imediatamente, ou ainda nos devaneios da pessoa acordada, que o estado desejado de atenção sem intervenção da vontade terá maior chance de ser atingido. Em resumo, afirma Baudouin, o afloramento do subconsciente se produz nos estados de distensão, os quais são todos mais ou menos comparáveis com o sono. Só uma educação desse afloramento, pensa Baudouin, preparará em nós o terreno favorável à influência inicial das sugestões ou das auto-sugestões, à sua penetração efetiva, ao seu desenvolvimento eficaz.

Educação do afloramento? Para isso contribuem, cada um de i um modo e em graus diversos, o silêncio, a relaxação muscular, a meditação, a educação artística, a educação da imaginação e, acrescenta Baudouin, a prática da psicanálise, na medida em que a evocação dos sonhos e das lembranças desenvolve em nós a aptidão de estabelecer um contacto mais fácil com o nosso próprio inconsciente. Todos estes estados favorecem o que Baudouin chama de recolhimento, definido por ele como o estado de afloramento provocado por uma distensão desejada, mas não voluntária. Distinção sutil mas muito importante: esta distensão, explica Baudouin, é o resultado de uma decisão da vontade, mas de uma decisão pela qual a vontade, por um tempo, abdica.

Como chamar a esse estado? Concentração? Esta palavra lembra demais a atenção voluntária. Baudouin prefere o termo contenção, definindo-a assim: "um estado especial da atenção, que não é a atenção propriamente dita (tensão em direção a um fim), e não é também a distensão (ausência de tensão)... (mas que é) um equivalente psicológico da atenção, menos o respectivo esforço"¹⁴.

A contenção, diz Baudouin, é o corredor onde se encontram duas forças de sentido contrário: a atenção e a distensão. A contenção, e de maneira mais geral a sugestão refletida, podem e devem ser reforçadas pela mobilização da atenção. "A atenção, quando imobilizada durante muito tempo sobre um mesmo objeto, também se distende, tanto por fadiga, sem dúvida, como por desinteresse"¹⁵. Esta imobilização, prossegue Baudouin, pode-se realizar por "fixação" ou por "embalo." "Na fixação, o espírito fica ocupado exclusivamente ou quase com uma só sensação... por exemplo a contemplação de um ponto brilhante... (ou) uma excitação monótona eu contínua, como o barulho de uma queda d'água, o rumor confuso da multidão. Quanto ao embalo, temos exemplos no murmúrio do mar,... no tique--taque de um pêndulo (alternância de um silêncio e de um som), nos acalantos e em todo ritmo regular... A atenção, muito tempo retida, se cansa; terminamos por não ver mais, por não entender mais o que vemos ou ouvimos; é a distensão. Esta distensão pode chegar ao sono"¹⁶

Esta descrição da imobilização da atenção não pode nos deixar a menor dúvida, e aliás Baudouin o esclarece da maneira mais formal: trata-se da

hipnose, cujo traço essencial é exatamente a prévia imobilização da atenção. "Hipnose leve" que "deve ser recomendada" e que "facilita a sugestão porque favorece a contenção"¹⁷. Esta leve hipnose que Baudouin "recomenda", este "torpor", esta "sonolência", dirá ele na edição de 1924, ao fazer coro com Coué que preconizava o "adormecimento", todos esses estados podem ser induzidos não somente por processos físicos como os que acabam de ser citados, mas também por processos puramente mentais: contar a série de números como no mina contrai americano, repetir mentalmente um mantra como na meditação transcendental, desfiar um rosário formulando em silêncio preces em forma de ladainha; em resumo: qualquer processo monótono, físico ou mental, que favoreça o embalo interior e a imobilização da atenção. Trata-se, como o enfatiza Baudouin, de processos de auto-hipnose conhecidos e praticados há milênios, com inumeráveis variantes, tanto na ioga hindu ou tibetana como nas meditações budistas ou nos numerosos exercícios espirituais valorizados pelas várias religiões. Todos esses processos visam a procovar o estado de contenção que — insiste Baudouin — é o estado de sugestibilidade e de auto-sugestibilidade por excelência.

Deste estado de sugestibilidade e de auto-sugestibilidade procede uma força que é a da auto-sugestão: uma forma de vontade, se se quiser, mas vinda, "subida" do inconsciente graças à auto-hipnose e infinitamente mais eficaz do que a vontade consciente.

Tanto que, conclui Baudouin: "a energia manifestada por uma pessoa, na vida, está na razão direta da faculdade que esta pessoa possua de mergulhar em estado de auto-hipnose"¹⁸. Baudouin opõe a auto-sugestão, "que brota das camadas mais profundas do nosso ser" ao ato voluntário, que "emana da consciência superficial"¹⁹. A auto-sugestão é, em última análise, uma auto-hipnose.

Sentimo-nos obrigados a afirmar a nossa discordância com esse modo de ver as coisas. Por mais reduzidos que sejam, na auto-hipnose, a vontade própria e o esforço da pessoa, nem por isso eles deixam de existir, ao menos no início. Esta é a falha, em nossa opinião. A auto-sugestão de Baudouin continua, apesar de tudo, uma auto-sugestão consciente em parte, baseada num certo tipo de consciência de vigília e no exercício de uma vontade que, já o observamos a propósito de Coué, esforça-se para não se esforçar.

CAPÍTULO IX

Sugestão e psicanálise: contradições freudianas

Em 1885-86, um jovem médico austríaco de vinte e nove anos, então desconhecido, Sigmund Freud, freqüentou durante quatro meses e meio o serviço de Charcot, em La Salpêtrière, na qualidade de estagiário.

O jovem Freud tinha razões bem claras para se interessar ao mesmo tempo pela histeria e pela hipnose, uma e outra objeto das pesquisas e da prática médica em La Salpêtrière.

O eminente neurologista vienense Breuer, unido por laços de amizade pessoal a Freud, catorze anos mais novo do que ele, descobrira em 1880-82 o tratamento catártico da histeria, que consistia em estimular o doente, mergulhado em estado de hipnose, a evocar e reviver lembranças patogênicas profundamente escondidas em sua consciência e das quais não se recordava em estado de vigília. Graças ao rebaixamento do nível de consciência provocado pela hipnose podia-se fazer ressurgirem traumatismos psíquicos esquecidos e era esse trabalho de reminiscência que ocasionava a cura.

Freud, que no outono de 1882 já havia terminado seus estudos de medicina há um ano e meio, ficou vivamente interessado pelas explicações que, a propósito do célebre caso de Anna O., Breuer lhe dera sobre sua descoberta, e concebeu grande interesse pela histeria e pela hipnose. Na primavera de 1885, o prestígio científico de Charcot e "o rico material clínico" (expressão de Freud) que esperava encontrar em La Salpêtrière, no domínio da histeria e da hipnose, levaram-no a apresentar, com sucesso, sua candidatura a uma bolsa pós-escolar de viagem e estada em Paris, onde chegou em outubro de 1885, depois de ter obtido, em setembro, o cobiçado título de privat-dozent em neuropatologia na Faculdade de Medicina da Universidade de Viena.

Foi em La Salpêtrière que Freud se iniciou na hipnose, mas não é certo que a influência de Charcot sobre ele tenha sido tão "capital" como o sustentam Chertok e Saussure. O quê o estágio com Charcot deu a Freud foi antes um entusiasmo pela pesquisa, um estímulo, uma atração decisiva pelo estudo da psicopatologia. E também, sem dúvida, uma primeira intuição da etiologia sexual da histeria. O que, finalmente, o jovem médico vienense deveu ao célebre mestre de La Salpêtrière foi o exemplo que este lhe deu de uma rigorosa exatidão na observação clínica: Charcot, em última análise, talvez não tenha sido mais do que um olho. Mas que olho!

De volta a Viena, em março de 1886, depois de uma permanência de algumas semanas em Berlim, Freud resolveu dedicar-se daí em diante à prática da psicoterapia. Em abril do mesmo ano abriu um consultório para tratamento de doenças nervosas, no momento em que o célebre psiquiatra — e hipnotizador — austríaco Krafft-Ebing publicava o primeiro grande tratado moderno de psicopatologia sexual.

Freud praticou a hipnose com os seus clientes ocasionalmente a princípio, e sistematicamente a partir do fim de 1887. No começo, usava a sugestão direta sob hipnose. Depois, desde 1889, utilizou cada vez mais o método catártico de Breuer associado à hipnose, mas só em parte, porque desde o fim desse ano, ao que parece, mas com certeza a partir de 1892, Freud abandonou progressivamente a hipnose pelo mesmo método catártico de Breuer, porém praticado em estado de vigília.

Por que esta evolução? Em nossa opinião, convém procurar as razões na escola de Nancy.

Desde 1887, Freud demonstrara vivo interesse pelos escritos de Bernheim e pelo tipo muito especial de hipnose leve associada à sugestão, cujo iniciador tinha sido Liébeault; Bernheim sistematizou-o, antes de abandonar a hipnose para usar só a sugestão em estado de vigília.

Em julho de 1889, Freud foi passar algumas semanas em Nancy, junto de Liébeault e Bernheim, para aperfeiçoar sua técnica de hipnotista.

Sua permanência em companhia de Bernheim iria permitir a Freud dar um passo decisivo para a descoberta da psicanálise. Ouçamos o próprio Freud:

"Bernheim demonstrou-nos que os pacientes que colocara em estado de sonambulismo hipnótico, e aos quais fizera praticar várias ações, tinham perdido apenas aparentemente a lembrança do que viram e viveram sob hipnose, e que seria possível despertar neles essa lembrança, em estado normal. Quando os interrogamos, uma vez despertados, sobre o que aconteceu, esses pacientes a princípio pretendem nada saber; mas se não cedemos, se pressionamos, se lhes asseguramos que eles podem lembrar-se, então as lembranças esquecidas voltam, sem falta. Fiz o mesmo com os meus doentes. Quando eles diziam que não sabiam nada, eu afirmava que sabiam, que só precisavam falar; eu lhes assegurava mesmo que a lembrança que lhes viesse no momento em que eu colocasse a mão sobre suas cabeças era a certa. Desta forma consegui, sem aplicar a hipnose, saber dos doentes tudo o que era necessário para estabelecer a relação entre as cenas patógenas esquecidas e os sintomas que eram o resíduo delas"¹. Este texto, do mais alto interesse (foi escrito em 1904 mas publicado só em 1908), permite-nos seguir os passos do pensamento de Freud e mostra a "alavanca" que foi para ele este ensinamento fundamental recebido de Bernheim: pode-se, em pacientes em estado de vigília (pouco importando na verdade que tenham sido ou não hipnotizados antes), despertar suas lembranças escondidas ou esquecidas e é possível fazer essas lembranças surgirem de novo, por simples sugestão, sem empregar a hipnose. A psicanálise saiu daí.

Já se enumeraram longamente as razões que levaram Freud a abandonar progressivamente a hipnose a partir dos anos 1889--1892, e, em definitivo, desde 1896. Freud achava a hipnose inútil e pensava que é possível obter os mesmos resultados em estado de vigília, por simples sugestão. No texto

já citado Freud não usou esta palavra, mas quando diz que afirma e assegura aos seus doentes que eles sabem e podem, fica bastante evidente que se trata exatamente da sugestão.

Em geral se tem por certo que, em seguida, a partir de 1900, depois de ter estabelecido as técnicas específicas da psicanálise, Freud não só abandonou a sugestão, mas ainda apresentou incessantemente a psicoterapia analítica como um sistema terapêutico direta e totalmente oposto à terapia por sugestão.

As coisas, na verdade, são menos simples do que parecem.

Basta recorrer aos escritos de Freud para se convencer de que a sugestão, de forma alguma, foi eliminada da psicanálise e que o problema das relações da sugestão com esta última foi um dos maiores que Freud sempre se empenhou, em vão aliás, em esclarecer e resolver.

É decerto historicamente exato que no calor, no entusiasmo dos primeiros grandes descobrimentos da psicanálise, Freud de início concebeu a nova terapia, fundada ao mesmo tempo sobre a pesquisa e a revelação das causas inconscientes da doença e sobre a tomada de consciência destas causas pelo próprio paciente, como diretamente oposta à terapia sugestiva da escola de Nancy, que se limitava a fazer desaparecer os sintomas e com a qual o paciente permanecia inteiramente passivo.

Desde 1889, Freud já sentia "uma espécie de surda revolta contra a tirania da sugestão... Minha oposição tomou mais tarde a forma de revolta contra a maneira de pensar segundo a qual a sugestão, que tudo explicava, não tinha necessidade de nenhuma explicação"².

Em conferência pronunciada em 1904 no Colégio dos Médicos de Viena (e publicada em 1905), Freud afirmava da maneira mais categórica: "Existe o maior contraste entre a técnica analítica e o método por sugestão"³.

Observemos que num escrito anteriormente citado e que data do mesmo ano, 1904, Freud havia sustentado mais ou menos exatamente o contrário quando evocava as "afirmações" e as "segu-ranças" que prodigalizava aos seus clientes. O que prova certa ambigüidade no pensamento do pai da psicanálise e, com certeza, uma confusão na terminologia que usa. Pelo menos, Freud deveria ter feito uma distinção e esclarecido em que momento usava a sugestão na cura — para provocar a rememoração das lembranças esquecidas — e em que momento não a usava — na própria análise.

Em 1910, no II Congresso Psicanalítico, em Nuremberg, Freud afirmava de novo: "Todos os nossos sucessos terapêuticos foram obtidos contrariamente à sugestão"⁴.

Mas em 1912, em artigo publicado pelo Zentralblatt für Psychoanalyse, Freud escreveu: "Admitimos com prazer que os resultados da psicanálise se fundamentam na sugestão; entretanto, é preciso dar ao termo sugestão o sentido (seguinte)...: a sugestão é a influência exercida sobre uma pessoa

por meio de fenômenos de transferência que ela é capaz de produzir. Salvaguardamos a independência final do paciente só utilizando a sugestão para fazê-lo realizar o trabalho psíquico que o levará, necessariamente, a melhorar de forma durável sua condição psíquica"³.

Este texto, que contrasta fortemente com os precedentes, comprova uma evolução muito importante no pensamento de Freud. É claro que ele tomou consciência da existência e do papel de primeiro plano do fato sugestivo na psicanálise. Freud se esforçou, entretanto, e com razão, no sentido de esclarecer e aprofundar a noção de sugestão psicanalítica, distinguindo-a da sugestão como era entendida pela escola de Nancy, a fim de evitar os escolhos sobre os quais tropeçou esta última e a fim de salvaguardar os traços específicos da psicanálise.

Isto conduziu Freud a duas idéias fundamentais. Em primeiro lugar, a sugestão, ou antes a sugestibilidade, está estreitamente ligada à transferência, isto é, segundo a definição clássica de Freud, aos sentimentos que o analisado leva ao analista e às imagens parentais, ligadas ao complexo de Édipo, que ele projeta sobre este último. Em segundo lugar, é possível usar a sugestão e ao mesmo tempo respeitar a liberdade do paciente. Mas este uso legítimo da sugestão, com o respeito da liberdade, só é realizável se a intervenção do analista fizer apelo à participação ativa do paciente para um "trabalho psíquico" que este é convidado a fazer sobre si mesmo a fim de melhorar seu estado de forma duradoura.

Este texto freudiano de 1912 deve ser considerado marco de uma mudança muito importante na história moderna da sugestão. Nele, Freud enfatiza o papel primordial da afetividade na sugestão, desconhecido da escola de Nancy. E, de outro lado, reabilita a sugestão, introduzindo implicitamente a distinção entre o que se poderia chamar, de acordo com critérios por ele propostos, de "boa" e de "má" sugestão. Esta última, a da escola de Nancy, de tipo autoritário, preocupa-se pouco com a independência do doente, que permanece passivo. Ao abandono total entre as mãos do terapeuta e à inibição do julgamento e da vontade da parte do paciente, o terapeuta responde recorrendo a ordens diretas: faça isso, faça aquilo, seus sintomas desapareceram, etc. O outro tipo de sugestão - a "boa" sugestão segundo Freud — está associada à análise; ela faz um apelo constante, durante o próprio desenrolar da cura, à participação ativa do paciente; ela o trata como ser livre. Ou ao menos se esforça para isso.

Por mais interessantes que sejam os pontos de vista de Freud precedentemente citados sobre a sugestão, nem por isso seu pensamento, neste domínio, permaneceria menos impreciso, menos ambíguo, e muitas vezes contraditório, por falta de aprofundamento da análise do fenômeno sugestivo e também por falta de rigor na terminologia.

Em 1917, na Introdução à Psicologia, tida geralmente como a suma mais completa e a síntese mais acessível da obra de Freud, ele escreveu que se

"a sugestão hipnótica age como um processo cosmético (entenda-se: superficial), em compensação, a sugestão psicanalítica age como um processo cirúrgico"⁶. E mais adiante, no mesmo texto: "nossa influência repousa essencialmente sobre a transferência, isto é, sobre a sugestão⁷... O trabalho de interpretação que transforma o inconsciente em consciente... completa-se sob a influência da sugestão"⁸. "Quanto ao trabalho de luta contra as resistências, que constitui a tarefa essencial do tratamento analítico, ele incumbe ao doente, ao qual o médico acorre em auxílio através do recurso à sugestão"⁹.

Assim, a sugestão se encontra, pelo expresso reconhecimento de Freud, na base dos três elementos essenciais da cura psicanalítica: transferência, tomada de consciência dos conteúdos inconscientes, luta contra as resistências.

