

A redução à prova da experiência

La réduction à l'épreuve de l'expérience

Natalie Depraz^I; Francisco J. Varela^{II, III}; Pierre Vermersch^{IV, V}

^IUniversité de Paris IV-Sorbonne

^{II}LENA - CNRS (Centre National de Recherche Scientifique)

^{III}CREA - Ecole Polytechnique, Paris

^{IV}GREX (Groupe de Recherche sur l'Explicitation)

^VCNRS (Centre National de Recherche Scientifique)

RESUMO

O artigo apresenta uma nova descrição da *epochè* que se apóia em uma mudança de paradigma quanto ao estatuto da fenomenologia. Substituindo o enfoque hermenêutico tradicional pela abordagem pragmática, o artigo define três componentes da *epochè*: a suspensão, a conversão e o deixar-vir.

Palavras-chave: Redução fenomenológica; *Épochè*; Cognição; Experiência.

RÉSUMÉ

L'article présente une nouvelle description de l'*epochè* qui repose sur un changement de paradigme concernant le statut de la phénoménologie. Substituant une approche pragmatique à l'approche herméneutique traditionnelle, l'article définit les trois composantes de l'*epochè*: la suspension, la rediretion et le lacher-prise.

Mots-clés: Réduction phénoménologique; *Épochè*; Cognition; Expérience.

“Die Praxis steht überall und immer voran der ‘Theorie’”

(Husserl, 1966, *Hua XIV*, nº 3, p. 61)

“Hier drängt sich die Frage auf: kann ich die phänomenologische Reduktion eines anderen Menschen verstehen, ohne selbst phänomenologische Reduktion zu üben oder mindestens in eine Motivation hineinzugeraten, in der sie mir sich aufrötigt – also ganz anders, als wie wenn ich sonst einen Zorn, ein Urteil des Anderen nachverstehe, ohne überhaupt fähig zu sein, dergleichen jetzt wirklich zu vollziehe? Kann also für mich in der Welt eine phänomenologische Reduktion vorkommenn, ohne daß ich selbst sie wirklich geübt hätte?”

(Husserl, 1966, *Hua XV*, nº 31, p. 537)

I. INTRODUÇÃO

1. Uma nova abordagem da fenomenologia

A descrição renovada da *epochè* que nós apresentamos aqui conta com uma mudança de paradigma no que concerne ao estatuto da fenomenologia.

Em primeiro lugar, a fenomenologia reivindicada aqui se caracteriza por seu funcionamento concreto, sua dimensão operatória, processual ou performativa, logo, sua práxis, muito mais do que por sua sistemática teórica interna, sua visada de conhecimento e de justificação *a priori* e apodíctica dos conhecimentos.

Seria o mesmo dizer, à guisa de corolário, que se trata de se engajar diretamente na descrição de fenômenos novos, de re-efetuar certas descrições para afiná-las, confirmá-las ou rejeitá-las antes de discutir as descrições dos outros fenomenólogos, anteriores ou contemporâneos, ou ainda de colocar em causa seus argumentos doutrinários. Trata-se de recusar a perpetuação da lógica infinita do comentário, em nome de uma exigência exploratória, única capaz de renovar os procedimentos (*démarche*) da fenomenologia como método de descrição e de explicação categoriais.

Priorizar tais requisitos para a fenomenologia implica uma mudança de paradigma filosófico que conduz da hermenêutica à pragmática. É, então, a partir do horizonte filosófico do pragmatismo que será conveniente apreciar a justeza e o caráter inovador da descrição que se segue, muito mais do que proceder a uma avaliação hermenêutica da compreensão da *epochè* aqui proposta, em comparação com suas apresentações nas fenomenologias anteriores.

2. No coração da dinâmica estrutural da chegada à consciência: a *epochè*

A descrição da prática da *epochè* inscreve-se em um trabalho mais vasto que visa retomar as diferentes etapas do processo pelo qual advém à minha consciência clara alguma coisa de mim mesmo que me habitava de modo confuso e opaco, afetivo, imanente, logo, pré-refletido. De acordo com as disciplinas convocadas – essencialmente Filosofia, Psicologia, ciências cognitivas de forma geral, tradições espirituais (budismo tibetano e, embora mais lateralmente, a prece do coração na tradição da Igreja Ortodoxa) –, chamou-se esse ato de chegada à consciência de “redução fenomenológica”, “ato refletinte”, “tomada de consciência” (*becoming aware*), prática da presença atenta (*mindfulness*)¹.

As etapas em questão são as seguintes: 1) um ciclo básico, composto de (a) *epochè* e (b) evidência intuitiva, que fornece o critério da verdade interior do ato; 2) duas etapas opcionais, a expressão e a validação, que permitem a comunicação e a objetivação do ato; 3) a temporalidade diferenciada do ato de chegada à consciência vem conferir a dinâmica necessária à descrição em questão.

A *epochè* forma verdadeiramente o coração do ato, e isso em um duplo sentido. Enquanto etapa inicial, constitui o disparador (gatilho) da dinâmica de conjunto, dá a impulsão de partida; e enquanto gesto que percorre as outras etapas descritivas da chegada à consciência, contribui para manter a qualidade da presença requerida para tal experiência.

