



**GOETHEANUM**

FREIE HOCHSCHULE FÜR GEISTESWISSENSCHAFT/MEDIZINISCHE SEKTION  
INTERNATIONALE KOORDINATION ANTHROPOSOPHISCHE MEDIZIN

PSYCHOTHERAPIE

**IFAPA**  
INTERNATIONAL FEDERATION OF  
ANTHROPOSOPHIC PSYCHOTHERAPY  
ASSOCIATIONS



## Carta de apoio da IFAPA n.6 Em meio a pandemia global do CORONAVÍRUS - COVID-19

**John Lees**

Psicoterapeuta registrado no UKCP  
Conselheiro sênior registrado do BACP

***Não cessaremos de explorar, e o fim de toda nossa exploração será chegar onde começamos e conhecer o local pela primeira vez.***

Quatro quartetos: *Little Gidding*, T.S. Eliot

### **Nuvens escuras precederam o confinamento.**

O dia anterior ao confinamento no Reino Unido, atendi clientes em Londres. As nuvens escuras da pandemia estavam no horizonte e, no entanto, as sessões continuaram normalmente, exceto pelo fato de um cliente ter entrado no consultório esfregando nervosamente as mãos com álcool gel; outro me pediu para manter a distância de dois metros durante a sessão, e outro não apareceu, sem dar qualquer explicação (mais tarde, ela entrou em contato comigo desde seu país de origem, dizendo que havia deixado o Reino Unido com pressa quando percebeu que as fronteiras seriam fechadas). Após o bloqueio, cerca de 70% dos meus clientes optaram por continuar as sessões por videoconferência. Eu já estava fazendo isso com três clientes e um supervisionando; eu já os tinha encontrado a todos pessoalmente. Também no momento do bloqueio, um terapeuta me contactou para marcar algumas sessões; ele havia me confundido com outra pessoa que vive em Brighton, onde eu, na verdade, nunca trabalhei. Discutimos isso e concordamos em nos encontrar via Zoom, já que a distância no confinamento não importava. Nunca nos conhecemos pessoalmente; essa foi a única vez que isso aconteceu.

### **Lidando com as ansiedades do paciente: desafios e oportunidades durante o Lockdown (confinamento).**

Alguns dias após o início do bloqueio no Reino Unido, em 25 de março, fiz algo que nunca havia feito antes. Coloquei todos os meus clientes em uma lista de contatos e lhes enviei uma carta de apoio que abordava alguns aspectos relacionados ao vírus. Retirei algumas ideias de uma carta escrita por Henriette Dekkers para pacientes no consultório de Haarlem, e outra de Georg Soldner, publicada no site do Goetheanum. Abordei os perigos do medo e da ansiedade, mas fui cauteloso, pois pensei que alguns clientes extremamente ansiosos pudessem ficar alarmados demais com isso. No entanto, eu não precisava ter me preocupado. Jenny<sup>1</sup> era, talvez, a mais sensível e propensa a se alarmar demais. Ela havia sido hospitalizada três vezes e diagnosticada com transtorno depressivo importante, com

---

<sup>1</sup>pseudônimo de cliente que me deu permissão por escrito para falar sobre a terapia, assim como todos os outros clientes mencionados nesta carta

características psicóticas de acordo com o DSM; é minha cliente com atendimento mais longo, há quase sete anos. Ela esteve em recuperação há algum tempo, com ciclos de melhora e recaída. No entanto, na primeira sessão após o confinamento, relatou que não estava ansiosa, dizendo “sentir-se normal não é normal”, “a crise parece familiar quando as estruturas estão caindo” e, mais tarde, durante a sessão, me contou sobre um clipe que ela tinha visto<sup>2</sup> sobre a Apollo 13<sup>3</sup>. O ponto principal era me contar como uma das pessoas no controle da missão, quando entrevistada, disse: “Você não pode se preocupar sobre isso ou aquilo; nós estávamos além disso; nós sabíamos e eles sabiam que havia um problema; nós só precisávamos resolvê-lo.” Eu fiquei encantado. Sete semanas depois (ainda durante o confinamento), ela falou sobre diminuir a frequência das sessões de semanal para quinzenal e contou uma conversa com um amigo que falava de maneira teórica sobre a crise (incluindo a perspectiva da teoria da conspiração) e como, em resposta a isso, ela disse que “continuou contando à amiga as coisas que ela havia experimentado ... eu falei sobre coisas reais ... Eu assumi um pouco da responsabilidade.” Fantástico. Coisas reais, o chamado princípio da realidade, fundamental para a minha prática.