Em setembro de 1918, no V Congresso Psicanalítico, em Budapeste, nova reviravolta, ao menos parcial, de Freud que declara, para lamentá-la como um mal necessário: "Considerando a aplicação maciça da nossa terapêutica, seremos obrigados a misturar ao ouro puro da análise uma considerável quantidade do chumbo da sugestão direta. Às vezes mesmo deveremos... fazer uso da influência hipnótica"¹⁰

Como explicar, afinal, todas essas imprecisões, essas reviravoltas, essas contradições no pensamento de Freud a respeito do problema da sugestão? Para tentar responder a esta pergunta, notemos em primeiro lugar que, embora acentuasse a importância da afetividade na sugestão e de maneira geral na psicoterapia, Freud, entretanto, sempre desconfiou do elemento afetivo nas relações entre o analista e o seu paciente, sobretudo se fossem de sexos opostos.

"Para o analisado, sentencia Freud, o médico deve permanecer impenetrável"¹¹. O analista não deve envolver-se pessoalmente. Sua atitude deve ser voluntariamente distante, fria, impessoal, "objetiva". Este modo de considerar o paciente, em resumo, como uma espécie de cobaia e de fazer dele objeto de pesquisa científica suscitou vivos protestos, particularmente de Maeder. Uma das razões de ser da atitude impessoal do analista é evitar — e isso era muito importante no espírito de Freud — que a psicanálise, terapia com forte componente intelectual, fundada sobre a tomada de consciência dos mecanismos inconscientes, se transformasse sem o saber numa terapia sugestiva, baseada na afetividade da transferência e nas "satisfações substitutivas" (como dizia Freud) que a transferência pudesse dar ao paciente ao provocar uma "diversão agradável" (igualmente expressão de Freud) e uma perda da energia necessária ao próprio tratamento analítico.

Que a implicação pessoal do terapeuta apresenta inconvenientes e que ela pode, às vezes, até fazer com que o analisado corra graves perigos, é inegável, e é muito grande o número de analistas e psicólogos para os quais

a situação da análise ou da terapia é um simples pretexto para liberar, ou espantar, os seus próprios fantasmas e os seus próprios desequilíbrios. Mas o mal maior que Freud quer evitar não está ligado principalmente ao fato de o pai da psicanálise, e com ele os psicanalistas que pretendem ater-se à frieza da relação psicanalítica, na realidade não terem eles mesmos dominado a transferência, naquilo que lhes diz respeito?

Se Freud sempre desconfiou do elemento afetivo na terapia, não desconfiou menos do elemento didático. Veremos agora em que esta segunda desconfiança se revelou também causa de confusão e de contradições no pensamento de Freud, no que se refere à sugestão.

Uma das preocupações mais altamente respeitáveis de Freud foi sempre a de evitar que o analista influencie o seu paciente, durante o tratamento, inculcando-lhe os seus próprios ideais filosóficos ou religiosos. Esta é outra razão do recuo ou da má consciência do analista freudiano perante uma implicação pessoal no tratamento.

Mas Freud foi obrigado a convir que "nós (os psicanalistas) não podemos evitar receber, para análise, pessoas tão fracas de caráter, tão pouco capazes de se adaptarem à vida, que nos vemos obrigados a associar para elas a influência educativa (entenda-se aqui: a sugestão) à influência analítica. Aliás, para a maior parte dos nossos pacientes, de tempo em tempo nós nos vemos também obrigados a nos colocar na posição de educadores e de conselheiros (isto é, a usar a sugestão)". "Mas, acrescenta Freud, isso sempre deve ser feito com muitas precauções e não é preciso procurar modelar o doente à nossa imagem e sim levá-lo a liberar e a aperfeiçoar sua própria personalidade"¹².

É preciso ensinar, constata Freud. Mas ensinar o quê? E como fazê-lo sem atentar contra a liberdade do paciente? E com que autoridade? Tantas são as perguntas, tantos são os dilemas sem saída dentro dos quais se fechou o pensamento de Freud. Foi em boa parte por falta de ter elucidado o problema da sugestão que a psicanálise freudiana caiu bem cedo no dogmatismo e no espírito de escola mais estreitos. O freudismo: "método racionalista, psicologia sem alma", escreveria Jung, implacável, em 1932. Freud, entretanto, teve o obscuro pressentimento de que faltava um elemento decisivo no edifício psicanalítico. Testemunha disso são os novos caminhos que ele tentou abrir durante a última parte da sua existência, nos anos 1920-1930, quando de suas pesquisas sobre o instinto da morte, sobre a significação psicológica do sentimento religioso e sobre a noção do superego. Mas como Diel observou muito bem, o superego de Freud, na realidade, é um sub-ego, produto de proibições parentais e sociais. Na religião, que é, segundo ele, apenas uma neurose, individual ou coletiva, Freud só soube ver a imagem psicopatológica que dela lhe davam, na realidade e infelizmente, as religiões que pôde observar em seu tempo ou conhecer pela história. Em sua maneira de ver a religião, Freud projetou as

suas próprias deformações neuróticas e as deformações que sua prática de analista ensinou--lhe a reconhecer em seus pacientes. A complexidade do psiquismo pessoal de Freud, e sua extraordinária capacidade de discernir e de analisar sutilmente o respectivo mecanismo, durante muito tempo mascararam o seu profundo desequilíbrio como homem, sua própria neurose e a extrema pobreza real da vida interior do grande psicólogo vienense.

Freud, entretanto, viu com muita clareza que o analista deve, também ele, colocar-se num estado análogo ao do seu paciente, que não é o estado de vigília.

Em artigo publicado em 1912 no *Zentralblatt für Psychoanalyse*, Freud escreveu: "O psicanalista deve evitar deixar que se exerça, sobre a sua faculdade de observação, qualquer influência que seja e (deve) confiar inteiramente em sua "memória inconsciente... sem se preocupar com saber se vai reter alguma coisa"¹⁴. "Assim como o paciente, prossegue Freud, deve contar tudo o que lhe passa pelo espírito, eliminando toda objeção lógica e afetiva que o levaria a uma escolha, também o médico deve estar em condições de interpretar tudo o que ouve a fim de descobrir tudo o que o inconsciente dissimula, mas isto sem substituir por sua própria censura a opção que o paciente renunciou. Em resumo: o inconsciente do analista deve se comportar em relação ao inconsciente emergente do doente como o receptor telefônico em relação a quem fez a ligação. Assim como o receptor retransforma as ondas sonoras, assim também o inconsciente do médico consegue, com a ajuda dos derivados do inconsciente do doente que chegam até ele, reconstituir este inconsciente do qual emanam as associações emitidas. Entretanto, para que o médico seja capaz de assim se servir de seu próprio inconsciente, como de um instrumento, é preciso que, em larga medida, se submeta a uma certa condição psicológica. Ele não deve tolerar qualquer resistência suscetível de impedir as percepções do seu inconsciente chegarem ao seu consciente, caso contrário introduziria na análise uma nova espécie de seleção e de deformação, bem mais nefastas do que a provocada por um esforço da sua atenção consciente. Não basta, por isso, que o médico seja mais ou menos normal; ele deve submeter-se a uma purificação psicanalítica"¹⁵.

Esta longa citação de Freud mostra muito claramente que a cura psicanalítica na realidade é, ou deveria ser, um contato, uma comunicação de consciente a inconsciente, que requer um estado intermediário, diferente do estado normal de vigília, tanto para o analista como para o analisado. Este simples fato é bastante para situar a cura psicanalítica num plano que é exatamente o da sugestão, e não o da análise racional, discursiva e essencialmente intelectual, em direção à qual, entretanto, evoluiu uma fração muito grande da escola psicanalítica, mais particularmente na França.

Coube ao grande psicólogo vienense ter posto o problema da sugestão em termos de liberdade, quando enfatizou o respeito devido ao paciente, o papel da afetividade no fenômeno sugestivo, a importância do estado de espírito, ou melhor, do estado de consciência do terapeuta durante as sessões de análise. Mas a natureza mesma da sugestão permaneceu sempre um enigma para Freud, como o comprovam as linhas seguintes, escritas em 1920¹⁶ e que servirão de conclusão a estes comentários sobre a psicanálise freudiana: "Abordando hoje, de novo e após trinta anos de interrupção, o enigma da sugestão, eu acho que nada mudou... Não possuímos uma explicação relativa à própria natureza da sugestão, isto é, às condições em que se sofre uma influência na ausência de toda razão lógica".

CAPITULO X

Os caminhos da liberdade:

Jung ou o sugestionador
contra vontade

Com Jung, a sugestão terapêutica conheceu uma sorte bastante estranha. Um eclipse aparente no plano da doutrina: de maneira geral, Jung não quer ouvir falar de sugestão e não tem palavras suficientemente duras e de bastante desprezo por esta forma de terapia. Mas ao mesmo tempo, e por um gritante paradoxo, são decisivos o progresso e o aprofundamento no plano prático: em nossa opinião; a terapia de Jung é fundamentalmente uma terapia sugestiva, e á primeira sem dúvida que pode realmente assim ser definida, no sentido completo do termo.

Propomo-nos a mostrar como a prática de Jung marca, na história da sugestão psicoterápica, uma etapa fundamental, com a conquista de três novas dimensões: a da profundidade, a do diálogo e a da liberdade.

Em outubro de 1899, Jung termina seus estudos médicos na Universidade de Basiléia. Como estudante, interessa-se muito de perto pelo espiritismo e pela parapsicologia. Sua tese de medicina, publicada em 1902, é consagrada às experiências do espiritismo que ele seguira de 1895 a 1889. Lá pelo término do curso de medicina, Jung orientara-se cada vez mais no sentido da psiquiatria, cujo gosto logo lhe viera, através da leitura do Tratado de Psiquiatria de Krafft-Ebing. A partir daí, seguiu assiduamente na Universidade o curso dessa disciplina e foi muito naturalmente que, jovem médico, depois de ter feito o serviço militar, pediu e obteve um lugar no célebre hospital psiquiátrico universitário de Burgholzli, em Zurique, onde entrou como interno em dezembro de 1900.

Doze anos antes, Augusto Forel, que então dirigia o hospital, nele introduzira largamente tanto a terapia por hipnose como a terapia por sugestão, como eram praticadas por Bernheim, com quem Forel tinha feito um estágio em 1887. Bleuler, o sucessor de Forel na direção do Burgholzli, prosseguiu, moderadamente, na mesma direção. Bleuler atribuía grande importância à história individual dos doentes e às relações afetivas entre estes e os médicos que os tratavam.

Desde o começo de suas funções, o jovem Jung iniciou-se nas técnicas hipnóticas e sugestivas, e em particular na hipnose de grupo freqüentemente utilizada naquela ocasião em Burgholzli.

Nomeado privat-dozent da Universidade de Zurique em 1905 e convertido em adjunto de Bleuler no Burgholzli, Jung começou na Universidade uma série de cursos sobre a psiquiatria e a psico-terapia, em que reservava um lugar importante à hipnose e à sugestão. Nessa época ele exerceu, como escreveria depois, "com entusiasmo a terapia sugestiva por hipnose"¹.

Entretanto, desde o começo de sua estada no Burghölzli, foi posto em contato com a psicanálise então nascente, pela qual Bleuler, espírito muito

aberto, se interessava muito. A obra publicada por Freud em 1900 sobre a Interpretação dos Sonhos despertou extremamente a curiosidade de Jung. Leitor cada vez mais assíduo das subseqüentes publicações de Freud, Jung troca com ele, desde 1906, uma primeira correspondência que logo se tornaria amigável e entusiasta de parte a parte. Em 1907, Jung, então com trinta e dois anos, foi a Viena para encontrar-se com Freud, dezenove anos mais velho do que ele.

O encontro com Freud convenceu-o a abandonar a hipnose, cujo valor terapêutico há certo tempo, na verdade, já tinha começado a pôr em dúvida. Jung censurava a hipnose por só apagar, e muito provisoriamente, os sintomas, sem que fossem identificadas e muito menos eliminadas as causas profundas da doença. Um outro motivo impeliu Jung a abandonar a hipnose: o medo que tinha, como Freud uns dez anos antes, de ser pessoalmente objeto de "transferências selvagens" e incon-troláveis da parte de alguns dos seus pacientes, muito evidentes quando saíam do estado hipnótico. Quanto à sugestão, Jung sem dúvida herdara algumas prevenções nutridas contra ela por Janet, com quem Jung fora estudar em La Salpêtrière, em Paris, no inverno de 1902-1903. Lembremo-nos de que, para Janet, sugestibilidade era sinônimo de estado patológico e de desintegração mental.

Ganho definitivamente por Freud para a causa da psicanálise, Jung não abandonou somente a hipnose juntamente com a sugestão da escola de Nancy, a partir de 1907, mas também — ao menos ele o achava — toda espécie de sugestão. A terapia sugestiva tornou-se para ele uma espécie de bete noire contra a qual nunca eram suficientes o desprezo e os sarcasmos. A sugestão, "processo mágico", dizia ele, no qual o terapeuta desempenha o papel de "feiticeiro". Além disso, mesmo que a sugestão cure (e ele pôde se convencer disso em sua prática médica) Jung aceitava muito mal que ela curasse sem que ele estivesse em condições de entender por que isso acontecia. A este respeito, Jung, explorador do inconsciente, continuava um terapeuta da tomada de consciência racional. É pelo menos o que ele queria, o que ele gostaria de ser. Entretanto, os fatos se dobram mal a esta aspiração e recalcitram, encerrando Jung em contradições evidentes.

A correspondência trocada, no começo de 1913, entre Jung e seu colega suíço, o doutor Loy, médico e psiquiatra, diretor do sanatório Abri, em Montreux², ilustra bem as obscuridades e o que se deve muito bem chamar de inconseqüências do pensamento de Jung sobre o problema da sugestão. Em sua primeira carta a Jung, datada de 12 de janeiro de 1913, Loy coloca logo de início e de forma bastante clara o problema da sugestão:

"Empregando-se de maneira conseqüente não importa qual método terapêutico, a fé que nele deposita o doente, juntamente com a confiança que tem em seu médico, não constituem sempre as causas essenciais do êxito?"

A isso, Jung responde (28 de janeiro de 1913): "Todo processo que cura é bom. É por isso que levo em conta todos os processos sugestivos, entre os quais a Christian Science e a MentalHealing, etc. "A truth is a truth when it works". (Mas) naturalmente é uma questão totalmente diferente, saber se um médico que recebeu formação científica pode assumir a responsabilidade, perante sua consciência, de distribuir, por exemplo, garrafas com água de Lourdes sob o pretexto de que eventualmente esta sugestão é muito útil".

Jung prossegue afirmando sua recusa de "ver-se acuado passivamente no papel de salvador. Senti a necessidade de compreender o que, no fundo, se passa na alma das pessoas. Tive a sensação de que é incrivelmente pueril querer tirar uma doença com fórmulas mágicas que a façam desaparecer e pretender que isso seja o resultado de um esforço científico para edificar uma psicoterapia... e a preocupação terapêutica coincidiram com o esforço que empreguei ao mesmo tempo para encontrar os motivos e também a solução racional do conflito. É isso que a meu ver dá todo o valor à psicanálise"⁵.

Eis o que parece claro: embora não contestando a eficácia da sugestão, Jung renunciou a esse procedimento de "xamã" e preferiu usar a terapia racional que, a seu ver, representa a psicanálise.

Mas eis que na mesma carta Jung acrescenta o que segue: "A sugestibilidade e a sugestão... enquanto qualidades inteiramente gerais do (ser) humano, estão onipresentes, mesmo no método... dos psicanalistas, que pretendem tudo fazer de maneira puramente racional. Nesta matéria, é vão querer construir uma muralha de técnicas e se camuflar atrás delas: o médico age, quer queira ou não — e talvez essencialmente — pela sua personalidade, isto é, de forma sugestiva... O otimismo do médico, sua fé em si mesmo e em seu método, sua personalidade, (irão) constituir um dos principais fatores de cura"⁶.

A carta de resposta a Jung escrita pelo pobre Loy (2 de fevereiro de 1913) mostra que este ficou muito perplexo e manifestamente desorientado pela ambigüidade e pelas contradições das afirmações de Jung. Loy concluiu, não sem uma pitada de ironia: "Se o analista não quer sugerir nada, é preciso então que ele se cale durante a maior parte do tempo e deixe o analisado falar?"⁷.

Em resposta a Loy (18 de fevereiro de 1913) Jung trai sua indecisão e o embaraço em face da espinhosa questão da sugestão que, não mais do que Freud, ele não conseguiu esclarecer.

"Eu não desconfio, de maneira geral, da sugestão, escreveu Jung, mas somente das duvidosas motivações pelas quais às vezes se é tentado a justificá-la⁸... Apreciar a importância que pode atingir a influência sugestiva do analista sobre o seu doente, prossegue Jung, é uma questão extremamente delicada. Certamente, esta influência desempenha um papel

muito mais considerável do que se quis admitir até o presente, nos meios psicanalíticos". Nenhum dos escritos posteriores a Jung mostra que ele tenha progredido na clarificação da noção de sugestão nem que, por outro lado, tenha renunciado, apesar de algumas das linhas acima citadas, ao anátema que lançou, quando houve ocasião, contra o uso da sugestão na psicoterapia.

Em artigo publicado em 1935 na *Schweizerische Erztezeitung* (número especial) censura a sugestão por só "oprimir e reprimir os sintomas... não afastando a causa¹⁰ da doença... A experiência prática provou que a Tomada de consciência (pelo doente) dos conteúdos (patogênicos) ou dos processos psíquicos etiológicos constitui um fator de cura de eficácia bem maior do que a sugestão."¹¹ "A conscientização pelo doente das causas patógenas... situa-se do lado oposto da terapia sugestiva."¹²

Em *La Tiomme à la découverte de son âme*, publicado em 1944, Jung escrevia: "A intervenção analítica se situa..., em relação à personalidade e à sua maturidade, em plano notoriamente mais elevado do que o plano da sugestão, uma espécie de meio mágico, que age na sombra, sem formular à pessoa a menor exigência de ordem moral. A sugestão é sempre um meio enganador," um simples expediente que, incompatível com o princípio do tratamento analítico, deve ser evitado nos limites do possível"¹⁴.