PRATICAR A "ÉPOCHÈ": UM EXERCÍCIO (ÜBUNG), UMA APRENDIZAGEM (SCHULUNG)

1. Os três componentes da epochè

Este ensaio de descrição se inscreve em uma lógica de desencadeamento. Isso significa que tal descrição não se apresenta como um resultado acabado, mas como um primeiro ensaio de tematização de uma experiência individual, ativada ou reativada por cada um dos autores deste artigo, e submetida a uma regulação intersubjetiva progressiva no quadro de discussões de onde nasceu a dinâmica estrutural em questão, segundo uma lógica imanente da descoberta.

Épochè e evidência intuitiva formam, como já dissemos, um ciclo mínimo, mas auto-suficiente, do ato redutivo. Isso quer dizer também que elas chamam uma à outra: a epochè acha seu acabamento natural na cristalização intuitiva como evidência interna forte; esta última se vê preparada e qualificada por um processo gradual de preenchimento, que é dotado de sua qualidade própria de suspensão.

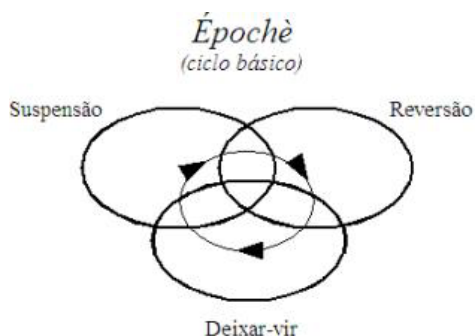
O primeiro tempo, a epochè, desdobra-se segundo três fases principais:

A0. Uma fase de suspensão pré-judicativa, que é a possibilidade mesma de toda mudança no tipo de atenção que o sujeito presta a seu próprio vivido, e que representa uma ruptura com a atitude natural.

A1. Uma fase de *conversão da atenção* do "exterior" ao "interior".

A2. Uma fase de deixar-vir, ou de *acolhimento* da experiência.

Nós chamamos epochè ao conjunto dessas três fases organicamente ligadas entre si, pela simples razão de que as fases A1 e A2 supõem sempre reativada e a reativar a fase A0. Notemos de passagem, além disso, que esse gesto suspensivo está também em operação com uma qualidade a cada vez diferenciada, a cada etapa de reestruturação do ato refletinte.



2. A suspensão e o que se segue imediatamente

A fase inicial, suspensiva, pode se desenrolar sob três modos distintos:

- um acontecimento existencial externo é suscetível de desempenhar um papel de disparador da atitude suspensiva. Por exemplo, o encontro com a morte de outrem ou a surpresa estética;
- a mediação de outrem pode ser decisiva para isso, quer trate-se de uma injunção para realizar o gesto, ou bem uma atitude menos diretiva, como é o caso de quando alguém desempenha o papel de um modelo;
- o exercício individual supõe injunções que a pessoa dá a si mesma e, qualquer que seja o caso, ciclos longos de treinamento, de aprendizagem até a estabilização.

Essas três possibilidades de desencadeamento não são excludentes, mas funcionam em conjunto e em relação umas com as outras: são motivações de caráter mundano, intersubjetivo, ou mesmo individual. Todas três, desigualmente presentes em função dos indivíduos, tendo em vista o período de

desenvolvimento destes, concorrem para tornar possível, e depois para manter, a possibilidade das fases A1 e A2. Convém, então, manter a disposição suspensiva mesmo quando a atenção se vê convertida ou quando a atitude de acolhimento se desdobra.

Falar de fase inicial a propósito da suspensão exige uma observação: esta "inicialização" já teve lugar e, ao mesmo tempo, é produzida a cada vez de uma maneira nova. Que é preciso para que o ato refletinte seja colocado em ação? Um gesto de suspensão. Mas o fato mesmo de se colocar esta questão mostra que há problema.

Considerada sob o aspecto de indicadores comportamentais ou por meio de produtos de sua atividade, a diferença com o ato refletido não é talvez muito relevante quando se considera essa relação de desencadeamento. Todavia, de chofre, não é possível descrever o ato refletinte sem colocá-lo em ação. Isso tem muitas conseqüências: nós nos encontramos no círculo provisório de ter que descrever um ato ao mesmo tempo em que o colocamos para funcionar; a questão da inicialização em seu caráter radical é mascarada pelo fato de esse começo já ter tido lugar para aquele que se serviu dele para descrever esta mesma conduta.

Entretanto, uma parte desse caráter circular poderia ser suprimida pela descrição das diferentes técnicas que permitem induzir, catalisar esta inicialização (mesmo se elas não tematizaram esses exercícios de propósito). Tais técnicas também permitem medir as dificuldades que precisam ser contornadas ou ultrapassadas para que o ato seja colocado em ação, acentuando assim a tomada de consciência de seu caráter inabitual².

As duas fases ulteriores são complementares e supõem, nós já dissemos, a fase inicial, assim como sua manutenção em atividade. Elas correspondem a duas mudanças fundamentais na orientação da atividade cognitiva. A primeira provém de uma mudança de direção da atenção, a qual se desprende do espetáculo do mundo para fazer retorno sobre o mundo interior. Em outros termos, a percepção é substituída de maneira majoritária por um ato aperceptivo. Há um obstáculo massivo a esta mudança, a saber, a necessidade de se desviar da atividade cognitiva habitual, orientada mais freqüentemente em direção a um mundo exterior. A segunda consiste em passar de um movimento, ainda voluntário, de retorno da atenção do exterior para o interior, a um movimento de simples acolhimento ou de escuta. Em outros termos: de A1 a A2, passa-se do "ir buscar" ao "deixar-vir", deixar "se revelar". Um obstáculo principal a esta terceira fase reside na necessidade de se atravessar um tempo vazio, um tempo de silêncio, de ausência de apreensão dos dados disponíveis já conscientizados.

