

## Despertando a mente de iluminação: uma pesquisa em Psicologia com praticantes budistas tibetanos

Elisabete Freire Magalhães<sup>1</sup>, Laura Villares de Freitas<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo.

E-mails: [elisabetefreiremagalhaes@gmail.com](mailto:elisabetefreiremagalhaes@gmail.com), lauvfrei@usp.br

**Introdução:** A prática budista tibetana na contemporaneidade dá-se no contexto pós-diáspora, quando, a partir de 1959, o Tibete foi invadido e ocupado pelos chineses. O budismo propõe uma concepção de ser humano, apoiada em técnicas contemplativas, cujo objetivo é promover o desenvolvimento da personalidade, no qual está implicado um processo de abertura, desenvolvimento e diferenciação da consciência. [JUNG (1912/2008) vol. 7/1]. **Objetivos:** Elucidar aspectos do processo de individuação de praticantes budistas tibetanos com mais de vinte anos de inserção nesta religião, por meio de entrevistas em história oral de vida. Indagamo-nos em que medida o budismo tibetano pode ou não oferecer elementos que auxiliem o indivíduo a se perceber em um processo alinhado ao *Self* e, ao mesmo tempo, inserido na comunidade humana, podendo nela se engajar e se comprometer com sua melhoria. **Método:** A história oral, nesta pesquisa, é concebida como um corte epistemológico que se situa na interface entre diferentes campos do saber, como a psicologia analítica de Jung. Adotamos os procedimentos em história oral de vida e os pressupostos metodológicos e éticos da pesquisa simbólica, tal como concebida por Jung. [Ver TREBITSCH (1994); Ver PENNA (2004)]. **Resultados:** Entrevistamos cinco praticantes budistas tibetanos. A discussão acerca da dimensão ética no relacionamento mestre-discípulo fez-se necessária, revelando-se um fator importante no processo de desenvolvimento do praticante, pois, no cerne da instituição budista tibetana, está a prática de “devoção ao *guru*”. Outra questão abordada nas entrevistas diz respeito ao futuro do budismo tibetano no contexto pós-diáspora. **Conclusão:** Nossos entrevistados, de algum modo, associam a prática budista à possibilidade de viver o processo de ampliação da consciência, cujo potencial é inerente à condição humana, de maneira mais condizente com sua personalidade. Alguns entrevistados, em suas elaborações, tecem possibilidades de continuidade do budismo articuladas principalmente ao processo de transformação e desenvolvimento da personalidade, em detrimento dos aspectos ritualísticos.

**Palavras-chave:** Individuação. Psicologia. Budismo. Ética.