

Caminho Interior

Eliane Utescher

Psicóloga / Terapeuta Biográfica

15 de novembro de 2019

Um tema fundamental para a compreensão do significado, da abrangência e da profundidade da Antroposofia, é o que Rudolf Steiner denominou de Caminho Interior.

Como a própria palavra já diz, trata-se de uma jornada individual de auto-conhecimento e auto- desenvolvimento que consiste, inicialmente, na prática de vários aspectos e atitudes mais nobres da alma, como tolerância, gratidão, compaixão, assim como o controle e a contenção de impulsos ligados à nossa natureza mais primitiva, como a cólera, a vaidade, a inveja.

Ao longo de toda sua obra, podemos encontrar inúmeros exercícios e indicações para o fomento de tais características. Momentos de paz interior, de silenciosa observação do mundo e de si mesmo, fazem parte do cotidiano daquele que busca em plena consciência e livre arbítrio, o aprimoramento de sua humanidade.

Colocando em termos da linguagem da Psicologia, podemos dizer que este tema está relacionado ao desenvolvimento do Ego na direção do Self, da depuração das necessidades mais instintivas da nossa constituição, em favor de qualidades éticas e humanas mais elevadas.

Para a Ciência Espiritual, a evolução caminha na passagem de comando do nosso eu inferior, para o nosso Eu Superior, nossa verdadeira identidade.

Em resumo, como assinalado acima, o cultivo desse, por assim dizer, treinamento, representa uma etapa inicial deste Caminho Interior, um preparo indispensável para a lapidação do caráter afim de que possamos adentrar com mais segurança no âmbito da Meditação propriamente dita.

Mas esse é um tema para um próximo texto.