Nós trabalhamos aí com duas reversões do funcionamento cognitivo mais habitual, das quais a primeira é a condição da segunda, o que significa que a segunda não pode advir se a primeira não teve ainda lugar. Tais reversões são as seguintes:

- Um retorno da direção da atenção do exterior ao interior (A1).
- Uma mudança na qualidade da atenção, que passa do ir buscar ao deixar-vir (A2).

Enquanto a primeira reversão permanece regida pela distinção do interior e do exterior, quer dizer, movida por certo desdobramento dual, e comporta um teor de atividade voluntária inegável, a segunda caracteriza-se por uma disposição passiva à espera receptiva, a qual permite conjurar a dualidade remanescente da primeira reversão.

Compreendidas a partir da filosofia fenomenológica, essas duas reversões recobrem adequadamente a versão husserliana da redução como conversão reflexiva e a versão heideggeriana de uma pré-compreensão afetada que deixa ser e deixa advir o acontecimento³. De maneira similar, na tradição da presença atenta (*mindfulness*), faz-se uma distinção de princípio entre o *shamata* de base, a título de gesto voluntário no qual se põe sua atenção, e sua expansão natural, por meio do treinamento, em uma consciência mais panorâmica (*awareness-vispasnya*), que se caracteriza pelo relaxamento de toda a busca voluntária e pelo acolhimento de um modo de receptividade vivido como mais aberto e mais pacífico (Varela, Thompson e Rosch, 1991).

O caráter inabitual, e mesmo contranatural dessas duas reversões, traduz-se pela constatação de resistências, de dificuldade em operá-las, e pode por isso mesmo necessitar de estratégias indiretas que permitam efetuar-las, evitando o paradoxo do "seja espontâneo".

3. As dificuldades da conversão do olhar

Habitualmente engajada na percepção dos outros, na apreensão de informações provenientes do mundo, na busca de objetivos ou de interesses ligados sobre um modo imanente a nossas atividades cotidianas, a atenção é naturalmente interessada no mundo. Ela não se desvia dele espontaneamente de forma alguma, pois o efeito de captação é irresistível. A propósito disso, na *Sexta Meditação Cartesiana*, Fink fala em "*Weltbefangenheit*" (esta palavra pode ser traduzida por "aprisionamento no mundo"). Esta outra direção da atenção, desviada do mundo, desinteressada, voltada para a representação, em direção aos pensamentos, aos atos mentais, à apreensão da tonalidade emocional, é muito inabitual, na medida em que há relativamente poucas ocasiões de exercê-la espontaneamente ou em resposta a uma demanda educativa.

Husserl aborda a dita reversão sob o ângulo de uma mudança de atitude na relação que eu entretenho com o mundo. Pela expressão "mudança de atitude" (*Umkehrung der Einstellung*), é claro que ele não entende somente uma modificação do meu estado existencial relativamente ao mundo, mas antes a conversão do interesse natural dedicado ao objeto, qualquer que ele seja, em direção ao ato que me permite acedê-lo. No sentido estrito, o que está aqui em jogo é o movimento mesmo da redução como conversão do objeto ao ato ou, ainda, como passagem do *quod* ao *quomodo*. Mas é verdade que o fundador da fenomenologia descreve esta "passagem ao ato" como um resultado da análise, muito mais do que reitera a experiência em sua dinâmica. Por isso há poucas referências feitas à dificuldade de tal reversão. Deste ponto de vista, a descrição husserliana é muito pouco funcional ou processual. O único índice de dificuldade reside na revelação das contradições internas, da ambivalência presente na exposição dessa passagem a partir da circularidade da motivação. O fato de haver ambivalência testemunha aí uma dificuldade de ordem teórica que se rebete sobre o plano prático em termos de esforços, ou mesmo de obstáculos.

Sob o ângulo psicológico, Piaget insiste sobre a pregnância dos objetivos e das informações positivas com relação à atenção voltada para os instrumentos que as tornam acessíveis para mim. A teoria da tomada de consciência de Piaget permite precisamente avaliar até que ponto o fato de desviar a atenção do mundo exterior, da visada do objetivo, da percepção dos efeitos da ação, disso que tem uma presença material, humana, palpável, é mais espontaneamente pregnante que a atenção voltada para os atos mentais ou para a representação. Esses aspectos estão presentes em ato, eles não têm necessidade da tomada de consciência para funcionar de maneira eficaz. A lei da "conscientização", que vai da periferia em direção ao centro (Piaget, 1937; 1974), esclarece a hierarquização daquilo que mobiliza a atenção do sujeito em uma atitude natural, quer dizer, do lugar da ação ou da percepção do sujeito em direção aos meios mobilizados pela ação, o pensamento que organiza e regula esta ação. Esta hierarquização mostra também até que ponto interessar-se pelo que não é o mais diretamente pregnante é alguma coisa secundária na motivação espontânea do sujeito. Por outra via, Piaget (1977) mostrou o primado das informações positivas (quer dizer, que existem de maneira diretamente perceptiva) sobre as informações negativas, que só aparecem em sua ausência. Voltar sua atenção em direção aos instrumentos que organizam as ações sobre o mundo só pode vir em um segundo tempo, tal é a potência do primado das informações positivas, ou seja, diretamente perceptíveis em sua presença material a mim.