### **Características de meus clientes em tempos de crise.**

A resposta dos clientes que atendi (principalmente via Zoom) foi variada. Bárbara desapareceu, sem explicação, entrando em contato comigo mais tarde para dizer que sofria de uma doença grave há duas semanas, Trícia falou sobre não permitir que seu pensamento afogasse seus sentimentos e como, quando era mais nova, idealizou o Dr. Spock da série de ficção-científica na televisão Star Trek<sup>4</sup>, mas agora ela o via de maneira diferente, não mais como ideal, mas como um robô. David falou sobre o colapso econômico iminente, pois havia o problema sem precedentes de oferta e demanda econômicas (antecipando a escassez esperada, ele enchera sua garagem com alimentos congelados e secos) e Tom, um cliente hiper-ansioso, cancelou uma sessão dizendo que não queria se encontrar online e que sua esposa tinha sido contaminada com o coronavírus. Outros clientes continuaram normalmente, apenas com uma menção superficial ao confinamento.

Minha prática clínica é inteiramente privada e, na maioria das vezes, meus clientes são abastados e bem-educados, cerca de 50% deles têm conhecimento de antroposofia ou, pelo menos, sabem que ela existe. Além disso, nem eu nem qualquer de meus clientes vivenciou os horrores relatados em cartas anteriores do Conselho, como “crianças presas entre escolas vazias e pais agonizantes”, “medo absurdo”, “pensamento caótico”, “polarização política”, “psiconeuroses” e “estreitamento, com a alma aprisionada no corpo.”

### **Desafios e obstáculos em dois campos de ensino:**

#### **Psicoterapia Antroposófica ↔ Universidade, Mestrado em Psicoterapia.**

Além do atendimento à clientes, também exerço a docência e ensino na obtenção da Certificação de Psicoterapia Antroposófica no Reino Unido e também no Mestrado em Psicoterapia e Aconselhamento na Universidade de Leeds. Em ambos os cursos, continuamos trabalhando online. Essas atividades decorreram sem problemas no curso de Psicoterapia Antroposófica, através da plataforma Zoom e dois seminários de formação até agora, talvez porque tenhamos sido bem preparados por Rudolf Steiner. Em contraposição, no curso de mestrado, logo surgiram tensões. O exemplo principal foi no final de março, quando o confinamento começou a ter um efeito evidenciado por uma áspera troca de e-mails entre o “coordenador de contatos” e eu, em 31 de março.

---

<sup>2</sup> Eu penso no YouTube

<sup>3</sup> Apollo 13 que deveria pousar na Lua em 1970, mas teve que abortar o pouso devido a sérios problemas técnicos

<sup>4</sup>As notas do programa dizem que esse personagem, do planeta Vulcano, tornou-se oficial de ciências na Starship Enterprise em 2265

Para entender o contexto dessa interação, é bom saber que, no início da maioria dos cursos de treinamento no Reino Unido, o aluno é instruído sobre como fazer um contrato com um cliente e que, em alguns cursos, é dada grande ênfase à preparação dos mesmos para intervalos e finais de processos. E, embora eu adapte esses princípios às necessidades do cliente, fiquei surpreso em uma sessão de supervisão clínica com um grupo de estudantes angustiados, ansiosos e preocupados com seus clientes, porque foram inesperadamente instruídos pelos coordenadores a parar de atendê-los, sem a oportunidade de contatá-los diretamente, e dessa forma, quebrando os princípios da contratação. Passamos a sessão inteira abordando a angústia e decidindo que ação tomar. Escrevi para os tutores do curso, argumentando que, apesar da pressão extrema a que estavam submetidos, eles não estavam agindo no melhor interesse de clientes e estudantes. Eu senti que o contrato básico entre clientes e estudantes estava sendo quebrado. O coordenador respondeu prontamente, argumentando que havia sido gasto muito trabalho no estabelecimento dos contatos e não deveríamos interferir em suas ações. Finalmente, concordamos em enviar uma carta de compromisso aos coordenadores.