Tudo parece entendido. A oposição de Jung à sugestão é irredutível. Mesmo admitindo, às vezes, sua existência no tratamento analítico, a sugestão continua um mal para ele, um mal inevitável talvez, mas cuja presença e efeitos se deve esforçar ao máximo para evitar.

Entretanto, lendo-se determinados escritos de Jung como sua correspondência com Loy e em particular os trechos em que evoca o papel sugestivo da personalidade do médico na cura, não se tem a nítida impressão de que ele foi simultaneamente atraído e seduzido por esta sugestão em relação à qual demonstra tanto vigor e persistência em querer destruir?

De fato, a atitude contraditória de Jung sobre o problema da sugestão parece-nos devida a uma confusão entre a sugestão direta do tipo da escola de Nancy e a sugestão indireta ligada à influência sugestiva da personalidade do médico, cuja realidade não parece muito contestável.

Parece-nos, igualmente, que as contradições de Jung explicam-se de maneira mais geral por uma confusão constante entre sugestão positiva e sugestão negativa, entre sugestão autêntica, respeitadora da liberdade do outro, e aquilo que, usando de um neologismo, propomo-nos daqui por diante chamar de sugestionamento, processo coercitivo, no qual não é respeitada a liberdade do sugestionado, que é de fato manipulado pelo sugestionador, quer este esteja ou não consciente da constrição que exerce. Esta distinção entre os dois tipos de sugestão, distinção fundada sobre a liberdade, é fundamental. Dificilmente se poderia exagerar sua

importância. Vulgarizar o termo "sugestionamento", como acabamos de propor, contribuirá para esclarecer o problema da sugestão e evitará muitas ambigüidades.

É claro, quanto a isto, que as contradições de Jung, acima acentuadas, procedem em grande parte da falta de aprofundamento da noção de sugestão e de forma alguma de sua prática. Raramente, com efeito, o distanciamento entre a praxis e as noções teóricas que a elucidam e a formulam terá sido tão extraordinário como no caso de Jung. No domínio particular da sugestão, como em muitos outros, as intuições e as descobertas do prático genial da psicoterapia que foi Jung superaram muito, muito mesmo, as elaborações do seu pensamento teórico.

A terapia de Jung é certamente o oposto da sugestão direta de tipo autoritário como praticada por Bernheim. Em compensação, essa mesma terapia de Jung parece-nos estar vinculada à sugestão no sentido mais positivo da palavra. E isso não incidentalmente, mas fundamentalmente, em razão da importância atribuída por ele tanto à personalidade do analisado como à do analista e também por causa do papel desempenhado pela individuação na psicanálise de Jung.

Como sublinhou seu tradutor (francês) R. Cahen, uma das grandes dificuldades de Jung está ligada ao fato de não existir um tratado clínico no qual o mestre de Zurique tenha condensado o essencial dos seus escritos em matéria de psicoterapia. Apesar das solicitações que lhe foram feitas, Jung sempre se recusou a escrever tal tratado. Ele estava convencido de que ainda era muito cedo, de que ainda não tinha chegado a hora de tentar reunir numa síntese o conjunto dos resultados acumulados pela moderna psicologia das profundezas.

Mas se Jung não compôs um tratado de psicoterapia foi também, e talvez principalmente, porque não estava convencido de que o domínio ao qual dedicara sua vida para decifrar, não o permitia. E isto por duas razões.

Primeiro porque o próprio objeto do estudo, a psique humana, parecia-lhe muito complexo, muito evanescente, muito fugidio, muito irredutivelmente misterioso e insondável para que se pudesse razoavelmente tentar prender pela razão, unicamente por conceitos racionais, dentro de uma teoria de conjunto mesmo limitada a um método prático de psicoterapia. E depois, e isso é essencial para o problema de que tratamos, porque o simples fato de se apresentar diante de um doente armado com uma teoria ou com um método ou com uma técnica, quaisquer que fossem, já era, aos olhos de Jung, uma sugestão no sentido constrangedor que ele dava a essa palavra e, por isso, deveria absolutamente ser proscrita porque não respeitava a liberdade do paciente.

Jung vai muito longe neste caminho. Não hesita em qualificar o conjunto da psicanálise freudiana de "sugestiva" porque, usando e abusando, segundo ele, — e nós compartilhamos deste ponto de vista de Jung — do

estado de sugestibilidade no qual o paciente é colocado pela transferência, na realidade ela propõe a este último uma teoria e interpretações atrás das quais se dissimula a vontade arbitrária e dominadora do analista, quer este seja ou não consciente disto.

Jung não titubeia, em denunciar toda psicoterapia ligada a qualquer teoria. O princípio da terapêutica "sugestiva", de acordo com o sentido coercitivo sempre dado por Jung a esta palavra, pode ser enunciado assim: "Pertence à terapêutica sugestiva todo método que pretende dispor de um saber sobre outrem e que, para aplicá-lo, vai interpretar a individualidade a ser tratada em função desse saber. Da mesma forma, numa acepção ampla, fazem parte da terapêutica sugestiva todos os métodos técnicos, no sentido próprio do termo, porque supõem sempre, implicitamente, a similitude dos seus objetos individuais"¹⁵. Todo método sugestivo, constrangedor segundo a terminologia de Jung, repousa sobre o postulado de base da "insignificância do indivíduo"¹⁶.

Como, nessas condições, conciliar o respeito, levado até os seus extremos limites, à liberdade do paciente, com a necessidade de intervir, desta ou daquela forma, por meio da terapia? De dois modos, responde Jung.

Primeiro por uma mudança de atitude do analista em relação à própria terapia. Jung concebe a terapia não mais como a prática de uma teoria ou de um método que seriam pessoais ao analista, mas como uma intervenção que visa a provocar uma evolução psicológica, a despertar, a desencadear processos inconscientes já presentes em estado de virtualidade na psique do paciente que, a partir daí, evoluirá por si no sentido da cura. Trata-se de despertar e estimular os processos naturais de auto-cura e de auto-regulação da psique humana.

Existem leis evolutivas do psiquismo humano, leis fundamentais, inerentes à vida. Segundo Jung, o analista só é o expositor destas leis, o "facilitador", diria mais tarde Rogers. O essencial do trabalho terapêutico, que é intrapsíquico, deve ser realizado pelo próprio paciente. O analista desempenha o papel de simples catalisador. Seu método, de fato, consiste em não ter método. A modéstia, a discreção e o respeito transformam-se em condições essenciais para a ação eficaz.

"Nós (os terapeutas), declara Jung em 1931, não somos os criadores pessoais das nossas verdades, mas somente os expositores delas, seus porta-vozes."

Nunca seria demais sublinhar a mudança fundamental de atitude que surge aqui, nem a importância histórica da contribuição de Jung, a este respeito, no domínio da psicoterapia. O homem — no caso, o psicoterapeuta — prisioneiro durante tanto tempo de uma atitude arrogante de conquista e de domínio da natureza, reflexo muitas vezes, se não sempre, de uma ridícula vontade de poder e de uma atitude interior de vaidosa afirmação de si

mesmo, esse homem, na pessoa do terapeuta, coloca-se, humildemente, realisticamente, à escuta da natureza.

Esta mudança de atitude do terapeuta em relação à terapia completa-se com outra renovação, também fundamental: a da relação terapêutica entre o analista e o analisado.

Inicialmente, Jung enfatiza bastante o papel essencial desempenhado pela personalidade do médico em todo tratamento psicoterapêutico, seja qual for o método empregado. "O maior fator terapêutico da psicoterapia reside na personalidade do médico... Seu método é elels... Coroamento de uma longa experiência, ela deve comportar uma virtuosidade que só pode ser fruto de lenta maturação"¹⁹. "A técnica aplicada é, em larga medida, indiferente, porque a cura depende menos do método empregado do que da personalidade de quem o emprega. É o médico, e não uma técnica, quem se afirma em face do doente"²⁰. A personalidade e a atitude do médico²¹ têm importância determinante na terapia"²². "A atitude²³ do psicoterapeuta tem infinitamente mais importância do que suas teorias e seus métodos psicológicos".

Os pontos de vista de Jung, que são antes de tudo os de um prático, afastam-se aqui fundamentalmente dos de Freud, em quem sempre prevalecia largamente o teórico. Para o mestre de Zurique, como para o de Viena, a transferência sobre a pessoa do médico desempenha decerto um papel capital. Mas onde se confirma de maneira gritante a diferença entre as duas concepções é quando Jung esclarece o conteúdo da transferência e opõe a sua própria concepção à do pai da psicanálise.

Na ótica de Jung, não se trata absolutamente de uma projeção erótico-infantil, mas de uma "ligação" (muito significativamente, Jung prefere este termo ao de "transferência") que se estabelece na igualdade entre os dois protagonistas, ou ao menos que tende para a igualdade e ao diálogo entre adultos.

Jung assim define a ligação: "A ligação, isto é, as relações de confiança da qual vai depender o sucesso terapêutico... O doente só atingirá sua segurança íntima, prossegue Jung, por intermédio da segurança de suas relações com a pessoa do médico"²⁵.

À relação de desigualdade entre analista e analisado que, segundo Jung, faz da psicanálise freudiana uma terapia de sugestão (para Jung, já o sabemos, sugestão é igual a relação de senhor a escravo, de dominante a dominado) o mestre de Zurique opõe um tipo bastante particular de ligação, cujo perfil ele esclarece da seguinte forma:

"A ligação do médico com o seu paciente é uma relação pessoal, no quadro impessoal de um tratamento médico... Em todo tratamento psíquico real, o médico exerce influência sobre o seu doente. Mas esta influência só pode se dar quando ele mesmo é afetado por seu doente. Ter influência é sinônimo de ser afetado... O médico figura tanto quanto o doente na

análise. Tanto quanto ele, (o médico) é um elemento constitutivo do processo psíquico chamado tratamento e, por conseguinte, tão exposto quanto ele às influências transformadoras... Quem poderia, sem ser educado, educar a outro?... O desenvolvimento recente da psicologia analítica... coloca em primeiro plano a personalidade do próprio médico como fator de cura ou de agravamento e exige o aperfeiçoamento interior do médico, a auto-educação do educador"16.

Alargando ainda mais sua visão, Jung manifesta uma forma bastante diferente de conceber o próprio tratamento analítico, dentro de uma ótica radicalmente renovada pela transformação da relação terapêutica.

"Nós conhecíamos o domínio e a submissão psíquica, mas nenhum desenvolvimento metódico da alma e de suas funções... Numa escala cultural mais elevada é o desenvolvimento que deve substituir e que substituirá a coerção. Do momento em que uma psicologia médica toma por objeto o próprio médico, ela deixa de ser somente um método de tratamento para doentes. Ela se dirige agora a seres sãos ou, entendamos, a seres que têm a pretensão moral de desfrutar da saúde da alma e cujo mal é assim, no máximo, o mal de que sofre qualquer pessoa"27.

Desta série de citações que ilustram a concepção de Jung sobre a relação terapêutica e a psicoterapia em geral, resultam alguns pontos essenciais de surpreendente relevo.

Primeiro ponto: é a personalidade do médico e sua atitude que desempenham o papel essencial na terapia. Teorias, métodos e técnicas são em larga medida indiferentes. Segundo ponto: a terapia repousa sobre uma ligação de confiança mútua, na qual o terapeuta se envolve totalmente. Terceiro ponto: a ênfase, que em Freud é colocada quase exclusivamente sobre o paciente, não só é posta por Jung, e muito vigorosamente, sobre o médico, mas também e sobretudo no valor ético deste último enquanto indivíduo. Não é mais o diploma de médico mas a qualidade humana do terapeuta que desempenha daí em diante o papel decisivo no êxito ou no fracasso da terapia.

Quanto às leis psicológicas do psiquismo profundo, é preciso, reconhece Jung, ensiná-las ao paciente que não as conheça, e o que ele chama de educação constitui um dos procedimentos fundamentais de sua psicoterapia. Mas como evitar, a partir daí, que a educação se transforme em sugestão, no sentido coercitivo que Jung atribui a essa palavra? Já conhecemos a resposta, dada pelo próprio Jung: a análise é uma intervenção psicológica que visa a desencadear processos inconscientes já presentes em estado de virtualidade na psique do outro. Portanto, não há a coação pessoal exercida pelo analista e, pois, não há sugestão, conclui Jung. Ao que respondemos, não há coação, não há suggestionamento, mas evidentemente há sugestão, porque negar a existência da sugestão em tais casos, como o fez Jung, significa negar a evidência e brincar com as

palavras. De fato, é inegável que, pela "educação" que dispensa como também por sua personalidade e por sua atitude, o analista "influencia" o analisado, como o reconhece superabundante-mente o próprio Jung.

A despeito de sua proclamada aversão pela sugestão, Jung é, sem dúvida e em última análise, o primeiro psicoterapeuta moderno cuja prática pode ser considerada autenticamente sugestiva, apesar do caráter analítico e racional que, não importa o que já se tenha dito dela, inspira fundamentalmente o seu procedimento, ao menos consciente.

Acreditando romper com a terapia sugestiva representada oficialmente pela escola de Nancy, Jung na realidade só rompeu com o seu sugestionamento. Este sugestionador contra vontade que foi o grande psicólogo de Zurique deu à sugestão autêntica a tríplice dimensão da profundidade, do diálogo entre adultos e da liberdade. A partir de Jung, a sugestão transforma-se num humanismo, um humanismo no qual começam a aparecer certos traços de natureza evolutiva ligados ao crescimento e à maturação interiores do ser humano. Um novo aspecto, capitai, do fenômeno sugestivo. Voltaremos a isto no fim deste estudo²⁹.

CAPITULO XI

Do bom e do mau

uso da sugestão nos meios de
comunicação contemporâneos

1. A SUGESTÃO.COLETIVA

A sugestão coletiva é um fenômeno de todos os tempos, quer se trate de sugestão exercida diretamente, sobre ou pelos grupos e multidões, quer se trate destes grupos e destas multidões como simples fatores de ressonância e de amplificação do fenômeno sugestivo. Mas o que é novo e sem precedente na história da humanidade é, ao mesmo tempo, a amplitude adquirida pela sugestão coletiva nas sociedades modernas, sociedades de massa, e o tom sistemático, deliberado, cada vez mais "científico" (na verdade mais sistemático do que realmente científico) dado à sugestão coletiva por aqueles que fazem uso dela para influenciar e dominar os espíritos. O que é novo também são certos meios modernos de sugestão coletiva: os meios de comunicação.

É colocando-se contra a corrente da sugestão coletiva, e lutando contra ela com coragem e tenacidade, que o indivíduo conseguirá mais freqüentemente suas vitórias mais decisivas no plano da vida. A sugestão coletiva é o exterior e é a determinação pelo exterior. Uma determinação que pesa tanto mais fortemente sobre nós quanto de ordinário não estamos conscientes dela e nem mesmo suspeitamos de sua existência. Quer se trate do nosso ambiente no amplo sentido da palavra, econômico, social e cultural, da nossa profissão ou da nossa educação familiar, da instrução que recebemos ou ainda dos valores morais da sociedade em que vivemos ou dos grupos mais restritos a que pertencemos, tudo isso exerce uma forte sugestão sobre nós, e em geral sem que saibamos.

Tais aspectos da sugestão coletiva são formas generalizadas, quase universais mas difusas, do fenômeno sugestivo. Quando coletivo, o fenômeno sugestivo pode assumir aspectos bem mais claros, ao intervir por exemplo o fenômeno do "homem na multidão", a cujo estudo se dedicaram em particular certos autores alemães, de um século para cá.

Unidos por uma determinada circunstância de ordem emocional, com forte matiz afetivo, como sublinha Püll¹, os indivíduos "em multidão" são intercambiáveis. A forte emotividade da multidão vai de par com "a indiferença muitas vezes observada, e mesmo a frieza emocional, nas relações dos membros de uma multidão entre si... Ela não oferece um clima favorável à camaradagem e à amizade"². Como nota ainda Püll,³ quando se fala de sugestão coletiva a propósito da multidão, convém distinguir o poder de sugestão que dela emana, sua ação sugestiva, e, inversamente, a predisposição da multidão à sugestão, sua sugestibilidade, "a rapidez e a facilidade com que sucumbe às sugestões"⁴. Há dois

aspectos da sugestão coletiva facilmente observáveis nas demonstrações de massa, comícios, desfiles, manifestações, etc. Os slogans mais simplistas, repetidos mecanicamente, obsessivamente, num quadro apropriado, são o instrumento predileto do sugestionamento das multidões. Basta lembrar aqui a título de exemplo os leitmotiv da propaganda hitlerista e a formidável encenação visual, sonora e emotiva de que se cercavam os congressos de Nuremberg. E o instinto da imitação, o instinto gregário, também desempenha um papel capital. Comprovam-no as modas, as predileções coletivas. Testemunha-o também o fenômeno das "epidemias" psicológicas e a espantosa rapidez de sua propagação.

"O homem na multidão" assimila seu comportamento ao dos outros, o mais das vezes abandona todo pensamento e todo querer pessoais, todo espírito crítico e todo sentimento de responsabilidade, abdica o racional em benefício do emotivo. Aceita passivamente a autoridade do sugestionador, do líder, religioso ou político. A sensação de pertencer à massa lhe dá a ilusão de força, de segurança, e também a ilusão da comunhão fraternal. Acabamos de mencionar a religião e a política. Mas também seria necessário citar a publicidade, este fenômeno sócio-econômico que adquiriu extraordinária importância nas sociedades ocidentais, chamadas de consumo.