4. Dificuldades pragmáticas

Há igualmente *obstáculos de fato* a este retorno da atenção para si mesmo, sobre os quais testemunham notadamente a maior parte dos profissionais. Voltar sua atenção para o interior, é para alguns, sinônimo de se voltar à sua intimidade, com o risco de tomar consciência das coisas que são do domínio do recalcado. A rejeição repousa, então, sobre a recusa do contato com sua própria intimidade.

Em uma situação na qual estou na presença de outras pessoas (entrevistador, pequenos grupos), esta reversão da atenção supõe aceitar diminuir o controle social que eu exerço sobre os outros pelo olhar ou pela palavra. Esta reversão supõe, então, um movimento de confiança que faz com que eu possa me autorizar a colocar minha atenção mais sobre o meu mundo interior que sobre o mundo social. Seguramente, toda mudança de direção da atenção para o mundo interior não é necessariamente um ato de tomada de consciência. Esta reversão da atenção é comum a muitas práticas, como aquela da entrevista de explicitação (Vermersch, 1994), da presença atenta, da psicanálise. Ora, a experiência da técnica da entrevista de explicitação ou a prática psicoterapêutica mostraram que esta condição podia encontrar recusas intransponíveis.

No quadro de uma descrição desta mudança de direção da atenção, é difícil apreender o que constitui tal dificuldade para colocá-la em ação. Apenas o conhecimento das técnicas desenvolvidas com o propósito de ajudar a pessoa a produzir esta mudança da atenção (o exemplo eminente sendo a tradição da presença atenta) dá a medida do grande esforço que pode constituir esta reversão para alguns. O

sintoma mais evidente da amplitude desta dificuldade parece residir no fato de que essas técnicas visam somente produzir esta mudança de direção da atenção, um pouco como se, uma vez provocada tal mudança, o resto (sua utilização exploratória refletinte) acontecesse por si mesmo. Essas técnicas exploram correntemente o fato de que esta direção da atenção para a percepção coincide em parte, a título de suporte orgânico, com uma atenção voltada às sensações sinestésicas e proprioceptivas. Prestando atenção à posição da respiração, ou à distinção do que está tenso e do que não está, somos conduzidos a centrarmos-nos no interior corporal, em seguida psíquico ou mesmo espiritual, e a deixarmos de lado o mundo que se situa para além das fronteiras corporais.

É evidente, portanto, que este retorno da direção da atenção supõe condições para tornar-se familiar a título de prática. Muitos tipos de condições podem ser distinguidos, trate-se de pré-requisito metódico, dificuldades teóricas, obstáculos pragmáticos ou ainda de seus modos mesmos de manifestação, quer dizer, seus reveladores.

O pré-requisito metódico é da ordem da suspensão evocada anteriormente, com esta qualidade singular, de que ela diz respeito ao investimento no agir. Com efeito, a conversão do olhar é, para o iniciante, incompatível com o engajamento simultâneo na ação ordinária. E tal engajamento implica uma forma de não agir que é, em seu princípio, *per force*, totalmente literal: permanecer em uma posição sentada, ou em uma atitude de escuta atenta, ou ainda se deitar no divã. O engajamento na ação é, para a maior parte das pessoas, muito pregnante, e suscita uma motivação e uma concentração da atenção mais fortes e mais imediatas que seu retorno aperceptivo e a inibição da ação que ele supõe. Entretanto, à medida que se passa, na prática, de um nível de iniciante a uma mestria maior, a suspensão pode coexistir de maneira completamente natural com uma ação em situação totalmente encarnada. De fato, uma coexistência fluida desta espécie é o índice preciso de que se adquiriu uma forma de mestria. Ao longo de estados intermediários, a maior parte das práticas inclui explicitamente etapas transitórias. O exemplo simples reside na alternância entre a meditação sentada e a meditação na marcha, em um treinamento *samatha*.

Esta mudança de direção da atenção corresponde a um *fazer* do ponto de vista da cognição: ele acarreta (ou é causado por) uma mudança de atitude na minha relação com o mundo. Analisada do ponto de vista das técnicas de ajuda à sua realização, tal mudança é essencialmente percebida como uma suspensão de controle, no sentido em que se poderia quase acusar a atitude natural (pode se acusar uma atitude!) de exercer uma influência hipnótica muito difícil de ser interrompida. Este primado conferido à idéia da suspensão do controle conduz ao uso de uma linguagem que é aquela do relaxamento, do abandono, ou mesmo da entrega ou do deixar-*vir* (*lâcher-prise*).

5. O deixar-*vir* e a qualidade da atenção

Com a terceira fase, é a qualidade mesma da atenção que muda de teor: passa-se de uma atividade de conquista regida pela intencionalidade, que nos faz buscar o interior em detrimento do exterior, a uma disposição passiva de acolhimento, a um deixar-*vir*, que só tem de passivo o nome. Trata-se de fato de um agir eminente.