### **A Pandemia - a estrela guia revelada nas conferências sobre o Apocalipse.**

Durante a Páscoa, li o Apocalipse de São João na Bíblia; em seguida, o livro sobre o Apocalipse de Emil Bock, assim como as palestras de 1908 e 1924<sup>5</sup> de Rudolf Steiner. Estas leituras se converteram em minha estrela-guia para navegar pelo vírus e o confinamento. Eu tive o Apocalipse como pano de fundo da minha mente por muitos anos, mas agora ele passou para primeiro plano. Ao dizer isso, não estou sugerindo que estamos nos aproximando do Armagedom, tal como ocorrerá em dezenas de milhares de anos no futuro. Mas acho que estamos tendo uma prévia do que está por vir, como o trailer de um filme. Por exemplo, a interação com a Universidade parecia uma prévia não apenas da “Guerra de Todos contra Todos”, que tem prevalecido na sociedade há algum tempo, mas também a prévia de uma decisão que os seres humanos começam a enfrentar - entre permitir que o impulso de Cristo se torne “o impulso mais íntimo do ser humano”, usando assim “o corpo como uma oportunidade para atingir a consciência do eu e novamente espiritualizar” ou “permanecer unido ao corpo e descer ao abismo”, levando à divisão entre “aqueles que lutaram pela espiritualização” que “serão capazes de viver no mundo espiritual” e aqueles que “permanecem unidos ao corpo” e “permanecerão [vinculados] às culturas anteriores ao aparecimento de Cristo Jesus”; em outras palavras, permanecerão presos ao passado, ao invés de seguir adiante. Do ponto de vista qualitativo, a diferença entre meu colega e eu não parecia uma guerra de todos contra todos, mas como se estivéssemos dizendo um para o outro “você segue seu caminho e eu seguirei o meu.” Espero que estejamos construindo um novo karma de uma maneira que nos permita nos encontrarmos novamente antes da encarnação de Vênus, para que eu possa oferecer-lhe a oportunidade de escolher a espiritualização ao invés do abismo. Digo isso porque não era uma questão de eu optar pelo bem e ele escolher o mal, ou entre o certo e o errado - talvez ele até tivesse razão.

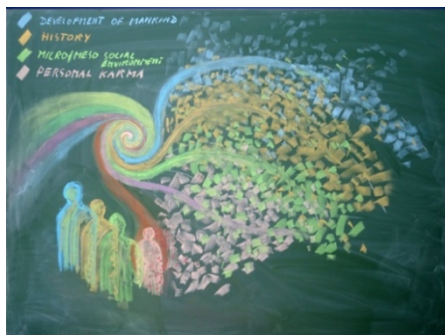
### **A carga psicológica no tempo.**

Isso destaca outro ponto importante para mim; ou seja, a maior consciência do mundo espiritual na vida cotidiana. Por exemplo, me vi pensando na morte mais do que o habitual – e não porque eu conhecia alguém que havia morrido devido ao coronavírus, mas porque estava pensando em meu pai e minha mãe que morreram em julho de 2016 e janeiro de 2019, e minha própria mortalidade. Não era mórbido ou desesperador, mas tranquilizador - como se o mundo espiritual estivesse mais próximo. Por isso, não fiquei surpreso ao ler nas palestras do Apocalipse de 1924<sup>6</sup> que o “novo

---

<sup>5</sup> Rudolf Steiner, conferência de 24/06/1908.

<sup>6</sup> Rudolf Steiner, conferência de 09/09/1924.



elemento que deve entrar em todos os diferentes campos da vida será que o conteúdo anímico do ser humano deve permitir-lhe considerar esse “ter-a-morte-ao-lado’ como algo natural.”