Tanto quanto a religião ou a política, a publicidade não é destinada, por natureza, à sugestão coercitiva. Alguns publicistas célebres, Dichter nos Estados Unidos, Bleustein-Blanchet na França, sustentaram não sem razão que a publicidade é um dos aspectos da informação ao público e que na realidade ela o protege, permitindo-lhe a comparação e a livre escolha. Liberdade de escolha, progresso na comunicação, informação e educação do público, estímulo à criatividade pessoal: são todas justificações da mesma ordem, e todas válidas, que podem ser, legitimamente invocadas pelas religiões ou pelos partidos políticos nos esforços que empregam para informar e conquistar as massas a que se dirigem.

Mas, infelizmente, é bem difícil estabelecer a fronteira entre o que se refere à informação do público ou à defesa legítima dos seus interesses e dos seus direitos e o que concerne à manipulação dos espíritos, à intoxicação, quer seja publicitária, religiosa ou política. Liberdade ou coação? A pedra de toque, aqui, é a intenção do sugestionador e o seu respeito, autêntico ou não, pela liberdade de escolha daqueles aos quais se dirige. É a atitude interior do sugestionador — indivíduo ou coletividade —, sua motivação real, os fins que persegue, que decidem em última análise o caráter da sugestão, quer se trate de sugestão ordinária, corrente, ligada aos aspectos eventualmente mais materiais da vida quotidiana, quer se trate de sugestão a um nível mais profundo. Mas com mais frequência, infelizmente, é o sugestionamento que prevalece: a preocupação de informar ou de educar, de instruir, e a "raiva de convencer" como diz Bleustein-Blanchet, cedem o

lugar com muita facilidade ao martelamento publicitário e ao condicionamento do cliente, ou do eleitor, ou do eventual aderente, aos quais se procura influenciar a qualquer preço, manipular, ditando-lhes de fato a escolha, embora sob virtuosos protestos de que se faz o contrário. Sugestionamento tanto mais perigosamente eficaz pelo fato de se aproveitar, sem vergonha, de todos os recursos que lhe oferecem os meios de comunicação contemporâneos.

2. PERVERSÕES MODERNAS DA SUGESTÃO: DO CONDICIONAMENTO PUBLICITÁRIO E POLÍTICO PELOS MEIOS DE COMUNICAÇÃO À PUBLICIDADE SUBLIMINAR E À LAVAGEM CEREBRAL

Os meios de comunicação — imprensa, cinema, rádio, disco, televisão — podem exercer, e efetivamente exercem em certas circunstâncias, ação extremamente positiva no plano da educação e da informação do público, no plano da cultura e do lazer. Os meios de comunicação são, em níveis diferentes, agentes de sugestão no melhor sentido da palavra. Mas no atual estado das coisas, esses mesmos meios de comunicação estão de maneira

5. Recordemos o sentido que propusemos a este neologismo: forma de sugestão coercitiva, que não respeita a liberdade do sugestionado. geral desviados do seu uso legítimo. São instrumentos de sugestio-namento e, muitas vezes, sob suas piores formas.

Na verdade, os modernos meios de comunicação colocam um duplo problema, conforme a pessoa se situe do ponto de vista daqueles que os utilizam como meios de sugestão ou do ponto de vista dos que sofrem seu impacto.

No que diz respeito a estes últimos, citaremos as seguintes Unhas de Leroi-Gourhan, que nos parecem de rara penetração: "A escrita alfabética conserva, para o pensamento, um certo nível do simbolismo pessoal... mantém para o indivíduo o benefício do esforço de interpretação por ela exigido... Puramente estática e visual, a fotografia deixa a interpretação tão livre como o era a do paleolítico perante os bisões de Altamira. O fonógrafo, por sua vez, impôs uma cadeia auditiva sobre a qual se constrói uma visão mental livre e pessoal. O cinema mudo não modificou muito as condições tradicionais: a cena muda apoiava-se em ideogramas sonoros, vagos, baseados num acompanhamento musical que preservava o jogo entre a imagem imposta e o indivíduo. As condições modificaram-se profundamente com o cinema sonoro e com a televisão, que mobilizam ao mesmo tempo a visão do movimento e a audição, isto é, forçam a participação passiva de todo o campo da percepção. A margem de interpretação individual fica excessivamente reduzida porque o símbolo e o seu conteúdo confundem-se num realismo que tende para a perfeição e porque, de outro lado, a situação real assim recriada deixa o espectador

fora de toda possibilidade de participação ativa... A situação que tende a se estabelecer representaria, portanto, um aperfeiçoamento porque economizaria o esforço da imaginação... Mas a imaginação é a propriedade fundamental da inteligência e uma sociedade em que se enfraquecesse a propriedade de forjar símbolos perderia ao mesmo tempo sua propriedade de agir... A linguagem audiovisual tende a concentrar a elaboração total das imagens nos cérebros de uma minoria de especialistas, que levam às pessoas uma matéria totalmente figurada... Há uma separação, no corpo social, entre o criador e o consumidor de imagens. O empobrecimento não está nos temas mas no desaparecimento das variantes imaginativas pessoais... Tudo se transforma numa realidade absolutamente nua, a absorver sem esforço, enquanto o cérebro oscila"6.

À passividade, assinalada por Leroi-Gourhan, do espectador ou do ouvinte de cinema, rádio e televisão, corresponde um espaço cada vez maior deixado aos que dispõem dos meios de comunicação audiovisuais para influenciar e manipular deliberada-mente aqueles que olham ou ouvem. Os meios de comunicação permitem agir à distância e simultaneamente sobre o espírito de enormes massas de leitores ou ouvintes. "Coordenados e orientados, escreve Mucchielli, os meios de comunicação transformam-se em formidável instrumento de fabricação de opinião e de moldagem de comportamentos. A conjunção entre a disposição dos meios de comunicação de massa como meio de entrar em relação de persuasão simultaneamente com milhões de indivíduos isolados, de uma parte, e, de outra, o conhecimento das determinantes reais da decisão e da ação dos seres humanos, deve levar a uma domesticação dos comportamentos e a um nivelamento de condutas automatizadas que lembram de maneira irresistível o mundo dos seres integralmente condicionados de Aldous Huxley ou o terrífico Universo de George Orwell"7.

"Da "hipnose das compras" que os supermercados procuram criar, à doutrinação publicitária e política pela imprensa, pelo rádio e pela televisão, o objetivo almejado é o mesmo: concretizar o que David Riesman já em 1950 chamava de "multidão solitária", pela quebra e decomposição insidiosas dos grupos naturais (a família por exemplo) e dos grupos organizados (grupos religiosos, políticos, sindicais, culturais, etc.). Chega-se assim ao isolamento de cada um e atinge-se cada um, individualmente, em sua solidão. Multidão de pessoas sós, a "massa" é oferecida às sugestões e ao nivelamento pelos meios de comunicação de grande difusão"8. O "sistema", quer seja econômico, ideológico ou político, submete o indivíduo ao "conjunto", isto é, a uma estratégia e a uma finalidade ocultas, aos objetivos conhecidos somente pelos poderes de decisão e que ninguém verdadeiramente contesta". Manipular o outro é antes de tudo afastá-lo do poder de decisão.

Uma nova metamorfose da sugestão é o que R. G. Schwartz-berg, muito justamente, chamou de "Estado espetáculo", o star system em política. Schwartz-berg escreve no prefácio do seu livro¹⁰: "A política torna-se um espetáculo. E muitas vezes um one man show. Com a personalização do poder, o mundo da política repousa, como o mundo do espetáculo, sobre o star system. Tudo se apaga — partidos, programas — atrás das supervedetes que distribuem entre si os grandes papéis. É o herói: de Gaulle, Mão, Stálin, depois Brejnev ou Amin. É o Sr. Qualquer Um: Pompidou, Ford, Carter. É o líder charmoso: Kennedy, Trudeau, Giscard d'Estaing. É o pai, como Raymond Barre. Esses astros inventam a comunicação-política, a política feita sob medida para os meios de comunicação (imprensa, rádio, televisão). Muitas vezes, eles se inspiram no teatro e no cinema e, muitas vezes também, as agências de publicidade fabricam suas imagens, como a uma marca. Resultado: o cidadão se transforma em simples espectador de um poder que está sempre representando. É a testemunha passiva e manipulada desta exibição permanente. Assim morre a democracia" .

Com as técnicas apuradas de que se serve o martelamento publicitário para os diversos processos de condicionamento dos espíritos usados através do mundo pela quase totalidade dos atuais partidos políticos, os "empíricos" da sugestão coletiva fizeram com que a ciência da sugestão, ou mais exatamente, do sugestionamento, desse passos gigantes de meio século para cá.

Outro "progresso" ainda nesta matéria é a subpercepção, que se serve de estímulos muito rápidos para atingir o nível perceptivo. Desde 1956, experiências de publicidade subliminar patrocinadas pela Coca-Cola já utilizavam, nos Estados Unidos, estímulos invisíveis que passavam na tela do cinema uma mensagem publicitária a uma velocidade que a tornava invisível. Resultado? Acréscimo de 30% nas vendas da Coca-Cola aos espectadores submetidos a esse teste de publicidade subliminar.

Denunciado veementemente em 1958 por Vance Packard, cujo livro *The hidden persuaders* fez grande sucesso na época, o processo foi rapidamente proibido por lei nos Estados Unidos e em vários outros países. Mas, na prática, trata-se de proibição muito difícil de se fazer respeitada, como o demonstrou mais recentemente o livro de Key, *Subliminal seduction*, que focalizou particularmente o freqüente uso subliminar de imagens ou palavras especificamente sexuais, e até pornográficas, em publicidade de aparência bastante respeitável¹².

A subpercepção publicitária é um fenômeno bem mais corrente do que em geral se imagina. A subpercepção está agindo, por exemplo, como observa Mucchielli, "quando folheamos, sem de fato as ler, as páginas publicitárias de uma revista, ou quando passamos de carro diante de painéis ou cartazes que não olhamos"¹³. O livro de Dixon, *Subliminal perception*, confirmou

cientificamente o caráter generalizado e o extraordinário impacto da percepção subliminar, quer seja visual, auditiva, ou faça apelo a outros "receptores" do ser humano.

A esta técnica apurada de violação das consciências que é a publicidade subliminar, acrescentam-se em nosso mundo atual ainda outros processos, como a "lavagem cerebral" que foi e continua sendo usada nas prisões, nos campos chamados de "reeducação" e nos hospitais psiquiátricos não somente na China e na URSS, mas em muitos outros países, tanto no Leste como no Ocidente.

A Encyclopaedia Americana dá a seguinte definição de "lavagem cerebral": "Não importa qual seja a técnica de manipulação do pensamento ou do comportamento de outrem, exercida contra sua vontade ou sem que o saiba. Em sentido mais estrito, o termo inglês é a tradução da palavra chinesa que designa os esforços sistemáticos empregados pelos comunistas, e especialmente os comunistas chineses, para persuadir os não-comunistas a aceitar o comunismo" (pág. 433). A palavra tornou-se de uso corrente no mundo ocidental depois da guerra da Coreia, quando os chineses submeteram seus prisioneiros americanos a "lavagens cerebrais" cientificamente organizadas e "reeducadoras". Tratava-se, na realidade, de um conjunto de técnicas empíricas que combinavam o isolamento, as pressões morais e também físicas como a privação temporária do sono e de alimentos, os interrogatórios incessantes e surdos, a "confissão de crimes", com sessões de doutrinação ideológica.

Como observa, com muita razão, J.A.C. Brown em seu livro *Techniques of Persuasion*, a "lavagem cerebral" não é, de forma alguma, apanágio dos regimes comunistas. A lavagem cerebral que se pratica, por exemplo, nas public schools inglesas é mais eficaz, afirma Brown, que enfatiza, além disso, que os comunistas chineses, quando utilizam esta técnica com prisioneiros ou adversários políticos que devem ser "reeducados", são "perfeitamente sinceros em suas intenções, pois consideram que os valores que pretendem inculcar são bons e justos"; é, pensam eles, do interesse dos próprios prisioneiros ou dos opositores, como seres humanos, "abandonar os "valores podres" do mundo capitalista".

Encontra-se no livro de Brown¹⁶ uma descrição exata do que é "lavagem cerebral", na qual fica bastante evidente que a coação política por ele comentada encontra sua correspondente na coação econômico-social e cultural, mais difusa, mas também muito real, que se emprega para a modelagem dos espíritos do mundo ocidental.

Tudo o que ficou dito — condicionamento publicitário, propaganda política, publicidade subliminar, lavagem cerebral — compõe, em última análise, um quadro bastante sombrio e muito inquietante do rápido desenvolvimento da ciência do sugestionamento e da manipulação dos espíritos no mundo contemporâneo.

Não existe, entretanto, uma técnica sugestiva que, por si, não possa ser utilizada de forma positiva e benéfica para o homem. Tudo depende da finalidade a que ela serve. Isso acontece, por exemplo, com os estímulos subliminares quando se propõe, com o consentimento dos interessados, curar a obesidade ou o tabagismo pelo uso de imagens ou de diretivas invisíveis. Veremos mais adiante que há numerosos meios de se fazer uso da técnica subliminar com fins positivos para o indivíduo.

CAPÍTULO XII

Psicologia soviética e sugestão

A psicologia soviética, ao 'menos até o relativo degelo dos anos 60, repousa sobre dois postulados fundamentais.

Inicialmente, a publicação, em 1929 e 1930, dos Cadernos de Filosofia, de Lênin, consagrou oficialmente na URSS a teoria chamada "do reflexo": o espírito é um reflexo da realidade material exterior; o espírito não é simplesmente uma função da matéria altamente organizada. "Para que um psicólogo seja verdadeiramente materialista dialético, escreveu em 1948 Chernakov, não basta reconhecer que a psique ou a consciência é um produto

1. Ao tratar da sugestão, esclarecemos imediatamente que não abordaremos seu uso coercitivo na URSS, nem no que se refere à propaganda política, nem quanto aos processos que teriam sido usados, ou ainda se usariam, em hospitais psiquiátricos, com certos opositores políticos. Este é um problema - um problema grave — que extrapola o quadro desse estudo. da função do cérebro; ele deve reconhecer, sem qualquer reserva, que a psique é um reflexo do mundo exterior"².

O segundo postulado da psicologia soviética é a afirmação maciça, peremptória, dogmática, do poder exclusivo da razão. O real é o racional, já o haviam proclamado Hegel e Marx. E o racional é o reflexo do mundo exterior nas estruturas da consciência. Segundo a psicologia soviética da era stalinista e imediatamente pós-stalinista, a atividade mental consciente é a mais alta função psicológica do homem e a única que o diferencia fundamentalmente do animal. O inconsciente simplesmente não existe. É uma criação puramente imaginária do freudismo. É um produto do idealismo burguês. Um produto "viscoso", observa Chernakov, citado mais acima, um produto que marca "um recuo em direção ao misticismo".

"Nossos sentimentos e nossas emoções, prossegue o mesmo Chernakov, não podem ser não-objetivos ou não-conscientes. É impossível sentir ou experimentar uma coisa desconhecida. É impossível amar ou odiar uma pessoa desconhecida, por uma razão desconhecida"³. E cita Stálin: "Nosso "eu" só existe na medida em que existem as condições exteriores⁴ que suscitam impressões em nosso "eu"s.

Mas se o dogmatismo oficial dos anos 1930-1960 nega de forma peremptória a existência do inconsciente, há entretanto, de fato, um domínio em que a psicologia soviética continua deitando raízes profundas nesse mesmo inconsciente: é o domínio da hipnose e da sugestão que, já praticadas na Rússia antes da Revolução de Outubro, não cessaram de sê-lo depois, e em escala cada vez maior, pela psiquiatria soviética. A Rússia fora pouco afetada pela vaga da psicanálise que depois de 1900 varreu a Europa ocidental e contribuiu bastante, como vimos, para atirar

o descrédito, e um descrédito duradouro, sobre a hipnose e a sugestão. Na Rússia isso não aconteceu. A aceitação da hipnose e da sugestão continuou depois de 1900 e mais ainda depois de 1917.

A sugestão terapêutica praticada durante todos os anos 1920--1960 na União Soviética é uma sugestão que se pretende racional, de conformidade com o dogma oficial reinante. É uma sugestão em estado de vigília, de tipo autoritário, que deve muito a Bernheim (na União Soviética, nos anos 20, falava-se método Bernheim-Bechterev). Mas é também uma sugestão que assumiu habitualmente um caráter explicativo e persuasivo na linha da sugestão pela razão preconizada por Dubois. Sugestão de acordo com a razão, de fato, mas que vai bem além e só se torna realmente eficaz no silêncio desta última, como o reconheceu o próprio Bechterev pouco antes de sua morte, em 1927: "A sugestão (diferente da convicção)⁶ entra na consciência do homem, escrevia Bechterev⁷, não pela porta principal, mas pela porta de serviço, evitando o porteiro: a crítica... Desta maneira, sugerir consiste em enxertar mais ou menos diretamente no psiquismo de uma pessoa as idéias, os sentimentos, as emoções e outros estados fisiológicos, ou em outros termos, agir de maneira a abolir a crítica e o raciocínio; a sugestão deve ser considerada um enxerto direto, na esfera psíquica de uma pessoa, dos sentimentos, emoções e outros estados fisiológicos por intermédio da palavra e dos gestos, evitando-se a crítica e atenção do paciente".

A sugestão, e também a hipnose, estão portanto em posição de honra na Rússia pós Revolução de Outubro. Desempenharam um papel tão importante na terapia das doenças mentais (concorrendo com o eletrochoque e a quimioterapia, também muito empregados na URSS), que Pavlov, o grande Pavlov, que figura como patriarca inspirador da psicologia russa e cujo prestígio é imenso na União Soviética, não deixou de se interessar, e cada vez mais, por uma e pela outra, e isso até a sua morte, em 1936.