Assim, a *epochè* visa, em sua fase final, deixar operar uma reverberação do vivido. Dito de outra forma, ela é um movimento ativo da atenção, que pode ser deliberado, mas, ao mesmo tempo, supõe a espera, já que, o que há a refletir pertence por definição ao domínio do tácito, do pré-refletido e/ou do pré-consciente. Trata-se, dessa forma, de manter uma tensão entre um ato de atenção sustentada e um não-preenchimento imediato. O caçador imóvel sabe ao menos o que ele espera com vigilância e paciência, enquanto que, no caso em questão, há a espera sem conhecimento do conteúdo que vai se revelar. Em diversos graus, aquilo que é objeto do ato refletinte não está imediatamente disponível. Existe apenas em potência e só virá a revelação por meio de um ato cognitivo levado por uma intenção particular.

Assim, o gesto de deixar-*vir* supõe uma espera não focalizada, aberta, logo, eventualmente vazia de conteúdo durante um tempo, sem nenhuma discriminação imediata outra que "não há nada", "é uma névoa", "é frouxo", "é confuso", "não se passa nada".

Este tempo de vazio relativo pode ser bastante breve ou durar muitos minutos ou mais, sendo o tempo para que se forme uma primeira configuração, podendo ser também o tempo que o sujeito leva para se entender com o que pode vir a ser o objeto desta reverberação. Na medida em que não pode haver aqui busca em um sentido voluntário, este ajustamento não pode se fazer senão em estrutura, sem poder imediatamente se ajustar ao detalhe de um conteúdo que não está ainda revelado.

É um tempo fácil de ser encontrado na experiência da percepção de figuras estereoscópicas. Mesmo que se tenha a prática perita de aceder a esta percepção, há um tempo em que nada se distingue ainda, embora se veja que já não se está na "percepção natural". Durante este tempo, sente-se a forma emergir até um ponto de mudança brutal da percepção clara. Encontramos em psicoterapia este tipo de fenômeno quando o paciente sabe que alguma coisa está em vias de voltar do seu passado, com a impressão de que "está a caminho para vir à sua consciência"; algumas vezes pode mesmo haver referência de que isso vem de longe, de muito longe, mas sem se saber ainda inteiramente qual é o conteúdo da cena passada, ou mesmo as palavras que virão.

No entanto, mesmo quando é objetivamente muito breve, este tempo vazio tem a duração subjetiva de uma falta de sinal, em que o silêncio de alguns segundos parece imediatamente se eternizar. De fato, é subjetivamente muito longo, em comparação com a rapidez subjetiva de nosso funcionamento cognitivo consciente mais habitual. Na prática do acesso guiado a esse ato, na entrevista de explicitação, a desaceleração do ritmo da expressão e o tempo de parada para aceder a reverberação são frequentemente um critério confiável da colocada em ação do ato refletinte.

Por um lado, é como se as dificuldades para realizar o advir à consciência tivessem duas vertentes indissociáveis. De uma parte, o abandono do movimento natural; de outra parte, a aprendizagem do exercício do acolhimento, aí compreendida a aprendizagem que consiste em saber gerir o paradoxo de ter o projeto de fazer alguma coisa que é involuntária! Por outro lado, pode-se distinguir três estágios da atenção: a atenção presente dirigida ao exterior, em direção ao mundo; a desatenção, estado não escolhido, resultante simplesmente do fato de que eu paro de prestar atenção (frequentemente sem me dar conta disso), e que é o estado habitual; e o terceiro, mais estranho no sentido de inabitual, seria a atenção presente não dirigida, ou antes dirigida a uma revelação possível.

Esse tempo simultaneamente vazio e subjetivamente longo parece ser o principal obstáculo para a descoberta e realização espontânea desse ato de consciência. É difícil não sucumbir imediatamente ao medo ou ao tédio que pode suscitar essa posição de acolhimento, de receptividade atenta⁴. Este tempo é desconcertante para quem tem a crença ingênua em uma mestria instantânea, permanente e mecânica da cognição em seu funcionamento, já que, com esta dimensão de acesso ao pré-refletido, eu posso tomar consciência, claramente, de que faço coisas eficazes, efetivas, sem saber de maneira refletida como me coloco para fazer isso. O que pode ser desconcertante, também, é descobrir uma nova conduta cognitiva que me abre à revelação de propriedades inéditas e de aspectos inauditos do real aos quais eu descubro, retrospectivamente, ter estado insensível.

É evidente que, se na primeira reversão, aquela que modifica a direção da atenção, era preciso no mínimo inibir a ação imediata para deixar lugar à apercepção, na segunda mudança o que é para ser inibido é o movimento de preenchimento imediato por projeção das minhas categorias, das minhas expectativas e das minhas identificações. A qualidade da suspensão, aqui ainda inibidora, parece singular, perpassando cada etapa do ato de tomada de consciência.

Ora, com esta idéia de uma suspensão do julgamento, estamos muito próximos da *epochè* husserliana no sentido lato, ou ainda do princípio da ausência de pressuposição formulada desde 1901, nas *Investigações Lógicas* (§7). Mas a apresentação husserliana permanece como princípio, e não faz jus, neste caso, a essas qualidades diferenciadas de suspensão com as quais nós não cessamos de nos confrontar.