Depois da Páscoa eu caí. Um dia, acordei exausto, juntamente com outros sintomas. Eu atribuí isso a um "colapso etérico" devido ao trabalho online excessivo. Uma colega terapeuta disse que achava que eu poderia ter contraído o vírus. Me pareceu especulativo, improvável e desagradável. De fato, este evento e

o cliente que me disse que sua esposa estava com o vírus e o outro cliente que optou por não se encontrar e disse que um médico antroposófico que o estava tratando estava no hospital, foram as únicas ocasiões em que ouvi alguma experiência direta para com o vírus, se é que eles eram exemplos dele.

## **Política da Covid-19, política, números e uso 'científico' flutuante de dados no Reino Unido à luz da palestra “O Carma da Inverdade”**

Isso me leva a outra questão: os modelos matemáticos epidemiológicos, a ciência que informa a política do governo e suas políticas contra o vírus, relatada em um artigo de um jornal do Reino Unido em 10 de abril<sup>7</sup>: há “tanta especulação por aí, o que precisamos saber mais do que qualquer coisa é: podemos confiar no que está sendo informado pelas autoridades?” O artigo também afirmava que a notificação do vírus estava flutuando consideravelmente: “500.000 pessoas poderiam morrer no Reino Unido durante o surto de Covid-19. Depois são 250.000 e depois, 20.000. Ou menos ainda, se muitos de nós já possuíamos o vírus e não sabíamos. Poderíamos ficar confinados por três semanas, seis meses, 12 meses ou até dois anos.” As previsões ficam piores (conforme relatado no mesmo artigo). Um dos professores dos modelos matemáticos que influenciou a política do governo britânico previu, em 2002, que a BSE, ou doença da vaca louca, poderia causar até 150.000 mortes humanas, mas acabou por ser menos de 200. Em 2005, ele previu que até 200 milhões de pessoas poderiam morrer de gripe aviária, mas em 2010 apenas 282 haviam morrido em todo o mundo. Obviamente, na academia, há uma disputa sobre esses modelos matemáticos. As cifras podem ser usadas para argumentar sobre casos opostos.

O governo britânico não errou no final de 2019 quando derrotou todos os seus adversários no Reino Unido, dentro e fora do Partido Conservador, com base na orientação de um conselheiro cruel que, até desde onde eu posso ver, baseou sua opinião sobre a observação de fenômenos fundamentados. Desde o início da crise, ele se esquivou e está sendo constantemente criticado. Por quê? Porque ele se apoia nos chamados “especialistas científicos”, que na realidade não têm ideia de como lidar com o que está acontecendo, o por quê disso e muito menos o que provavelmente acontecerá no futuro e, ao contrário da Jenny que foi hospitalizada anteriormente, não foi capaz de falar sobre 'coisas reais', mas apenas mergulhar na fantasia especulativa abstrata induzida matematicamente. Eu acho que a mesma previsão selvagem baseada em modelos matemáticos ocorreu em outros países. Eu sei que há um debate sobre isso nos EUA e no Reino Unido - por professores eminentes e não por teóricos da conspiração.

Ao dizer isso, lembro-me das palestras intituladas *O Carma da Inverdade*, proferidas em uma época em que a Europa estava se engajando na autodestruição da Primeira Guerra Mundial. As palestras se referem às sociedades secretas ocidentais que

---

<sup>7</sup> <https://eandt.theiet.org/content/articles/2020/04/predicting-the-pandemic-mathematical-modelling-tackles-covid-19/>

manipulam eventos mundiais.<sup>8</sup> Mas, mais importante, elas contêm muitas referências às distorções da realidade em nossa era atual – difundindo a 'inverdade', 'falta de atenção à verdade, incapacidade de distinguir o que é atual e real', a tendência de 'não ter ideias para compreender o mundo', a intensificação de 'programas compostos por ideias abstratas' e, em contraste, a necessidade de 'pensar pensamentos com contornos claros' que não 'afundam em simpatias e antipatias', desenvolvem 'objetividade no pensamento' com base em ideias que 'crescem fora da realidade' e 'uma certa intensidade de vida espiritual' (palestras de 1 e 6/1/17 GA 174).