1. A EXPLICAÇÃO PAVLOVIANA DA HIPNOSE E DA SUGESTÃO PELO REFLEXO CONDICIONADO

Para Pavlov, a hipnose é um sono, um sono parcial. Tanto na origem deste, como na daquela, encontra-se um processo de inibição, mais forte no sono do que na hipnose, pois nesta última a inibição se limita a certas partes do córtex. Na hipnose, uma parte do córtex vela e a outra dorme. Permanecem no córtex pontos acordados que permitirão a manutenção de uma relação exclusiva entre o hipnotizador e o hipnotizado. A hipnose se faz mais profunda na medida que, por irradiação, a inibição investe mais larga e profundamente as áreas corticais. O conjunto destas é atingido pela inibição? É o sono, cuja origem deve ser procurada ao menos em parte, segundo Pavlov, na fadiga da célula nervosa, fadiga que se traduz pelo

acúmulo dos metabolitos da fadiga nas células do cérebro. A inibição hipnótica permite o repouso e a restauração do cérebro pela eliminação dos dejetos metabólicos. A inibição protege o cérebro do cansaço e da superexcitação, limitando as excitações exteriores.

Mas este processo de inibição é na realidade sempre um processo de inibição-ativação? Que faz a inibição? Ela desliga o neurônio e, mais amplamente, o sistema nervoso consciente. Este último não mais recebe, ou recebe menos, as mensagens vindas do exterior e, portanto, não as responde mais, ou responde menos. A inibição é uma freada, uma separação em relação à atividade normalmente voltada para o mundo exterior. Tudo se passa como se a energia nervosa, separada da atividade exterior por via da inibição, se encontrasse, a partir daí, disponível para outras tarefas, de ordem interna, por meio da ativação de outras áreas do sistema nervoso, por meio de estímulo dialeticamente ligado à inibição do sistema nervoso consciente.

No sono, observa-se uma forte redução da atividade dos neurônios, que lhes permite recuperar a energia nervosa despendida em estado de vigília na vida sensorial, nas atividades de relação e no funcionamento do próprio espírito consciente. Mas esta inibição das atividades corticais provoca inversamente o estímulo da região subcortical, sede das atividades inconscientes e involuntárias. Tudo se passa como se uma turma do dia e uma turma da noite se alternassem no cérebro para assegurar a continuidade de uma atividade neurocervical incessante, voltada tanto para o exterior como para o Interior. A turma do dia seria a região cortical do cérebro, isto é, a parte do sistema nervoso cervical filogeneticamente mais recente, portanto a mais frágil e também a mais fatigável porque a mais solicitada pela atividade em estado de vigília. A turma da noite, ao contrário, seria a região subcortical. Quando uma turma repousa, a outra trabalha, e vice-versa. Como observaria mais tarde Dement, no título de uma de suas obras: "Some must watch while some must sleep"⁸.

Aplicada ao sono e à hipnose, a teoria pavloviana da inibição--ativação é aplicada também à sugestão. Para Pavlov, com efeito, como vimos no capítulo II deste livro, "a inibição é o próprio fundamento do fenômeno da sugestão". Como assim?

Antes de responder a esta pergunta, recordemos a distinção clássica estabelecida por Pavlov entre o primeiro e o segundo sistema de sinalização.

A idéia pavloviana de "sinalização" repousa sobre a existência, na atividade cerebral, de uma conexão entre a excitação e a informação de alguma coisa existente fora e separadamente do excitante.

O primeiro sistema de sinalização, como vem definido por Pavlov, é comum ao homem e ao animal e consiste em impressões diretas. Tais impressões são ligações provisórias, sinais que refletem a ação do mundo

exterior e do meio interior do organismo sobre os diferentes receptores do homem e do animal, receptores religados às células correspondentes do sistema nervoso central.

8. "Uns devem velar enquanto outros devem dormir."

O segundo sistema de sinalização, reservado ao homem, é a linguagem. Em estreita relação com o primeiro, que ele inibe, o segundo sistema de sinalização constitui a base fisiológica da atividade da palavra e do pensamento abstrato. Sinais dos primeiros sinais, estes sinais do segundo grau que são as palavras pronunciadas, ouvidas ou vistas, representam "tudo o que o homem percebe diretamente tanto do mundo exterior quanto do mundo interior e servem-lhe não somente nas relações com os outros mas também enquanto elementos de sua linguagem interior"⁹.

"O primeiro sistema de sinalização não existe em estado puro" no homem, escreveu Boule, médico do Primeiro Instituto de Medicina de Leningrado e discípulo de Pavlov. O primeiro sistema encontra-se em ligação indissolúvel com o segundo sistema"¹⁰.

"A palavra na atividade sinalética do cérebro substitui a excitação imediata", esclarece ainda Boule, que propõe o seguinte exemplo: "Quando uma fatia de limão é colocada diretamente na boca: aparece um reflexo absoluto. Se o limão for simplesmente mostrado, o primeiro sistema de sinalização entra em jogo. Só a palavra "limão", enquanto excitação condicional, age sobre o segundo sistema de sinalização. Este, como se encontra em estreita ligação com o primeiro sistema, provoca uma reação fisiológica: a salvação"¹¹.

Prossegue Boule: "Pavlov considerava que o segundo sistema de sinalização é o principal regulador do comportamento do homem. Daí a importância fisiológica excepcional da palavra. A influência da palavra constitui a base da psicoterapia. Do ponto de vista fisiológico, a psicoterapia constitui uma terapêutica funcional condicionada que age sobre a dinâmica cortical e, através dela, sobre as zonas subcorticais e vegetativas do sistema nervoso central... A palavra, por intermédio do segundo sistema de sinalização, age sobre o primeiro sistema de sinalização e, por este último, sobre a subcortical"¹².

As palavras são um excitante condicionado de extraordinária eficácia porque "às palavras, prossegue Boule, estão ligadas, em razão do passado vivido pelo homem adulto, todas as excitações externas e internas chegadas aos hemisférios"¹³. "O tratamento pela ação do segundo sistema de sinalização (pela palavra) é a base da psicoterapia"¹⁴. Pela palavra, o cérebro estabelece verdadeiros circuitos reflexos e nele, sem cessar, estabelece novos. "Não existe, afirma por sua vez Platonov, uma função do organismo do homem sobre a qual — sob certas condições — não se possa atuar pela palavra"¹⁵. A ação direta da palavra sobre o córtex cerebral é uma das chaves da saúde psíquica e física do ser humano, e do retorno a

esta mesma saúde quando ela está comprometida: tal é a convicção comum a Pavlov e aos seus discípulos, caso Boule e Platonov.

Tudo isso significa dizer que a sugestão verbal é um instrumento profilático e terapêutico da maior importância. E esta é, na verdade, a convicção que dominou a psiquiatria e a medicina da União Soviética desde os anos 1920 até o presente.

Qual é, nessas condições, a natureza exata da sugestão segundo a teoria pavloviana? "A sugestão, escreve Pavlov, é uma excitação concentrada de um ponto ou de uma região definida dos hemisférios cerebrais..., excitação que recebeu (graças à palavra que substitui a excitação imediata e pelo jogo dos dois sistemas de sinalização)¹⁶ uma significação determinante e exclusiva que... isola (este ponto ou esta região)¹⁷ de todas as outras influências exteriores"¹⁸, realizando em seguida por irradiação seguida de concentração o estado de inibição cortical "que exclui toda ação concorrente de excitações atuais ou antigas"¹⁹, e do qual Pavlov afirma que está na base de toda sugestão: esta é um reflexo condicionado de inibição interna. Na sugestão, "fase particularmente interessante do hipnotismo humano", esclarece Pavlov, "as fortes excitações do mundo real cedem passo às fracas excitações produzidas pela palavra do hipnotizador"²⁰. Na auto-sugestão, a palavra não pronunciada é uma excitação inteiramente análoga. Esta excitação produz as mesmas reações fisiológicas de inibição-ativação sobre as zonas corticais e subcorticais. Por via das ligações córtico--viscerais, a palavra, pronunciada ou não, acha-se finalmente agindo sobre o funcionamento do conjunto do organismo. Os mesmos efeitos de inibição cortical também podem ser atingidos por induções não verbais: metrônomo, fixação de um ponto brilhante, etc. "Sugestão e auto-sugestão, conclui Pavlov, são os mais simples e os mais típicos dos reflexos condicionados 'm' .

Aqui, observamos imediatamente que Pavlov não distingue a sugestão da hipnose. Simples diferença de graduação, ele pensa, entre a sugestão em estado de vigília, a sugestão hipnótica e o sono. Passa-se insensivelmente do estado de vigília ao sono atravessando estados intermediários que Pavlov chama de estados fásicos que correspondem a diferentes estados de inibição cortical e no qual esta ganha, pouco a pouco, gradualmente, o cérebro. Observação muito importante de Pavlov a este propósito: durante estes estados fásicos, verifica-se que um estímulo fraco provoca uma reação forte, enquanto um estímulo forte provoca uma reação fraca. É por esta razão que Pavlov chamou a estes estados intermediários de fase paradoxal (seguida da fase ultraparadoxal no qual o excitante forte não suscita mais nenhuma reação e, então, a inibição é total)²². Os estados fásicos paradoxais também

foram chamados por Pavlov de fase de sugestão, porque é então que a sugestibilidade do paciente parece estar em seu máximo. Uma pessoa sugestionável será, pois, aquela cujas células cerebrais passam facilmente ao estado de inibição, uma pessoa na qual se produza com facilidade o "desligamento", a dissociação localizada, de uma área do cérebro e de sua atividade, em relação à atividade habitual do córtex por inteiro.

De suas observações sobre os estados fásicos, os discípulos de Pavlov, em particular Platonov²³, tiraram conclusões novas e do mais alto interesse: a sugestão doce seria de todas a mais eficaz, e a sugestão indireta seria bem mais eficaz do que a direta. É o que ocorre por exemplo quando a sugestão indireta é exercida através de objetos que criam reflexos simultaneamente condicionados e "indiretos" ao extremo. Mais importantes ainda, segundo Platonov, são os fatores de sugestão indireta que dizem respeito, no caso de sugestão terapêutica, à personalidade do médico. "A personalidade (do médico), sua atitude em relação ao paciente, seu tom de voz e seu próprio estado emotivo, escreve Platonov, têm enorme importância e constituem estímulos fracos que provocam reações extraordinariamente poderosas no sistema nervoso do paciente"²⁴. Platonov sublinha a extrema importância da relação pessoal, da ligação entre o médico e o paciente²⁵ no fenômeno sugestivo. É o domínio das micro-sugestões, certo, mas o impacto delas é muito mais forte.

Platonov insistiu longamente no aspecto tão facilmente iatro-gênico (doença provocada pela atitude do médico) na relação médico-paciente e nos estragos provocados pela atitude de muitos médicos, senão a maioria deles, na saúde dos clientes por causa de suas micro-sugestões inconscientes.

Em 1938, outro discípulo de Pavlov, Katkov, já denunciara os danos provocados nas mesmas condições pelos professores em relação aos seus alunos. Katkov propôs chamar de didactogênicas as inumeráveis neuroses provocadas nos alunos pela atitude dos professores²⁶.

Os verdadeiros problemas da saúde e do ensino, e os maiores obstáculos a todo progresso real, seriam primeiro e antes de tudo os próprios médicos e professores? São muitos os que, de Mon-taigne a Jung, a Rogers, a Krishnamurti e a Illitch, já se declararam convencidos disso...

Da observação dos estados fásicos, Pavlov tirou outra conclusão do mais alto interesse: existem dois tipos fundamentais de seres humanos, os que Pavlov chama de intelectuais ou pensadores, nos quais predomina o segundo sistema de sinalização, ligado à palavra e ao pensamento abstrato, e aqueles que o grande fisiologista russo chama de artistas, nos quais prevalece o primeiro sistema de sinalização, ligado à impressão direta e não intelectualizada, não verbal. O "desligamento" favorável à sugestão opera-se mais facilmente nos segundos, entre os artistas, do que nos primeiros, os intelectuais, estes mais protegidos talvez por | suas estruturas

mentais, mas mais rígidos também, menos aptos a acolher as sugestões quando valeria a pena acolhê-las.

Eis o que escreve Pavlov a este respeito: "Os artistas... abarcam a realidade integral, como ela é, em bloco, a realidade viva, sem fracionamento e sem dissociação. Os outros, os pensadores, dissecam-na e matam-na por assim dizer, fazem dela provisoriamente um esqueleto e a juntam de novo, pedaço a pedaço, esforçando-se por reanimá-la, o que jamais conseguirão inteiramente... A... reprodução integral da realidade é inacessível ao pensador".

A distinção pavloviana entre "intelectuais" e "artistas" foi confirmada por numerosas observações devidas a um discípulo de Pavlov, o soviético I. Volpert, que demonstrou (em 1952), apoiado em estatísticas, que os "artistas" de fato inibem muito mais facilmente e muito mais depressa o segundo sistema de sinalização. Conviria idealmente, já o havia sustentado Pavlov, encorajar o desenvolvimento de um tipo misto, capaz de passar com facilidade e depressa de um estado a outro, por intermédio da inibição rápida. Este tipo misto, para cuja aparição e crescimento na raça humana Pavlov fazia votos, seria também o mais capaz de tirar o máximo partido das sugestões positivas e benéficas, favoráveis à plenitude do ser humano.

2. O DEGELO DOS ANOS 60

Embora o inconsciente tivesse sido oficialmente interditado na Rússia stalinista, ele nunca deixou de ser, como já vimos, objeto das investigações dos pesquisadores soviéticos. Nos domínios da hipnose e da sugestão, a psicologia soviética, a mais oficial, continuava preocupando-se com o inconsciente, ao menos em algumas de suas manifestações externas, embora evitando cuidadosamente citar até a noção de inconsciente.

A partir do início dos anos 60, produziu-se um verdadeiro degelo no domínio da psicologia, como aliás em muitos outros. Um vento de liberalismo — relativo — sopra de repente sobre a URSS, que varre certo número de tabus, levanta proibições até então inflexíveis e coloca abruptamente no primeiro plano da pesquisa psicológica setores inteiramente novos. É o que ressalta claramente da leitura dos livros, revistas e outras publicações soviéticas e o que aparece não menos claramente por ocasião dos congressos, que começam a se abrir a participantes ocidentais.

O público soviético primeiro, o Ocidente em seguida, descobrem pouco a pouco e com espanto que bem antes de 1960 alguns pesquisadores soviéticos tinham prosseguido, sem poder dar-lhes qualquer publicidade, as pesquisas em domínios estritamente proibidos, ao menos oficialmente. Repentinamente a existência dessas pesquisas e os seus resultados pacientemente acumulados são revelados, oficializados, trazidos ao conhecimento do público.

Desde 1960, o degelo também afeta a informação sobre a psicologia ocidental, que deixou de ser objeto de um ostracismo sistemático e agressivo. Começa-se, nos livros e revistas soviéticos, a falar por exemplo de Freud sem ser para denunciá-lo com virulência. Ele é sempre criticado, mas o seu pensamento é exposto com uma objetividade desconhecida no passado e não se hesita em reconhecer-lhe certos méritos. Sinal dos tempos, um neurofisiologista eminente e muito conhecido na URSS, P. Bassine, dedicou, em 1969, um estudo muito importante ao Problema do Inconsciente, no qual três dos seis capítulos que constituem a obra são dedicados a uma notável exposição histórica e crítica sobre a evolução da psicologia ocidental neste domínio, com um capítulo inteiramente dedicado a Freud e à psicanálise²⁸.

Pode-se ter como certo, hoje, que o inconsciente se tornou, depois de 1960, um dos problemas mais importantes da psicologia soviética. O mais importante, não hesita afirmar o para-psicólogo checo Milan Ryzl. O mundo comunista descobre o inconsciente...

Mas o inconsciente descoberto pela psicologia soviética dos anos 60 não é o mesmo inconsciente da psicologia ocidental. Ou pelo menos o inconsciente apreendido pelos pesquisadores soviéticos o é sob aspectos muito diferentes dos revelados já de quase um século para cá pelos psicólogos ocidentais. De fato,

28. Publicado em Moscou em 1969, traduzido para o francês, inglês e italiano em 1973 (e nessa ocasião enriquecido por um longo posfácio e atualização pelo autor) o livro de Bassine é um produto típico desta "revolução do inconsciente" que a partir de 1960 renovou profundamente a psicologia soviética. Outro sinal dos tempos: em outubro de 1979 realizou-se (pela primeira vez desde a Revolução de 1917) um congresso internacional consagrado ao "inconsciente", organizado em Tbilissi, pela Academia de -Ciências da Geórgia, presidido por P. Bassine, e para o qual vários psiquiatras e psicólogos ocidentais foram convidados a apresentar comunicações.

a psicologia soviética do inconsciente se desenvolve essencialmente em duas direções: a parapsicologia e a neurocibernética.

Não está em nossos propósitos evocar aqui, ainda que superficialmente, as pesquisas realizadas na URSS, desde uns vinte anos, nos domínios da parapsicologia e da neurocibernética. No que diz respeito a esta última, particularmente as obras de Ouznadzé e de Bassine sobre a atitude certamente estiveram na origem de algumas descobertas importantes de Lozanov e da escola de Sofia em matéria de sugestão, das quais teremos ocasião de falar mais adiante. Mas os trabalhos de Ouznadzé e de Bassine não são sobre a sugestão propriamente dita, e não trataremos deles aqui (permitimo-nos remeter o leitor que se interessar por este problema ao estudo que dedicamos à questão do inconsciente na psicologia soviética).