Em um plano mais prático, estamos também próximos da atitude que preside a prática psicoterapêutica: o profissional abre sua presença ao outro e lhe dá sua atenção, estando ao mesmo tempo vigilante para não interferir com seus comentários interiores, e seus movimentos contratransferenciais, no acolhimento aberto e paciente do que o outro revela. A capacidade de registrar simultaneamente o verbal, o não-verbal (modificação das posturas, da gestualidade, da respiração – em ritmo, amplitude, localização –, das mímicas, dos micromovimentos), o epiverbal (o que é dito pela maneira como o outro o diz em função das estruturas lingüísticas utilizadas, mas também das categorias de descrição do mundo imanente a suas escolhas semânticas), o paraverbal (as variações da entonação) só é possível por uma escuta e uma observação aberta ("flutuante", dir-se-á em psicanálise), sem procurar uma apreensão.

Todavia, talvez pudéssemos fazer a mesma análise para o trabalho do pintor:

"É interessante notar aqui que a redução fenomenológica [...] tem um duplo efeito. Ela deve nos fazer esquecer ao mesmo tempo o que ela faz aparecer. A redução é, no fundo, em filosofia o equivalente de uma técnica de visão em pintura. É preciso esquecer o que parecem ser as coisas quando a gente olha para elas superficialmente, e fazer aparecer na coisa mesma o que ela é em realidade. Assim, praticar a redução fenomenológica, é menos ver do que aprender a ver" (Piguet, 1963, p. 154)⁵.

Na tradição de presença atenta, o gesto do deixar-*vir* faz parte do que tende a ser considerado o método mais difícil ou ainda mais “avançado”. São as escolas Mahamudra-Dzogchen no budismo tibetano e japonês que insistem mais sobre estes métodos. Em todo caso, a prática repetida do deixar-*vir* torna-se não paradoxal no momento em que se introduz nela um componente pré-discursivo. No Zen Rinzai, o trabalho repetitivo com a ajuda dos *koans* fornece um quadro clássico; nas escolas tibetanas, a associação emocional às qualidades manifestas de um mestre vivo (a “devoção”) é considerada como sendo essencial, de tal maneira que nós somos “empurrados” a apreender mediante uma constituição pré-discursiva (Namgyal, 1987).

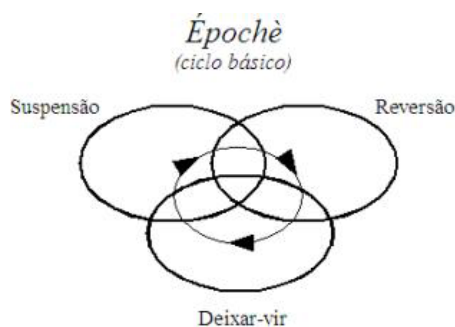
O ato refletinte parte da não-disponibilidade do refletido; poderíamos dizer que ele parte do não-verbal, do pré-refletido, do antipredicativo. Mas afirmar isso é dizer que a reverberação não parte do nada, embora o vivido que pode ser refletido não esteja imediatamente disponível. Se não, estaria já sob o controle do refletido. Ora, o refletido só pode controlar as condições da reverberação, não a sua efetuação nem o conteúdo refletido. O ato refletinte parte de uma relação “silenciosa” ou no “vazio” no que se refere à experiência. É mais da ordem do acolhimento, da escuta, da impregnação, da contemplação, que da busca pré-determinada. Parece supor uma modalidade mais passiva da cognição, mesmo se sabemos que esta passividade relativa é tecida nos bastidores por nossos filtros categoriais, cuja atividade permanente pode facilmente ser suspensa. Nesse sentido, não se trata, com a descrição do ato refletinte, de se apoiar sobre uma concepção de um reflexo passivo, mecânico. O espelho que representa a pessoa que opera a reverberação não é nada passivo ou neutro. Mas o que está em jogo é a possibilidade de não esmagar imediatamente a realidade por um pensamento e sua linguagem já disponível, e isso a fim de estabelecer uma zona de silêncio relativo provisório, e fazer o esforço necessário para conseguir a relação com a realidade vivida, de um modo renovado. Há aí uma dimensão de vazio fecundo que escapa, do ponto de vista experiencial, aos parâmetros de um mundo ou de uma linguagem, e isso para penetrar em um plano ontológico que é abertura a uma forma mais radical e que só pode aparecer em claro-escuro, sob o modo de um contraste que é precisamente fornecido pela suspensão do deixar-*vir*.

Essa inversão do movimento espontâneo da busca de informações só pode ser relativa. Trata-se de frear, de inibir os movimentos cognitivos mais grosseiros, aqueles cuja operação pode ocultar totalmente a dimensão de acolhimento e tornar impossível o ato refletinte. É o paradoxo segundo o qual eu posso voltar deliberadamente minha atenção para o interior, não para aí buscar alguma coisa, mas para acolher o que pode se manifestar, ou o que eu sou capaz de deixar se manifestar.