Estas palestras também se referem à necessidade de trabalhar com os mortos (palestra de 20/1/17-GA 174) e, por último, mas não menos importante, as três dissociações resultantes de traumas que, para mim, lançaram as sementes da Psicoterapia Antroposófica (palestra 14/1/17 GA 174). Isso aponta para o fato de que nossa tarefa como psicoterapeutas antroposóficos não é apenas nos envolvermos na cura de nossos clientes, mas também entender como nossos clientes trazem problemas sociais e históricos, que também precisam de cura, para dentro da sala do consultório; bem expressa por Henriette Dekkers na conferência IFAPA 2020 Zoom em 20 de junho (veja o desenho) quando ela se referiu a como cada vida humana contém as dimensões pessoais, o envolvimento com o ambiente social e nossa parte na história. Hoje, ambos os elementos (pensamento abstrato e pensamento fundamentado) se refletem no mundo e no trabalho psicoterapêutico. Vemos exemplos espetaculares da incapacidade da ciência materialista de compreender o mundo, ter pensamentos claros e abordar o que é real, mas também indicações claras de que nossos clientes geralmente têm lampejos de insights sobre o que está acontecendo no mundo, abrindo assim as possibilidades tanto de cura social, como cura individual. O tempo da Psicoterapia Antroposófica realmente chegou.

### **A fenomenologia goetheanística requer mais pesquisas.**

O pensamento fundamentado na realidade conecta-se a um grande interesse meu desde 1999, quando descobri maneiras naturalistas de realizar pesquisas e me afastei de metodologias acadêmicas abstratas. Esse episódio foi tão influente em minha biografia que, durante vários anos, fiquei interessado, se não mais, em ajudar os estudantes de mestrado e doutorado a utilizar metodologias de pesquisa criativa para transformar e mudar. Ainda é meu interesse permanente vincular essas metodologias à metodologias fenomenológicas-goetheano-antroposóficas fundamentadas, baseadas na pesquisa da realidade vivida. Esse princípio sustenta meu trabalho clínico psicoterapêutico antroposófico, minha compreensão do vírus e o ensino de pesquisas acadêmicas, a fim de desenvolvê-las como uma forma de educação para os profissionais terapêuticos.

### **Maniqueísmo e o desafio futuro de todo amor abrangente.**

Isso leva à primeira das três palestras que organizei com Fumiko, minha esposa, e com Christine Gruwez, a antropósofa maniqueísta, para os estudantes de Psicoterapia Antroposófica no Reino Unido em 13 de maio. Christine não é psicoterapeuta, mas é uma das três antropósocas vivas cujas opiniões eu acredito serem sólidas e confiáveis (os outros dois são Ad e Henriette Dekkers). Ela deixou claro que, em sua opinião, a pandemia é apenas o gatilho de uma crise, e que a segunda pandemia é o medo e a ansiedade e que isso estava acontecendo porque estávamos dormindo. Mas, uma crise pode nos acordar, pois revela o que estava escondido anteriormente. Uma crise de doença, de acordo com Hipócrates, pode ter um de dois resultados: ou a doença continua e o paciente morre, ou se recupera, possivelmente após uma recaída e outra crise. Traduzida para a situação atual, a pandemia ainda está flutuando (julho), mas a crise está apenas começando. Ou, para usar as palavras de Rudolf Steiner, enfrentaremos crises cada vez maiores que “verão a civilização cair no abismo”, ou a elevarão espiritualmente “no sentido do impulso de Micael” (conferência de 8/8/24 GA 237). Para garantir o

---

<sup>8</sup> que fornece a base para muita teoria da conspiração antroposófica

último resultado, precisamos permanecer firmemente no limiar do futuro em um estado de vulnerabilidade e sem saber (como Christine disse, “o desconhecimento é um ato de liberdade”) em contraste com os cientistas materialistas (tristemente presos ao robótico Dr. Spock pensando) que olham para o passado para entender o futuro e falham miseravelmente.