Quanto à parapsicologia, porém, parece-nos útil dar algumas indicações muito breves sobre as pesquisas de Vassiliev, que dizem respeito diretamente a alguns aspectos do fenômeno sugestivo (também neste caso, para informações mais amplas, remetemos o leitor ao nosso livro já citado).

3. OS TRABALHOS DE VASSILIEV SOBRE A TELEPATIA E A SUGESTÃO À DISTÂNCIA

Discípulo de Bechterev no Instituto de Pesquisas do Cérebro, de Leningrado, o jovem médico e fisiologista Leonid Vassiliev começou, em 1922, experiências sistemáticas sobre a sugestão mental ou telepatia, que deveria prosseguir incansavelmente até sua morte, em 1966. As pesquisas de Vassiliev (e de muitos outros sábios soviéticos interessados pela parapsicologia) foram quase clandestinadas durante cerca de trinta anos, porque até 1960 a parapsicologia esteve oficialmente banida da pesquisa soviética: ciência idealista, mística e supersticiosa, afirmavam os dicionários e enciclopédias daquela época. Ainda em 1956, a Grande Enciclopédia Soviética escrevia a propósito da telepatia: "É uma ficção idealista anti-social referente aos poderes sobrenaturais do homem de perceber fenômenos que, considerados o lugar e a posição, não podem normalmente ser percebidos".

Titular da cadeira de fisiologia da Universidade de Leningrado desde 1943, membro da Academia de Ciências da URSS desde 1950, Vassiliev pôde enfim criar em 1959, graças ao degelo pós--stalinista, o primeiro Laboratório de Estudo da Sugestão Mental no Instituto de Estudos Fisiológicos da Universidade de Leningrado.

Publicada em 1959, a primeira obra de Vassiliev dedicada à parapsicologia, livro de grande divulgação — Os Fenômenos Misteriosos do Psiquismo Humano (traduzido em inglês em 1963) — descobriu ao público soviético um novo domínio ainda mais ou menos desconhecido na época. Do livro consta um capítulo sobre "radiação mental". O interesse do público, particularmente pela telepatia, foi imenso. Em 1960 e 1961, Vassiliev publicou mais dois livros, Pesquisas Experimentais sobre a Sugestão Mental e

A Sugestão à Distância, cuja primeira edição, de 120 000 exemplares, esgotou-se instantaneamente (este último livro foi traduzido para o francês em 1943).

Muitas vezes se confunde na linguagem corrente telepatia e sugestão mental ou sugestão à distância. Convém, portanto, segundo Vassiliev, distingui-las.

A telepatia?® seria em princípio um fenômeno de transmissão espontânea de imagens, de pensamentos ou de emoções à distância. É bem assim que a

entende a linguagem corrente nas expressões: "é telepatia, é transmissão de pensamento".

A sugestão mental (o termo é devido ao fisiologista francês Charles Richet) seria um fenômeno do mesmo gênero, mas provocado, voluntário.

30. O termo é devido a Gurnez, Myers e Podmore, que o vulgarizaram no livro *Phantasma of the living*, publicado em Londres em 1886.

Na prática, a palavra telepatia é freqüentemente empregada em sentido geral, englobando as duas definições precedentes.

Em seus livros, Vassiliev dá numerosos exemplos de telepatia espontânea, alguns dos quais são clássicos na história da parapsi-cologia. O diretor do Laboratório de Leningrado relata também as suas próprias experiências de sugestão à distância.

Segundo Vassiliev, é infinitamente provável que a telepatia seja um fenômeno produzido constantemente entre os seres humanos, e isso não só quando se acham fisicamente em presença um do outro, mas também quando separados por distâncias que podem ser consideráveis. Por trás deste fenômeno, é preciso supor a existência de uma forma de energia ainda desconhecida da ciência. A eventual descoberta desta energia, irradiadora dos pensamentos e das emoções de cada um, terá, afirma Vassiliev, importância "igual à do descobrimento da energia atômica"³¹. Todos os indivíduos possuem faculdades telepáticas, em graus variáveis, e tais faculdades podem ser desenvolvidas pelo treinamento.

A telepatia espontânea parece habitualmente mais nítida, mais rápida, e transmite suas mensagens a maiores distâncias do que a sugestão mental provocada. E esta última parece mais concludente quanto mais se aproxima da telepatia espontânea.

Escreve Vassiliev: "Os melhores resultados experimentais de sugestão mental são obtidos quando transmitimos imagens³² que tenham uma coloração emocional²... Os estados psíquicos que abrangem inteiramente o ser do indutor³⁴ têm maiores possibilidades de ser transmitidos ao percipiente"³⁵.

Ao contrário do que sempre se pensou, não é a concentração que consegue levar a melhor em matéria de sugestão à distância, afirma Vassiliev, mas, ao contrário, a distensão, o estado passivo, o vazio do pensamento do percipiente, e a ausência de tensão emotiva e a espontaneidade do indutor. A confiança em si e no outro, a segurança tranqüila e a capacidade de esquecer toda preocupação pessoal também estão entre os mais importantes fatores de êxito, tanto para o indutor como para o percipiente. Tudo o que favorecer para um e para outro aquilo que Charles Baudouin chamava de "desabrochar" do inconsciente torna mais fácil a comunicação à distância. O que é transmitido ao percipiente, conclui Vassiliev, é bem mais o psiquismo inconsciente do indutor do que os conteúdos conscientes

que ele quer transmitir. E é também o psiquismo latente e inconsciente do percipiente que recebe a mensagem do indutor.

Os limites traçados para este livro só nos permitiram breves alusões às obras soviéticas relacionadas com o fenómeno da sugestão. Enfatizemos bastante, entretanto, o seguinte fato: a sugestologia lozanoviana, que logo a seguir será objeto do último capítulo deste livro, procede diretamente das pesquisas realizadas na URSS por Pavlov e pelos psicólogos soviéticos. Sem os seus trabalhos, teria sido inconcebível o nascimento e o rápido desenvolvimento da sugestologia lozanoviana.

CAPITULO XIII

A sugestologia de Lozanov e a sugestão no ensino

1. O PSIQUIATRA PROFESSOR: NASCIMENTO DA SUGESTOPEDIA

Nascido em Sofia em 1926, o doutor Georgi Lozanov iniciou-se no exercício da medicina em 1951, como psiquiatra, tendo trabalhado durante uns quinze anos em vários hospitais da capital búlgara. A princípio, só fazia tratamento através da hipnose, mas logo desistiu dela em benefício da sugestão em estado de vigília, dentro da linha inaugurada mais ou menos três quartos de século antes, na França, por Liébeault e Bernheim.

Durante sua prática médica, Lozanov interessou-se muito de perto pela parapsicologia e particularmente pela telepatia e pela hipermnésia, a memória paranormal. Entre 1960 e 1966, fez vários estágios no Laboratório de Estudo da Sugestão Mental, criado (em 1959) no Instituto de Estudos Fisiológicos da Universidade de Leningrado por Vassiliev, pioneiro das pesquisas para-psicológicas na URSS.

Em 1963, Lozanov publicou em Sofia seu primeiro livro, intitulado Manual de Psicoterapia, obra de um médico que professa total ceticismo em relação a todas as "técnicas" psicoterapêuticas. Simples placebos, dizia Lozanov. Só importam a personalidade do terapeuta e a "ligação" distendida que ele conseguir estabelecer com o paciente. Só importa, em última análise, a aptidão do médico para exercer a sugestão, quer ele a chame assim ou com outro nome. Lozanov preconizava também que os maiores trunfos do sugestoterapeuta, que são o prestígio, a autoridade e a confiança inspirada ao doente, fossem reforçados de maneira subliminar, isto é, não consciente para o paciente, por um ambiente que ele também qualifica de "sugestivo" — ambientação e aspecto material tão agradáveis quanto possível.

A partir dessa época, Lozanov concebe o estudo dos fenômenos sugestivos como uma ciência autônoma, que batizou de sugestologia.

Em 1965, Lozanov passa dois meses na Índia, para onde voltou mais duas vezes em curtas estadias, tendo-se interessado pelos fenômenos paranormais entre os iogas, e em particular pela hipermnésia, a "supermemória" obtida por alguns deles através da sugestão ou auto-sugestão, hipnótica ou não.

De volta à Bulgária, Lozanov começa a fazer experiências mais sistemáticas do que nunca sobre a sugestão em estado de vigília aplicada à memória, tendo escolhido como terreno experimental o ensino de línguas vivas estrangeiras a adultos. A idéia é particularmente feliz: o interesse de aprender rapidamente línguas estrangeiras é muito vivo no público; as autoridades, por sua vez, se deixam convencer facilmente a destinar ajuda material e financeira para pesquisas deste tipo; finalmente, experimentos

neste domínio se prestam com facilidade à observação, aos testes, à avaliação, às elaborações estatísticas.

O psiquiatra resolveu transformar-se em professor. Com certa improvisação no começo e com o auxílio de alguns colaboradores devotados, Lozanov fazia os alunos memorizar listas de palavras, depois frases isoladas, e enfim conjuntos mais coerentes, só por meio da sugestão exercida em estado de vigília. Nascia a suges-topedia, ciência da sugestão aplicada ao ensino. Mas — é preciso insistir nisto — a sugestopedia permanece, no espírito de Lozanov, a serviço da ciência mais fundamental, que é a sugestologia. "Sugestopedia, ciência experimental da sugestologia", dirá mais tarde o terapeuta búlgaro.

Os primeiros resultados obtidos desde 1965 foram extremamente encorajadores: em vinte dias de curso (quatro semanas), à razão de três horas de aula por dia, os alunos de francês e de inglês (todos totalmente principiantes no estudo dessas duas línguas) adquiriram o conhecimento de cerca de 1 800 palavras¹, com porcentagem de memorização da ordem de 90 a 95%, tudo sem esforço nem fadiga, nem para os professores nem para os alunos. Seis meses depois do curso, a porcentagem de retenção das palavras retidas era ainda da ordem de 60%.

Os primeiros êxitos da sugestopedia convenceram as autoridades búlgaras a dar a Lozanov os meios para prosseguir suas experiências. Em outubro de 1966, foi criado, sob a autoridade da Academia de Ciências da Bulgária, o Centro de Pesquisas de Parapsicologia e Sugestologia², cuja direção foi confiada a Lozanov. Foi o primeiro instituto deste gênero no mundo, ao menos no que diz respeito à sugestologia. O estabelecimento dirigido por Lozanov é dotado de consideráveis recursos, materiais e humanos: uma dúzia de professores, uns trinta pesquisadores de todas as disciplinas, psicólogos, médicos, fisiologistas, físicos, pedagogos, que logo chegaram a uma centena, repartidos por vários edifícios de Sofia.

Os candidatos ao aprendizado acelerado de línguas estrangeiras afluem por milhares, mas muito poucos são os admitidos ao Instituto, por falta de vagas e sobretudo por falta de professores qualificados em número suficiente. Em catorze anos, entretanto, de 1966 a 1980, cerca de 12000 estudantes búlgaros de línguas estrangeiras foram ensinados sugestopedicamente no Instituto de Sofia. As línguas ensinadas? O inglês, de longe em primeiro

1. Citamos aqui de memória que o vocabulário utilizado na conversação corrente por um francês de bom nível de cultura geral é de 3 000 a 4 000 palavras.

2. Transformado em Instituto <le Sugestóígia em 1973.

lugar; depois vem o francês e, bem longe, o alemão, o italiano e o espanhol; em 1980-1981 começaram os cursos de português, de hindi e de árabe (o russo é raramente ensinado no Instituto porque seu estudo é obrigatório em todas as escolas búlgaras). A sugestopedia rapidamente espalhou-se pelo interior. São ministrados cursos de línguas vivas, para adultos, na maior parte das cidades búlgaras de certa importância. Mas foi em outro domínio que, depois de alguns anos, o Instituto de Sugestologia de Sofia concentrou o essencial dos seus esforços. Esta nova direção das pesquisas, este novo campo de atividade, é o do ensino primário para crianças, que se transformou no terreno privilegiado do ensino sugestopédico na Bulgária.

Iniciadas em 1972, as experiências no ensino primário tiveram logo sucessos espetaculares, que justificaram sua rápida expansão. Um programa de ensino geral, normalmente estudado em dois anos, o é em quatro meses, com vinte horas de aulas semanais em lugar de trinta e seis, e com resultados muito superiores, dizem, do que os obtidos por meios habituais. E isso não só sem fadiga para as crianças, mas tendo ainda por efeito a melhoria acentuada da saúde, do equilíbrio psicológico e nervoso e do desabrochar de todas elas. Tivemos ocasião de observar muitas vezes as classes de ensino sugestopédico primário na Bulgária. Vimos crianças de sete anos que, no décimo terceiro dia de aula, liam correntemente, tal qual o fariam adultos inteligentes.

Em 1979-1980, mais de 7000 crianças de três a treze anos foram ensinadas sugestopedicamente, em todas as matérias, em dezessete escolas (ou jardins da infância) de Sofia ou do interior, sob a direção de cerca de 300 professores formados pelo Instituto de Sugestologia.

No exterior, foram naturalmente os países do mundo comunista que se interessaram em primeiro lugar pela Sugestologia. O famoso Instituto de Línguas Estrangeiras Maurice-Thorez, em Moscou, começou desde 1969 suas primeiras experiências sugestopédicas, sob a direção de Lozanov. O Instituto de Pedagogia Lênin e depois a Academia de Ciências da URSS não tardaram a seguir-lhe os passos. Hoje, uns vinte institutos e universidades, inclusive a de Moscou, disseminados por todo o território da União Soviética, estão empenhados em experiências sugestopédicas de ensino de línguas vivas. A Universidade de Moscou criou em 1978 uma cadeira de ensino regular de sugestologia em seus aspectos teóricos e aplicações práticas. O Instituto de Pedagogia Lênin inaugurou, também em 1978, uma cadeira de ensino de sugestologia e sugestopedia para professores. Experiências sugestopédicas no ensino primário foram organizadas a partir de 1976 pelo Instituto Maurice-Thorez em Moscou, e uma extensão considerável dessas experiências estava prevista para o ano escolar 1980-1981.

Em outros países comunistas, o ensino sugestopédico também recebeu crescente audiência. Primeiro a Hungria, depois a Alemanha do Leste e finalmente todos os países comunistas, inclusive Cuba, prosseguiram nestes últimos anos as experiências sugestopédicas, segundo os princípios e a prática inaugurados pelo Instituto de Sofia.

No Ocidente, foi o Canadá que por primeiro se interessou ativamente pela sugestopedia. Na primavera de 1973, foram iniciadas experiências sugestopédicas através do ensino do francês e do inglês, como segunda língua, destinado a funcionários federais canadenses. Três professores responsáveis pelos cursos haviam feito estágio de algumas semanas em Sofia e outros dois tinham sido treinados em Ottawa. Mas, a despeito dos consideráveis meios materiais colocados à disposição pelo governo canadense, o programa federal de sugestopedia, dirigido por G. Racle, infelizmente foi um desastre e precisou ser extinto em 1978, depois de cinco anos de existência. O motivo principal do insucesso? Falta de professores qualificados. Não se forma um professor sugestopédico em algumas semanas e nem mesmo em alguns meses, sempre diz Lozanov. São necessários anos. Tal professor deve ser não só um professor nato, mas também um artista, um grande artista, enfatiza o fundador do Instituto, e ao mesmo tempo ter recebido uma formação "semelhante à dos médicos psicoterapeutas", acrescenta Lozanov. Exigências que até hoje não se reuniram, ao menos que o saibamos, em nenhum dos professores que tentaram as experiências de sugestopedia nem do Canadá, nem nos Estados Unidos e nem na Europa ocidental. O que não tira em nada o grande interesse das tentativas feitas lá e aqui. Acontece que até o presente só se tratou, no melhor dos casos, de métodos ativos aplicados ao ensino das línguas, e não de sugestopedia, ao menos no sentido entendido por Lozanov.

Mas, enfim, em que consiste esta sugestopedia que dá certo aqui e fracassa acolá?

As fontes escritas a este respeito infelizmente ainda são muito raras. Mesmo nos países comunistas se publicou muito pouca coisa sobre o assunto. A obra principal é um livro de Lozanov, bastante confuso, editado em Sofia em 1971 e traduzido para o inglês em 1978. Os trabalhos de fontes ocidentais, sérios e confiáveis, são ainda quase inexistentes. Na verdade, foram muitas permanências em Sofia, de novembro de 1973 a dezembro de 1978, que nos permitiram formar uma opinião exata sobre a sugestopedia lozanoviana, sobre os seus fundamentos teóricos, sobre as suas realizações práticas, sobre a sua evolução no curso dos últimos anos e sobre as suas perspectivas para o futuro. É o resultado destas observações e também das conclusões tiradas depois de numerosos encontros com Lozanov e seus colaboradores, desde 1973, tanto na Bulgária como no Canadá e nos Estados Unidos, que vamos expor a seguir⁴.

2. TEORIA E PRÁTICA DA SUGESTOLOGIA LOZANOVIANA

A teoria sugestológica de Lozanov é extremamente simples, para não dizer embrionária. O fundador do Instituto de Sofia é, antes de tudo, médico que exerce a profissão e um pesquisador. E sem dúvida ainda é muito cedo para que possa ser elaborada validamente uma teoria de conjunto desta ciência jovem que ainda é a sugestologia.

3. G. Lozanov. *Suggestiology and Outlines of Suggestopedy*, Gordon and Bresch, Londres-Nova York, 1978.

4. Mais esclarecimentos são encontrados no estudo e na crítica que dedi

camos à sugestologia e à sugestopedia de Lozanov no livro *Suggérer pour Apprendre*, Presses de l'Université de Quebec, Quebec, 1980.