Lendo essa descrição da reversão do movimento da atenção e das dificuldades que ela pode encontrar para se realizar, poder-se-ia pensar que está sendo pintado aí um quadro muito sombrio. Poder-se-ia crer a partir daí que se trata de uma reversão que permanece sempre como uma grande dificuldade, como um grande mistério. Ora, este tempo de reversão pode ser bastante breve para passar despercebido ao espírito de alguém que não presta a ele uma atenção deliberada; as informações reverberantes são em certos casos de acesso fácil. A dificuldade não vem somente da prática do ato redutivo: pode estar também ligada à natureza do que é visado, ou ainda à relação que eu mantenho com o que é visado e que pode tornar a disponibilidade à reverberação mais difícil.

6. Devir-consciente: a estrutura de base – a dupla dobra da reflexão e da afecção

Examinemos agora de modo renovado o diagrama que desenha os contornos do ciclo básico:



Pode-se, assim, distinguir – no coração deste processo de devir-consciente que é o ato refletinte ou a redução fenomenológica em ato – as duas vertentes da *epochè* que são a conversão reflexiva/redireção e o acolhimento/deixar-*vir*, a saber, um duplo movimento correlativo. Dessa forma, pode-se descrever esses componentes como momentos de emergência, como *dobras* do processo. A primeira dobra, que conduz à reflexão (e desemboca na expressão), caracteriza-se por um *retorno sobre si*; a segunda dobra, que leva ao deixar-*vir* (e chega a uma intuição tácita) caracteriza-se por uma *abertura a si mesmo*.

No primeiro caso, o movimento descrito corresponde a um anel que se fecha sobre o interior, sem se fechar totalmente sobre ele mesmo, já que é a partir desta abertura mínima da reflexão que se abre o segundo movimento, de acolhimento em direção a si mesmo e ao mundo. Estes dois movimentos podem ser expressos pela metáfora da dupla dobra da diástole e da sístole, da contração e da dilatação. Um dos movimentos parte da consciência refletida (pré-discursiva, pré-noética, ante-predicativa, tácita, pré-verbal, pré-lógica ou não conceitual, como se queira)⁶, e se desenvolve, pela atitude reflexiva ela mesma em uma tomada de consciência que é a apercepção deste pré-refletido, até desembocar em uma estrutura finalizada: tal é a vertente cognitiva do devir-consciente. A outra dobra enraíza-se na afecção pré-associativa e no *habitus* involuntário⁷ que, mediante uma aplicação prática sistemática, conduzirá, em virtude da estrutura mesma da afecção, à *dimensão emocional* do ato cognitivo. Quando este desdobramento habitual é suspenso, intervindo a dobra do deixar vir, aparece o movimento de revelação que é deixar vir ou acolhimento, abandono ativo ou receptividade disponível: tal é a vertente afetiva do processo. Esses dois movimentos formam uma dupla dobra, aquela da reflexão cognitiva e da afecção, na medida em que elas se recobrem mutuamente de maneira dinâmica, encadeando-se uma na outra, até dar lugar, no coração desse processo do devir-consciente, a uma não dualidade da reflexão e da afecção.

O processo do devir-consciente caracteriza-se, então, por quatro movimentos correlativos:

1. A base corresponde à emergência intencional a partir de sua dimensão pré-dada, passiva, hilética e sinestésica, quer dizer, imanente e corporificada, a qual fornece a impulsão da intencionalidade dirigida ao objeto e a orientação perceptiva em direção ao mundo.
2. Dobra reflexiva: conversão da reflexão; tomada de consciência.
3. Dobra do deixar vir: acolhimento ou deixar vir a partir de uma dimensão hilética afetiva originária.
4. Explicitação discursiva a partir da situação experiencial ante-predicativa.

As duas dobras formadas pelos movimentos 2 e 3, o reverso um do outro, enlaçados um no outro na unidade não dual de um *recto* e de um *verso*, formam a dinâmica mesma do processo.

Tal processo compreende limiares e gradações. Não temos aqui o propósito de nos lançar em uma análise estrutural detalhada (que seria, no entanto, necessária) dos termos irrefletido ou inconsciente (no sentido freudiano) com relação aquele de pré-refletido no que concerne ao movimento reflexivo, ou ainda, daquele de passividade originária com relação ao *habitus*, no caso do movimento do deixar vir.

Conseqüentemente, um processo como o de que tratamos contém pontos-limite e zonas de sombra: de um lado, o neuro-computacional, o subpessoal são dimensões que, por princípio, escapam à possibilidade de seu devir-consciente. De outro lado, a consciência pura, a experiência pura ou transcendental estão na dependência de um acesso experiencial possível, mas como que em excesso em relação à atividade redutiva do devir-consciente. Somente um exercício aprofundado e durável pode, talvez, permitir ultrapassar esses limites. De qualquer modo, tomar consciência é um processo limitado, tanto em montante como em jusante.

CONCLUSÃO

Como o leitor pôde se dar conta, a *epochè* constitui o foco metonímico do ato do advir à consciência. Também o leitor se beneficiou, no curso desta descrição, da amplitude do projeto fenomenológico detalhado em toda a primeira seção deste texto.

Essa estrutura dinâmica de metonímia entre a *epochè* e o ato em sua totalidade é notável. Ela permite compreender bem que a lógica de desdobramento do ato redutivo em seu conjunto não é expositiva ou simplesmente sucessiva no sentido de linear. Corresponde bem mais a uma lógica exploratória imanente, em que toda a descrição do ato se faz a partir de seu desencadeamento pela *epochè*, em que, correlativamente, a *epochè* continua a operar com uma qualidade específica a cada etapa de desdobramento do ato.