Em cartas recentes, meus colegas do Conselho da IFAPA também destacaram a importância de enfrentar o futuro: fortalecimento moral, desenvolvimento de “amor em todas as suas ações” como profilaxia, “mergulho no vazio”, permitindo que o sangue “se ligue à consciência do eu para abrir novas irmandades e despertar criatividade e solidariedade entre os povos... uma visão de mundo mais igualitária e mais ecológica.” Na verdade, acho que esses sentimentos estão impulsionando a resposta da IFAPA à crise.

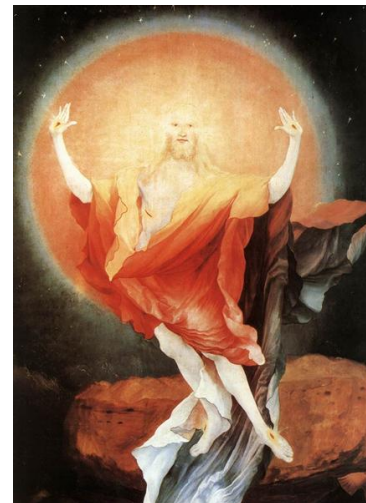
## **O toque de despertar da pandemia Covid-19. Consequências para os clientes.**

Os eventos precipitados pelo vírus trouxeram muita clareza. O que estava acontecendo espiritualmente em segundo plano agora está em primeiro plano e, portanto, está muito mais próximo da nossa consciência cotidiana (as palavras de T.S. Elliot, citadas no início, dizem tudo), pelo menos para mim e para outros, como dois clientes muito criativos (Andrea e Sonia) com um potencial maravilhoso para o futuro. Infelizmente, eles foram feridos por traumas precoces, com o resultado de que seus corpos etéricos não são mantidos por seu sistema de sentidos nervosos e, conseqüentemente, seu corpo etérico “embarca em suas próprias aventuras, tentando viver e criar sua própria vida desordenada e confusa, abrindo-se para o mundo.” (14/1/17). Ambos estão em recuperação, o que, é claro, é bastante desafiador, e eu também me referi a um médico antroposófico.



Recentemente, fiquei preocupado por Andrea estar recaído num estado psicótico, já que ela estava apresentando paranoia e fugindo da realidade; por exemplo, pensando que um amigo que a estava ajudando queria matá-la. A terapia parecia um cabo de guerra entre os demônios e eu, com Andrea no meio. Então, enviei a ela uma cópia das Tentações de Santo Antônio de Grünewald (a psico-educação geralmente não funciona para mim, mas nessa ocasião não só funcionou como ela entendeu o assunto imediatamente). Também discuti minhas preocupações com o médico antroposófico que sugeriu Aurum/Stibium/Hyoscyamus solução injetável subcutânea ou em glóbulos.

Sonia teve muitos problemas psicossomáticos e desafios constantes, juntamente com as melhoras. Por exemplo, ela falou sobre pericardite<sup>9</sup>. A ciência materialista não conseguiu explicar por que isso aconteceu (por exemplo, nenhuma infecção) e, portanto, o médico e eu concluímos que era um fenômeno espiritual. Especulei que seu coração estava *percebendo* eventos atuais e futuros no mundo etérico (fluido) sobre as hostes de Cristo e Micael e o demônio do Sol e, como tal, era uma manifestação das possibilidades perceptivas futuras do coração etérico. Qualquer que seja o caso, as experiências dos clientes refletem, às vezes, eventos espirituais. Os clientes mais jovens têm cada vez mais percepções notáveis e, portanto, precisam de ajuda, porque também podem ser perturbados por elas. Mas, por mais desafiadora que seja a situação mundial (e nem por um momento acho que os desafios terminaram), podemos nos assegurar de que Cristo, Micael e suas hostes, incluindo os mortos, estão constantemente tentando nos ajudar: “Eu estarei sempre com vocês, *até* o final dos tempos.” Amém.



Emerson, agosto de 2020

John Lees.

Membro do Conselho da IFAPA

Psicoterapeuta registrado no UKCP

Conselheiro sênior registrado do BACP

Supervisor clínico

<http://johnleestherapy.com>

Tradução Livre para o Português: Patrícia Botelho

---

<sup>9</sup> O fluido vaza para o espaço entre o pericárdio (o saco protetor que envolve o coração) e o coração.