Esta, como a concebe Lozanov, repousa sobre alguns elementos fundamentais que, no momento, são os seguintes:

1. O psicológico não pode dissociar-se do fisiológico. Um e outro estão presentes em todo fenômeno sugestivo, uno e indivisível a este respeito.

2. A sugestão, igualmente, é una e indivisível, no sentido de que se trata de um processo relacional global, do qual não se pode ignorar e nem mesmo simplesmente isolar um dos componentes sem destruir imediatamente o fenômeno sugestivo que se pretende estudar e compreender. A sugestão exige uma aproximação global, sintética. A sugestibilidade do paciente ou do estudante, a sugestividade do terapeuta ou do professor, são relacionados mais com a situação do que com a pessoa. Realidade movediça, relativa, temporária, evanescente, a sugestão só tem sentido "em situação". Aqui, Lozanov mostra-se resolutamente gestaltista, na linha de Wertheimer, de Koffka e de Kohler.

3. Lozanov, entretanto, atribui mais importância ao sugestionador, terapeuta ou professor, do que ao paciente ou estudante objeto da sugestão. Quanto a isto, Lozanov é o anti-Baudouin. Para o fundador do Instituto de Sofia, a sugestão é, antes de tudo, trabalho do sugestionador. Na ótica lozanoviana, a sugestibilidade de quem sofre a sugestão na verdade só desempenha papel secundário, ou pelo menos passivo. Muito significativamente, Lozanov quase não se interessou, ao mesmo até hoje, pela auto-sugestão.

4. Teórico saído de um meio marxista, Lozanov atribui, em sua teoria da sugestão, extrema importância ao meio ambiente. É estudando sistematicamente as influências sugestivas que se exercem sobre as pessoas, pensa Lozanov, que se conseguem discernir certos traços essenciais do fenômeno sugestivo. O fundador do Instituto de Sofia dá o mais amplo sentido ao termo "meio

ambiente": trata-se no caso não somente do quadro material em que se desenvolve a nossa vida de todos os dias ou esta ou aquela das nossas atividades, mas também e principalmente do clima psicológico em que vivemos, clima moldado tanto pela sociedade que é a nossa, por seus valores sócio-culturais, pela educação que nos proporciona, pelos modos de pensar e pela sensibilidade da classe a que pertencemos, quanto pela ambiência psicológica, pela "atmosfera sugestiva", diz Lozanov, que formam a trama das nossas relações diárias com aqueles que nos cercam e em particular com aqueles com quem trabalhamos.

Mas Lozanov acrescenta aqui um esclarecimento capital que dá à sugestologia lozanoviana seu caráter sem dúvida mais específico: "A sugestologia, escreve Lozanov, dedica sua atenção particularmente para tudo o que, nas inter-relações entre o ser humano e o seu meio ambiente, permanece despercebido, insuficientemente consciente ou totalmente inconsciente"⁵.

5. O primado do inconsciente: este é o próprio fundamento da sugestologia lozanoviana. Mas o inconsciente dê que se trata aqui é ao mesmo tempo o reflexo do ambiente e o produto da informação acumulada e estocada no inconsciente onde ela forma aquilo que Ouznadé chamava de atitude. Ora, a "atitude" inconsciente é suscetível, segundo Lozanov, de ser formada e controlada de maneira consciente na medida em que se conseguem ordenar sugestivamente os elementos inconscientes que concorrem para a sua formação. Trata-se de programar conscientemente o inconsciente. O que significa: conceber racionalmente o programa e "fazê-lo passar", no inconsciente, por estímulos sugestivos mas não específicos, suscitando reações também não específicas. Seria impossível exagerar a importância deste aspecto da sugestologia lozanoviana. Nela, o ser humano não é concebido como um computador e sim como fonte de criatividade que não poderia ser "programado" no sentido mecanicista da palavra.

6. Uma "atitude" sugestivamente formada e controlada? Tal atitude respousa essencialmente, segundo Lozanov, sobre a visão prospectiva do sugestionador daquilo que ele chama de.

"ativação das reservas" do cérebro humano no sugestionado: a ativação — não específica — de pelo menos uma parte desses 96% dos catorze bilhões de células do cérebro do ser humano presentemente inativas, a crer-se no grande neurofisiologista soviético Banschikov.

Juntando-se aqui aos pontos de vista dos americanos Rosenthal e Jacobson, sobre o papel capital das "expectativas" dos professores em relação aos alunos no "efeito Pigmalião", Lozanov estima que uma atitude orientada no sentido da ativação das reservas, atitude consciente, ao menos em parte,

do sugestio-nador, e inconsciente da parte dos que são objeto da sugestão, está na base da hipermnésia sugestiva que constitui um dos aspectos mais espetaculares da sugestão lozanoviana, cujos aspectos mais marcantes passaremos a citar.

Antes, porém, tentemos reter algumas definições lozanovianas do fenômeno sugestivo que sintetizarão ou completarão o que acaba de ser dito a respeito dos fundamentos científicos da sugestologia de Lozanov. Suas definições de sugestão são múltiplas, de propósito. Reduzir a uma única fórmula um fenômeno tão complexo como a sugestão, ao menos no estado atual das pesquisas, seria contrário à prudência científica e à reserva pessoal que inspiram Lozanov.

"Sugestão: num liame direto entre a atividade mental inconsciente e o ambiente, no qual não intervém nenhuma lembrança consciente, não é tolerado nenhum argumento lógico, nem requerida qualquer concentração da atenção." "Isto, entretanto, observa Lozanov, não significa que a sugestão às vezes não possa comportar certo grau de informação concomitante, no nível do consciente. A definição precedente indica simplesmente quais são os mecanismos predominantes na sugestão."

"A sugestão não é só uma corrente de informação que penetra diretamente na mente. A sugestão é também um processo dialético de dessugestão-sugestão no qual são reveladas e utilizadas as reservas funcionais do cérebro. É por isso que a sugestão é um regulador da atividade e da organização funcional do cérebro."

"A ausência de crítica, a falta de atenção voluntária e a redução do consciente são as exigências básicas da sugestão." Daí não se segue, de forma alguma, que a sugestão seja um processo que se oporia à razão. Bem ao contrário. Existe, afirma Lozanov com ênfase, "inseparável unidade entre sugestão e razão." Mas, acrescenta, "privados dos seus elementos sugestivos, os processos racionais não têm nenhum poder de ativação das "reservas"."

Numa tentativa de reagrupar de forma mais sintética todas as definições precedentes, Lozanov arrisca-se à formulação global, que é a seguinte: "A sugestão é urna forma de reação mental na qual se cria, principalmente de maneira inconsciente, uma "atitude" especial que visa ao desenvolvimento das "reservas" funcionais do psiquismo humano. A sugestão é ao mesmo tempo informação, regulação e programação. A sugestão pressupõe que tenham sido superadas as barreiras anti-sugestivas⁶ no decorrer de um processo de dessugestão-sugestão. Neste processo, estabelece-se uma relação, que desempenha papel decisivo, entre os meios da sugestão e a reatividade mental não específica."

Tal definição de sugestão leva Lozanov a dar a seguinte definição de sugestologia: "Sugestologia é a ciência das comunicações inconscientes, capaz de colocar em evidência e ativar as "reservas" da personalidade."

Voltemos à sugestopedia lozanoviana. Ela comporta algumas "técnicas", mas tais técnicas são bastante secundárias em relação ao essencial: a própria personalidade do professor. Aqui, como no domínio da psicoterapia médica, o que importa é o sugestio-nador e suas aptidões pessoais para a sugestão.

Uma "atitude" autenticamente sugestiva do professor se traduz por certo número de sinais na maior parte não percebidos pela clara consciência do ensinando, mas registrados por seu inconsciente: sinais na voz (principalmente) do professor (timbre, entoação, altura, modulações expressivas, calor, intensidade, dinamismo), no olhar, na expressão do rosto, nos gestos, no que exprime o seu próprio corpo; e certamente também, pensa Lozanov, desempenham seu papel as micro-radiações que emanam

6. O que Lozanov entende poi isso será definido um pouco mais adiante. de todo indivíduo e das quais há sérias razões para pensar que estão em relação direta com a "atitude" inconsciente. Todos estes sinais dizem respeito ao domínio ainda muito misterioso da microcomunicação entre os seres. Estes sinais constituem o que Lozanov chama de duplo plano do sugestíonador, psicoterapeuta ou professor. Reflexo da "atitude", o duplo plano age sugestivamente sobre os alunos, e mais particularmente quando estes se encontram nos estados intermediários entre a vigília e o sono, que Pavlov chamava de estados fásicos, durante os quais — paradoxalmente — são os estímulos mais fracos que desencadeiam as reações mais fortes.

O essencial da sugestopedia lozanoviana é a aptidão do professor para criar nos alunos, ou mais exatamente, para transmitir-lhes, o estado especial de relaxação concentrada que Lozanov chama de "pseudopassividade análoga à do ouvinte de um concerto " e que preferimos chamar de passividade ativa. É um estado diferente do estado de vigília, sem por isso ser hipnótico, caracterizado pela redução das funções intelectuais e racionais, ao que corresponderá, segundo a grande lei pavloviana da inibição--ativação, o despertar e o desenvolvimento de atitudes potenciais do inconsciente, em particular o despertar da hipermnésia, a "supermemória", e de forma mais geral um estímulo à criatividade e o desabrochar do conjunto da personalidade.

Outro aspecto da sugestopedia lozanoviana procede diretamente do precedente: trata-se de um procedimento fundamentalmente subliminar no qual o essencial se passa, para retomar uma expressão de Lozanov já citada, nas zonas "insuficientemente conscientes ou totalmente inconscientes" da personalidade. Lozanov recorre, decerto, a um processo subliminar mais direto quando coloca, nas paredes de suas salas de aula, quadros de palavras sobre os quais a atenção dos alunos jamais é atraída, e que desaparecem depois de dois ou três dias para serem substituídos por outros quadros. Subliminar também é o emprego da música, como veremos

mais adiante. Subliminar ainda é a técnica consistente, no ensino ministrado a crianças, em ensinar-lhes as operações elementares de cálculo aritmético fazendo-os aparecer subceptivamente de tempo em tempo no canto da tela do televisor onde está sendo exibida, por exemplo, uma ópera tirada dos contos de Grimm que capta a atenção consciente das crianças. Mas o verdadeiro subliminar lozanoviano não está aí: ele está no "duplo plano" do professor e nas reações inconscientes que esse "duplo plano" suscita nos alunos.

Muitos outros traços originais acabam por dar fisionomia própria à sugestopedia lozanoviana, e todos procedem mais ou menos diretamente do seu caráter subliminar. É o caso por exemplo da ênfase sobre a importância do que Lozanov chama de barreiras anti-sugestivas: barreiras da razão e do espírito crítico, barreiras intuitivo-afetivas, barreiras éticas, todas elas precisando ser levadas em consideração, e no mais alto grau, pelo sugestionador-professor, que deve procurar cuidadosamente, sob pena de fracasso, não entrar em conflito com elas, além de possuir a arte de agir sugestivamente sobre o inconsciente, evitando despertar os cães de guarda que são as barreiras anti--sugestivas,

A subliminar lozanoviana está presente também, naquilo que Lozanov chama de dessugesfão-sugestão. Impossível, diz Lozanov, exercer sugestões positivas e duradouras se, previamente, não forem afastadas, dissolvidas, as sugestões negativas que entravam a livre manifestação das primeiras. Essas sugestões negativas são essencialmente, segundo Lozanov, de origem sócio-cultural. Exemplo: é muito difícil, muito demorado, aprender uma língua estrangeira, são necessárias aptidões especiais, "dons" que a maioria dos indivíduos não possui, etc. No caso, pensa o fundador do Instituto de Sofia, convém primeiro "dessugestionar" o estudante. Como? Não de forma direta, afirmando-lhe que os seus temores são vãos e que, pelo contrário, aprender uma língua viva é fácil. Não.' Ao pretender lutar assim diretamente contra a sugestão negativa, o que se fará é afirmar inconscientemente — sugestivamente — sua realidade e reforçar sua influência. Convém, ao contrário, operar "subliminarmente", propondo aos alunos (exemplo extremo mas a experiência foi efetivamente tentada no Instituto de Sofia e coroada de êxito) um programa de memorização de 1 200 palavras estrangeiras novas num só dia, o que é uma maneira indireta de enfrentar a sugestão negativa, negando de fato e sem que isso seja dito expressamente, todas as normas habitualmente admitidas em matéria de memorização.

A sugestopedia, afirma significativamente Lozanov, é primeiro um caso de sugestão."

Dois outros aspectos do subliminar lozanoviano são o que Lozanov chama de infantilização (que se deve cuidadosamente. distinguir de infantilismo) e de mudança de identidade. Os alunos devem ser encorajados a se separar

de sua personalidade de adultos, a "tornar-se como crianças", a reencontrar a espontaneidade, a confiança instintiva e também a criatividade e a intuição da infância. Só com isso, numerosas sugestões negativas da personalidade adulta irão, se não desaparecer, ao menos perder uma boa parte da sua influência e, também aqui, em virtude da ação exercida não diretamente, mas sugestivamente, subliminarmente, ao lado da própria organização dos cursos, nos quais os jogos, as canções, os sketches, as atividades de grupo e o recurso constante à fantasia, à imaginação e à afetividade favorecem a "infantilização" no sentido positivo da palavra. A mudança de identidade nos cursos sugestopédicos — no começo do curso de línguas cada aluno recebe uma identidade de empréstimo, que conservará até o fim de cada aula — concorre também para a dessugestão de forma subliminar, negando implicitamente as limitações inerentes à personalidade habitual e nela insertas de forma sugestionante¹ no correr dos anos.

Antes de dar alguns esclarecimentos sobre o modo por que se desenvolvem os cursos sugestopédicos propriamente ditos, queremos inicialmente sublinhar o que a sugestão lozanoviana não é: não é nem uma hipnopedia (ou hipnosopedia), nem uma relaxo-pedia, ao contrário do que sustentam já há uns dez anos os partidários da "sugestopedia à americana" (Schuster, Bancroft, Ostrander e Schroeder, etc.), que nela pretenderam ver uma "técnica" behaviorista inspirada na ioga e no treinamento autó-geno de Schultz, e isto apesar das múltiplas declarações de Lozanov que não hesitou, em muitas ocasiões, em falar quanto a

7. Isto é, coercitiva. Novo neologismo cuja adoção propomos por analogia com sugestionamento.

isto em "não compreensão" do que é a sugestopedia, ao menos daquela que é praticada em Sofia. Esta sugestopedia atribui, sem dúvida, um lugar preponderante à relaxação. Mas esta relaxação, que induz aos estados fásicos, é uma relaxação puramente mental, obtida não por meios físicos mas por meios puramente psicológicos e sugestivos.

No que diz respeito mais particularmente ao ensino de línguas aos adultos, o "método Lozanov" define-se paradoxalmente como um método "antilingüístico", que dá prioridade absoluta à comunicação. Primeiro falar, comunicar e comunicar no seio de um ensino em grupo, e só depois preocupar-se com a correção da língua e da pronúncia. Não é assim, aliás, que as crianças aprendem naturalmente a usar a língua? Natural no ato de comunicar, alegria e ausência de esforço são as palavras-chave da sugestopedia lozanoviana.

Um curso sugestopédico de língua no Instituto de Sofia compreende idealmente doze alunos, seis mulheres e seis homens, de todas as idades. O curso dura em princípio quatro semanas, com três horas de aula por dia, isto é, um total de sessenta horas (são cursos destinados a principiantes ou

"falsos principiantes", os únicos cursos organizados de maneira regular no Instituto de Sofia; os de nível mais adiantado só foram ministrados de forma episódica e sua prática ainda não é considerada satisfatória). Os cursos são articulados em dez diálogos, que colocam em situações concretas os doze alunos da turma. Não obstante certas imperfeições, os diálogos são vivos, naturais, muitas vezes com laivos de humor e poesia e concedem grande espaço para a expressão emotiva de sentimentos pessoais; são também de uma qualidade intelectual, artística e cultural raramente encontrada nos manuais de aprendizado de línguas vivas. Tais diálogos comprovam a louvável preocupação de dar aos alunos os instrumentos lingüísticos para uma comunicação realmente adulta, e isto da maneira mais rápida possível; o primeiro diálogo (seis horas de curso) não tem menos do que 850 palavras novas e utiliza logo as estruturas gramaticais e morfológicas da língua estudada.

Depois de serem objeto de uma primeira "decifração" (leitura rápida e explicações sumárias dadas pelo professor, com os textos acompanhados da tradução escrita na língua materna), os diálogos em seguida sofrem um triplo "tratamento", se se pode dizer assim. Inicialmente são lidos em superimpressão sonora, com acompanhamento de música clássica em surdina destinado a tornar mais fáceis a distensão e a relaxação dos alunos. O mesmo diálogo é lido uma segunda vez pelo professor, mas agora em subimpressão sonora, quando o essencial é a música, que retém, sozinha, a atenção consciente dos alunos: e, sucedendo à "sessão ativa" do concerto, a "sessão passiva", a mais importante, aquela durante a qual é esperado que se faça o essencial da memorização do texto, o essencial da hipermnésia. A forma por que é lido o texto pelo professor assume aqui uma importância capital. É ao professor que compete ao mesmo tempo transmitir aos alunos a relaxação concentrada, a passividade ativa a que já fizemos referência, e também, na fase passiva do concerto, fazer passar subliminarmente o conteúdo lingüístico usando a "sugestão por distração", para retomar uma expressão de Janet, enquanto a atenção consciente dos alunos é inteiramente captada pela audição da música. Certos professores de Sofia, quase só mulheres, que tivemos ocasião de ouvir no que é um verdadeiro concerto para voz humana e orquestra, atingem espantosa mestria, sem qualquer comparação com tudo o que pudemos ouvir em cursos similares no Ocidente. Vozes de artistas, de grandes artistas, vozes de sereia...