REFERÊNCIAS

- HUSSERL, H. *Analysen zur passiven Synthesis*. Den Haag: M. Nijhoff, 1966.
- BERMUDES, J. L. *The paradox of self-awareness*: Cambridge: MIT Press, 1998.
- BERNET, R. *La vie du sujet*. Paris: PUF, 1994.
- BRAND, G. *Ich, Welt und Zeit*. Den Haag: Martinus Nijhoff, 1955.
- COURTINE, J.-F. Réduction phénoménologique-transcendantale et différence ontico-ontologique. In: - _____. *Heidegger en la phénoménologie*. Paris: Vrin, 1990, p. 207-247.
- DEPRAZ, N.; VARELA, F. J.; VERMERSCH, P. *On becoming aware*. Amsterdam/Philadelphia, Benjamim Press, 2003.
- GALLAGHER, S. *The Inordinance of Time*. Evanston: Northwestern University Press, 1998.
- HENRY, M. Quatre principes de la phénoménologie. *Revue de Métaphysique et de Morale*, n. 1, p. 3-26, 1991.
- MARION, J.-L. *Réduction et donation*. Paris: PUF, 1989.
- MAZIS, G. *Emotion and embodiment: a fragile ontology*. Evanston: Northwestern University Press, 1993.
- MERLEAU-PONTY, M. *Phénoménologie de la perception*. Paris: Gallimard, 1945.
- MONTAVONT, A. Le phénomène de l'affection dans les *Analyses sur la synthèse passive*. Paris: Éd. Alter, *Alter 2*, 1994.
- NAMGYAL, T. *Mahamudra: the quintessence of mind and meditation*. Boston: Shambhala, 1987.
- PIAGET, J. *La construction du réel chez l'enfant*, Neuchâtel, Delachaux e Niestlé, 1937.
- _____. *La prise de conscience*. Paris: PUF, 1974.
- _____. *Les recherches sur l'abstraction réfléchissante*. 2 vols. *Études d'épistémologie génétique*. Paris: PUF, 1977.
- PIGUET, J.-C. *La connaissance de l'individuel et la logique du réalisme*. Neuchâtel: La Baconnière, 1975.
- RICŒUR, P. *Le volontaire et l'involontaire*. Paris: Seuil, 1950.
- VARELA, F.; THOMPSON, E.; ROSCH, E. *L'inscription corporelle de l'esprit*. Paris: Seuil, 1991.
- VERMERSCH, P. *L'entretien d'explicitation en formation initiale et en formation continue*. Paris: ESF, 1994.
- YAMAGUCHI, Y. *Ki als leibhaftige Vernunft*. Beitrag zur interkulturellen Phänomenologie der Leiblichkeit. München: W. Fink Verlag, 1997.
- ZAHAVI, D. *Self-awareness and alterity*. Evanston: Northwestern University Press, 1999.

¹Ver Depraz, Varela e Vermersch (2003).

²A obra citada na nota 1 compreende os exemplos que, dados em extenso, em paralelo, permitem, a título das variações do ato, dar uma carne ao esqueleto.

³Ver, a respeito, a Introdução da obra de Bernet (1994), Courtine (1990), Marion (1989) e Henry (1991).

⁴Piguet (1975: 4.439, grifo no original), com a expressão de "reversão semântica", coloca em evidência esta dimensão de acolhimento: "O termo *reversão semântica* que nós empregamos ultrapassa em muito o quadro da semântica como ciência. De maneira geral, ele visa uma reversão da maneira que o homem tem de se ligar ao mundo, *determinando-o*, em prol de uma ligação 'passiva', em que o homem acolhe inicialmente o sentido do mundo a fim de, sem desnaturalizá-lo, transmiti-lo pela via do conhecimento". E ainda: "A questão crítica da linguagem consiste em suspender, do lado daquele que quer compreender (e eventualmente conhecer) uma totalidade interna, toda espécie de atividade loquaz, a fim de mergulhar metodologicamente, em 'um silêncio de acolhimento'" (Piguet, 1975: 4.422). De maneira muito mais geral, a *Gelassenheit* heideggeriana traz igualmente esta dimensão de escuta acolhedora.

⁵Ver ainda a carta de Husserl à Hofmannsthal de 1907 (trad. fr. E. Escoubas), em que Husserl desenvolve uma homologia estrita entre a atitude redutiva e a atitude estética (carta traduzida e publicada no número "La part de l'œil", consagrada à *Art et Phénoménologie*, nº 7, Bruxelles, p. 13-19, 1991).

⁶Para dar mais precisão a esta distinção-chave entre consciência pré-refletida/pré-reflexiva e consciência reflexiva, ver a obra inaugural de Merleau-Ponty (1945). Ver também Brand (1955) e as discussões recentes de Gallagher (1998), Zahavi (1999) e Bermudes (1998).

⁷A propósito dessas noções complementares, ver Husserl (1966), Ricœur (1950), Montavont (1994), Mazis (1993) e, mais recentemente, Yamaguchi (1997).

Nota:

Artigo originalmente publicado em *Études Phénoménologiques*, Tomo XVI, nos 31-32, p. 165-184, 2000. Título original: "La réduction à l'épreuve de l'expérience". Tradução de André Eirado e Virgínia Kastrup.