Eis o primeiro dia do curso, que dura uma hora e meia: três quartos de hora mais ou menos para a decifração inicial, 20 a 25 minutos para cada uma das duas "sessões" do concerto. A música? Clássica quase exclusivamente: Bach, Haendel, Vivaldi, Corelli, Mozart, menos freqüentemente Couperin e Rameau, raramente Beethoven e Tchaikovski⁸.

8. Embora importante, sem dúvida, nos cursos de línguas do Instituto de Sofia, a música não é, entretanto, elemento essencial, nem mesmo

indispensável, contrariamente ao que acreditam alguns ocidentais. Lozanov nos disse e repetiu pessoalmente e da maneira mais clara: com ou sem música, a sugestão pedagógica dá, sensivelmente, os mesmos resultados se praticada por um professor "sugestopédico" formado com seriedade, e experiente. Na prática sugestopédica de Sofia, a música é, sobretudo, um placebo, que, na ótica de Lozanov, em nada diminui o seu interesse, bem ao contrário.

O segundo dia do curso (três horas) é dedicado à "exploração" do diálogo precedente, principalmente sob a forma de sketches, de jogos, de exercícios concretos de comunicação "em situação", quando os estudantes se movimentam muito, levantam-se, vão, voltam, sentam-se de novo, conforme as situações que "representam" efetivamente, e quando, numa atmosfera de distensão, de alegria e de fantasia, é incessantemente solicitada a criatividade de cada um. O professor, aqui, é ao mesmo tempo o mestre da representação e simples "facilitador" (como diria Rogers): sua arte consiste, ou deveria consistir, em estimular sem jamais se impor e sem jamais prejudicar a livre expressão e a espontaneidade dos seus alunos.

O terceiro dia do curso, enfim, (uma hora e meia) completa a exploração do primeiro diálogo. Uma exploração sensivelmente diferente da precedente, no sentido de que as explicações do professor se fazem mais abundantes e mais sistemáticas, e de que a ênfase é colocada mais sobre a aquisição das estruturas da língua e sobre um mínimo de aprendizado gramatical, geralmente por meio de exercícios em dois, em três ou em quatro, propostos pelo professor e discretamente ajudados por ele, se necessário.

Como se trata de um ensino em experimentação e remaneja-mento constantes, o curso sugestopédico que acabamos de descrever comportou, comporta e comportará, provavelmente ainda durante muito tempo, numerosas variantes, experimentadas sucessivamente (e muitas vezes simultaneamente) nestes últimos anos, em Sofia. É assim, por exemplo, que na presente fase de experiências, iniciada progressivamente desde 1978 na maior parte dos cursos de Sofia, um curso de línguas para adultos dura setenta e duas horas em vez de sessenta, e os diálogos, reduzidos a oito, contam nove horas cada um, das quais sete e meia dedicadas à "exploração" (em lugar das quatro e meia dos cursos padrões que acabamos de descrever). Assim também, na atual fase de experiências em Sofia, o professor recorre muito pouco, e em alguns casos nem recorre, à língua materna para as explicações que deve dar aos alunos, contrariamente ao que acontecia com o experimento anterior. A precedente distinção entre "sessão ativa" e "sessão passiva" na parte musical quase desapareceu,

165 etc. (Mais amplos esclarecimentos a este respeito encontram-se em nosso livro *Suggérer pour apprendre*, já mencionado).

Os resultados? Em Sofia, excelentes, tanto a nível de comunicação como no que diz respeito à aquisição de vocabulário e das estruturas da língua. Ao fim de 60 (ou 72) horas de curso, os alunos falam com muitos erros, sem dúvida, e com uma pronúncia que em muitos deixa a desejar. Mas exprimem-se com facilidade e sem timidez, e sua compreensão em geral nos pareceu bastante notável. Testes aplicados sistematicamente comprovam a retenção da ordem de 90 a 95% das 1 800 a 2000 palavras utilizadas nos diálogos. 60% desse vocabulário é realmente operacional. A motivação para depois prosseguir o estudo da língua parece excelente em quase todos os alunos. Muitos dentre eles viram a saúde melhorar de forma às vezes espetacular durante o curso, e o Instituto cita numerosos casos de cura de afecções de origem psicossomática entre os alunos. Poder-se-ia a rigor falar de francoterapia, de angloterapia, de germanoterapia. De modo geral, a influência benéfica dos cursos sugestopédicos, em adultos e crianças, no plano do equilíbrio individual e do desabrochar da personalidade, não está entre os efeitos menos notáveis das experiências de Sofia.

Repetimos mais uma vez: os êxitos da sugestopedia lozanovia-na estão ligados quase inteiramente à qualidade dos professores, à maneira extremamente seletiva pela qual são escolhidos, de início, e, depois, à formação que lhes é dada. Uma formação assegurada até o presente pelo próprio Lozanov, à base da psicoterapia dessu-gestiva-sugestiva, prosseguida, de fato, durante anos, e completada por um conjunto de conhecimentos psicológicos, didáticos e artísticos que, para retomar expressões de Lozanov e de seus colaboradores, fazem deles ao mesmo tempo professores de excepcional qualificação, "artistas" e "psicoterapeutas na sala de aula".

Quais as perspectivas para o futuro da sugestopedia lozano-viana, seus limites, seus eventuais perigos?

Em matéria de ensino de línguas para adultos, o que vimos em Sofia convenceu-nos de fato do extremo interesse da abordagem sugestopédica. Os resultados são notáveis e, comparados aos métodos tradicionais, muito superiores ao que pudemos observar em qualquer outro lugar, na Europa Ocidental e na América do Norte. Entretanto — e a verificação é importante — depois de catorze anos de existência, os únicos cursos de língua estrangeira que o Instituto de Sofia tem condições de oferecer de forma regular são os destinados ao primeiro nível, aos principiantes. Além disso, para níveis mais avançados, o "método Lozanov" não funciona. Funcionará um dia? Até segunda ordem, em todo caso, não se aprenderá uma língua viva em um mês, contrariamente às afirmações sem fundamento de alguns turiferários ocidentais de Lozanov, propensos a tomar, um tanto ligeiramente, seus desejos por realizados. O que de forma alguma significa que se deva deixar de prosseguir com as experiências e,

igualmente, de consolidar os resultados obtidos. Bem ao contrário. No que nos diz respeito, acreditamos firmemente que a sugestopedia lozano-viana está no bom caminho.

Mas onde a sugestopedia de Sofia nos pareceu mais convincente é no ensino primário. O ensino -para crianças é, a bem dizer, um terreno de eleição para o aprendizado à base da sugestão. A "dessugestão", que sem dúvida é a principal pedra do caminho no ensino dos adultos, coloca infinitamente menos problemas quando se trata de crianças, que ainda não tiveram tempo de ser deformadas, quanto a isto, como o são os adultos, principalmente nas sociedades modernas. Talvez estejamos, com a extensão rápida da sugestopedia para uso das crianças, às vésperas de uma revolução no ensino tradicional⁹. A questão, em todo caso, merece ser seguida bem de perto, e só se pode lamentar, quanto a isso, a pouca curiosidade demonstrada a respeito da sugestopedia pelos meios oficiais do ensino da Europa Ocidental e da América do Norte¹⁰.

9. Ver, a este respeito, nosso livro *Suggérer poiir apprenâre*, já citado.

10. A UNESCO escapa a esta crítica: desde 1971 ela demonstra, pela sugestopedia, um interesse que não se desmentiu depois. Em dezembro de 1978, a UNESCO organizou em Sofia um primeiro congresso sobre sugesto-

167

Criação da iniciativa privada, o Lozanov Learning Institute, de San Diego (Califórnia) deveria receber Lozanov para uma permanência de quatro meses (fevereiro-maio de 1980). Essa ida de Lozanov aos Estados Unidos — a primeira para uma permanência tão prolongada — infelizmente foi cancelada no último momento pelas autoridades búlgaras por causa da tensão entre a América e os países do Leste surgida com a crise afegã¹².

Um dos- objetivos de Lozanov durante essa viagem era o de lançar as bases para uma formação séria de professores "sugestopédicos" na América do Norte, formação que deveria ser completada por ocasião de duas outras permanências de quatro a seis meses do fundador do Instituto de Sofia no continente americano, em 1981 e 1982. É de desejar, para o futuro da sugestopedia, que finalmente aconteçam essas viagens.

Em muitos outros domínios, além do ensino stricto sensu, a sugestopedia lozanoviana parece suscetível de aplicações práticas, quando se procura um aprendizado rápido e fácil: formação técnica de pessoal nos mais variados campos, alfabetização em países em desenvolvimento, etc. Ou ainda quando se trata da afirmação ou do despertar da personalidade: crianças superdotadas como crianças ou adolescentes delinquentes, condenados por

crimes comuns, pessoas da terceira idade, relações de trabalho, etc. são outros tantos campos de ação abertos à abordagem sugestopédica.

Pára terminar estas considerações dedicadas à sugestopedia lozanoviana, lembremos em poucas palavras os seus eventuais perigos¹³.

pedia, ao qual tivemos o privilégio de assistir, e que reuniu cerca de vinte médicos, psicólogos e pedagogos procedentes de países do Leste e do Ocidente. Entre as recomendações finais do congresso estão a troca de informações e documentação sobre as experiências em curso nos vários países, a extensão da sugestopedia aos países em desenvolvimento e a formação sistemática e em grande escala de professores "sugestopédicos".

11. Existe outro, do mesmo tipo, em Washington.

12. Pelo menos, foi a explicação dada, de fonte americana.

13. Também sobre este ponto pode-se ler, com proveito, o último capítulo

e a conclusão do nosso livro já mencionado, *Suggérer pour apprendre*.

Parece-nos que tais perigos ligam-se essencialmente ao seguinte fato: para Lozanov, a sugestopedia é antes de tudo um campo e_xperimental para a ciência mais geral que é a sugestologia¹⁴. Ora, o objetivo primordial desta última, na ótica de Lozanov, é o controle consciente do inconsciente pela programação sugestiva deste último. Recordemos o que a sugestologia lozanoviana entende por isso: escolher um "programa" — não específico — e introduzi-lo sugestivamente (a única via eficaz) no inconsciente, para aí fixar uma atitude destinada a comandar inconscientemente o conjunto das reações do indivíduo que, de fato, se trata de "transformar" (a expressão é de Lozanov) pela ativação das reservas insuspeitadas e não empregadas do cérebro humano. Tudo isso usando um subliminar "controlado" (outra expressão de Lozanov), um subliminar centrado no duplo plano do sugestio-nador, um duplo plano cuidadosamente "organizado" (ainda expressão lozanoviana) de maneira a assegurar-lhe o máximo impacto sugestivo sobre os sugestionados. É uma programação sutil, sem dúvida, mas em última análise inspirada pela razão que raciocina. E é exatamente aí que, a nosso ver, está o perigo: a razão humana não oferece por si nenhuma garantia de utilização benéfica dos recursos da sugestão.

Em outras mãos que não as de Lozanov (cuja boa fé de forma alguma está em causa aqui) pode-se perguntar, e se deve perguntar, em que se transformará a sugestologia de Sofia, que uso poderá ser feito das suas descobertas. O recurso sistemático ao subliminar lozanoviano para frustrar as resistências das "barreiras anti-sugestivas", ou para fixar uma "atitude", é sem dúvida legítimo quando se trata do ensino ou da psicoterapia. Tal recurso ao subliminar seria também legítimo se, por exemplo, uma empresa

14. Convém insistir: contrariamente ao que acreditaram, e ainda acreditam, numerosos ocidentais interessados pela sugestopedia, o Instituto de Sofia não é um estabelecimento de ensino de línguas nem um instituto de pedagogia. É um centro de pesquisas sobre o inconsciente que vê na sugestopedia primeiro e antes de tudo um laboratório de experiências para a sugestologia.

privada procurasse sugerir ao público, sem que ele soubesse, que compre este ou aquele produto, ou se o governo procurasse manipular insidiosamente o espírito das pessoas, impor-lhes os seus pontos de vista ou determinada ideologia, sem que elas tivessem consciência disso, fazendo delas, em última análise, robôs submissos, e inconscientes de o serem? Aqui também, como em matéria de publicidade, é bastante evidente que tais práticas já fazem parte da nossa realidade quotidiana: a "organização" do duplo plano lozanoviano e, de maneira mais geral, o conjunto das pesquisas em curso no Instituto de Sofia — e em outros lugares — simplesmente oferecem o risco de tornar mais eficazes ainda as técnicas de sugestionamento das quais já se utilizam, sem que o saibamos, organizações públicas e privadas em benefício dos seus próprios fins. Em última análise, acontece com as descobertas de Lozanov o mesmo que com as de tantos outros pesquisadores: tudo depende do uso que se fará delas. Pode resultar o melhor como o pior: a aniquilação de toda liberdade humana.

Conclusão

Dormiste durante inumeráveis séculos; não
queres despertar esta manhã?

KABIR

Na verdade, não é surpreendente que o fenómeno sugestivo, tão universal, tão ligado à nossa vida quotidiana, tão importante para os nossos destinos individuais e coletivos e cuja existência parece remontar à própria origem do homem, não é surpreendente que um tal fenómeno pudesse ficar ignorado durante tanto tempo?

A partir do fim do século XVIII, houve certamente e pouco a pouco a tomada de consciência do papel da sugestão no domínio médico e de sua importância no plano terapêutico. Mas durante séculos de um século permaneceu assunto mais ou menos exclusivo da medicina — duma certa medicina — e dos curandeiros. Depois, a partir do começo do século XX e sem que a sugestão fosse sempre muito claramente identificada como tal, sua utilização ao mesmo tempo empírica e cada vez mais sistematicamente deliberada atingiu progressivamente numerosos outros domínios da atividade humana: o comércio, a publicidade, a política. Com Lozanov, eis que se esclarece o papel da sugestão

171

e que se organiza seu uso metódico em outra esfera fundamental, a do ensino.

Mas a despeito de tais progressos, recentes, na tomada de consciência do fenómeno sugestivo, na realidade apenas estamos começando a medir a sua extensão, descobrir sua profundidade e a conjecturar sobre suas implicações.

E também estamos apenas começando a tomar consciência simultaneamente dos imensos recursos da sugestão e das crescentes ameaças que ela faz planar sobre o homem e sua liberdade. Há na sugestão uma força ainda muito misteriosa, dependendo de nós, sem dúvida, fazê-la concorrer para o progresso da espécie ou para sua domesticação e, finalmente, para a sua ruína. Exatamente como o átomo.

O estudo científico da sugestão projeta novas luzes sobre o inconsciente e abre perspectivas, essas também novas, de intervenção deliberada sobre esse mesmo inconsciente. Ao que existe de estático na já velha psicanálise freudiana opõe-se, a este respeito, o dinamismo da psicologia sugestiva. Falta descobrir o meio de fazer funcionar este dinamismo para fins benéficos ao homem. O estado atual de um mundo que roça a catástrofe, e a angústia generalizada que é a consequência disso, comprovam de forma cada vez mais evidente a impotência fundamental das funções racionais e, de maneira mais geral, a das funções conscientes — intelecto, mas também vontade, atenção, memória

— sobre as quais, há milênios, o homem procura em vão assentar seu equilíbrio. Além da razão — mas de forma alguma contía ela — não estada em formação evolutiva na raça humana unia outra faculdade, surgida das profundezas do inconsciente e que se manifestaria cada vez mais claramente no fenômeno sugestivo, sob aspectos positivos e criativos? Não seria esta, cada vez mais urgente, a mutação necessária à nossa sobrevivência?¹ j

1. Abordamos longamente este problema numa obra intitulada *Lês Troupeaux de VAurore - Mythes, Suggestion Créatrice et Eveil Sur-Comcient*, Editions de Mortagne, Montreal, 1980.

Sobre o autor

Nascido em 1923 em Versalhes, onde passou a maior parte da infância e da adolescência, Jean Lerède, depois de terminar os estudos na Escola de Ciências Políticas, na Faculdade de Direito e, na Sorbonne, o curso de História da Arte e Arqueologia, exerceu várias profissões: sucessiva ou simultaneamente foi crítico de cinema e de teatro, conferencista, crítico de arte, jornalista econômico e financeiro, depois diretor de uma sociedade petrolífera no Oriente Médio. Em seguida, voltou-se para o ensino universitário, primeiro nos Estados Unidos, onde ensinou na Universidade Columbia, em Nova York, depois em Montreal, na Universidade Mc Gill, onde deu aula de literatura e civilização francesa, e depois de psicologia, pela qual não deixou de se interessar ativamente durante muitos anos.

Deixou a Universidade Mc Gill para se dedicar inteiramente à elaboração de uma longa tese de doutoramento em psicologia, que defendeu na França em 1978, com a qual obteve a mais alta distinção, a menção

"Três Honorable", dada por unanimidade pelos membros do júri.

Para escrever este livro, Jean Lerède inspirou-se em sua tese de doutoramento, intitulada "Dos Touros de Lascaux à Sugestologia de Lozanov", um estudo psico-evolutivo, jamais abordado até então, do fenômeno sugestivo das origens da humanidade até os nossos dias. Nele, o autor trata dos mais diferentes aspectos da sugestão e, em particular, situa numa perspectiva inteiramente nova o problema do pensamento simbólico e mítico e o problema da evolução da própria consciência humana.

Enquanto prossegue em Montreal o exercício particular da psicoterapia, associado a várias atividades universitárias, Jean Lerède prepara a publicação de muitas obras dedicadas à sugestologia e, mais amplamente, ao que propõe chamar de "psicologia do superconsciente", nova ciência do ser humano em mutação.