

**JACINTO RODRIGUES**

jacintorodrigues@sapo.pt

**Centro de Estudos Africanos da Universidade do  
Porto, Universidade do Porto, Portugal**

## **INTRODUÇÃO AO TRABALHO AUTOBIOGRÁFICO**

### **RESUMO**

Este texto pretende fazer uma aproximação à metodologia do autoconhecimento. Utiliza-se a abordagem de vários autores na investigação sobre as diferentes etapas da vida em busca de um autodesenvolvimento. Esse autodesenvolvimento procura articular-se em função de um desenvolvimento social consciente. O pensamento e o sentido da vida interagem e permitem revelar a busca duma iniciação quotidiana que dê sentido à vida.

### **PALAVRAS-CHAVE**

autodesenvolvimento; pensamento emocional; desenvolvimento social;  
meditação ativa; consciencialização

---

### **○ TRABALHO AUTOBIOGRÁFICO**

O trabalho autobiográfico integra-se na investigação pedagógica com o objetivo de obter o autoconhecimento e o autodesenvolvimento no processo de vida que Jung (1979) denomina a individuação.

Morin (2013), aproveitando a noção dos três mestres formativos, o homem, a sociedade e a natureza, estabeleceu um esquema em que a autoformação (isto é, a minha vontade de autodesenvolvimento) se centra no diário biográfico, na meditação e no estudo do sentido da própria vida.

Por outro lado, a hétero-formação, proveniente especialmente do convívio com as pessoas, resulta da interação pessoal com a vontade dos outros sobre nós próprios. Gera-se então uma dialógica entre simpatia e antipatia, criando-se um ritmo que facilita a aprendizagem social.

Com a observação e transformação dos objetos existentes na natureza, cria-se uma atividade prática multidisciplinar que torna competente a transformação de nós próprios com a natureza e a natureza conosco.

Edgar Morin (2013) vai complementar estas três colunas mestras com a ecosofia, isto é, a capacidade de perceber a unidade entre a auto-formação, a hétero-formação e a eco-formação e simultaneamente a singularidade dos níveis natural, cultural e espiritual.

Esta unidade com multiplicidade guarda as singularidades de cada um dos elementos do conviver, fazer, saber e ser de que nos fala Jacques Delors (2012). A saber:

1. o “mestre da sociedade” implica uma metodologia expressiva, relacionamentos múltiplos e criativos de simpatia e antipatia (a convivência social);
2. o “mestre da natureza” implica uma metodologia operativa, uma transformação da natureza, a aprendizagem de competências e comportamentos (a sobrevivência);
3. o “mestre hétero-formativo” implica uma metodologia lógico-dedutiva, uma elaboração racional da conceção do mundo, aquisição de informação e elaboração de sistemas cognitivos (a consciência);
4. o “mestre auto-formativo” implica uma metodologia ético-normativa, metanóia volitiva inspirada na imaginação e intuição em busca da “revolução biográfica”, um autoconhecimento que se quer autodesenvolvimento. Este ponto, habitualmente ausente das preocupações pedagógicas e académicas, constitui um elemento essencial pois equivale ao trabalho em busca da sabedoria, ou seja, a consciência alargada no domínio do ser – a ecosofia.

Estes quatro pontos, que já tratei em vários textos (Rodrigues, 2003, 2007), constituem uma reflexão que tenho vindo a fazer em torno de Bachelard, Habermas, Edgar Morin e a pedagogia iniciática de Pierre-Yves Albrecht (1998, 2004).

Para desenvolver este quarto ponto existem metodologias específicas: a autobiografia, a meditação, os sistemas probatórios-iniciáticos, alguns jogos pedagógicos, técnicas de tiro-ao-arco e artes marciais (aikido, tai-chi, etc.), teatro psicodramático, dança, pintura, música, caligrafia, escultura, etc.

Na linha de René Barbier (1989), Gaston Pineau (2006), Christine Josso (2000), Delory-Momberger (2000) e Philippe Lejeune (2005), o trabalho biográfico consiste em construir sentido. Metamorfoseia-se a retrospectiva em prospectiva de modo a que o processo de desenvolvimento seja construído consciente e voluntariamente numa perspetiva ética.

No entanto, é necessário construir um outro plano de investigação espiritual para que a autoconstrução do “eu” não se reduza a uma formação causada pelo passado. Há que desenvolver uma autoconstrução proveniente da inspiração e imaginação em que o presente em metamorfose se constrói já com futuro. A escrita imaginal, a poesia, a pintura, a caligrafia, o teatro, etc., são buscas “utópicas” que permitem propostas proféticas em busca de uma construção futurante. É interessante trabalhar o ponto de vista de Joe Dispenza (2013), *Como criar um novo eu*, em que desenvolve uma metodologia fundamentada num paradigma quântico que já não se compadece com o mecanicismo e o dualismo do paradigma cartesiano e newtoniano ou ainda a visão lógico-positivista da modernidade racionalista.

O trabalho que realizei ao longo de vários anos, através da construção de um diário síntese, baseia-se na minha “história de vida” tomando em linha de conta o *diário intensivo* de Ira Progroff (1984).

Este trabalho pode abrir portas à investigação criativa futurante se se tornar descrição de “sinais” e referências simbólicas, que pré-anunciam mensagens potenciais reveladoras se tivermos uma observação inspirada sobre os acontecimentos que se desenrolaram na nossa vida.

Essa descrição exige experimentação sucessiva de novas “gre-lhas” para uma descoberta-encontro e uma ressonância entre quem procura e aquilo que é procurado.

A metodologia *goetheanística*, ou seja, a preocupação de Goethe em conjugar a observação objetiva e a subjetividade e ainda a vivência entre acaso e necessidade, entre o que é endógeno e o que é exógeno, o caos e a ordem, verticalidade e horizontalidade, luz e trevas, possibilitam dialogias que impedem a exclusão típica do dualismo mecanicista. Os trabalhos de Jung (1979), Corbin (1976), Durand (1995) e Morin (2013) são do maior interesse para a valorização desta dialógica.

Conicionados pela filosofia ocidental, a nossa tradição cultural oscila bipolarmente entre platonismo e aristotelismo, cartesianismo e vitalismo, idealismo e materialismo, entre outros.

No trabalho de investigação histórica em que enquadrámos a nossa preocupação sobre as pistas concretas da nossa vida, encontrámos marcos

indelévels que hegemonomizam a objetividade dos factos. Mas queremos também convocar sonhos e pesadelos, desânimos e alegrias, vivências íntimas e poéticas, estados de alma que vamos acumulando ao longo da nossa biografia. No corpo, as feridas caracteriais inscrevem-se na história da alma. E a história da alma articula-se com a biografia corporal. Neste sentido trabalhei com os textos de Wilhelm Reich (1975) e fiz formação em bioenergia que muito me ajudou.

Esperemos que nesta investigação biográfica o “imaginal” não se apague no factual.

Devo estas considerações ao facto de ter lido muitas autobiografias e por outro lado me ter debruçado sobre o estudo da minha própria autobiografia. Para isso apoiei-me nos trabalhos de Ira Progoff (1984), Gudrun Burkhard (1999), Edgar Morin (2013), entre outros.

Esther Harding (1968), aluna de Jung, compara o modelo da metamorfose biográfica à metodologia goethenística investigando assim a metamorfose da evolução humana nas quatro etapas:

1. do nascimento à maioridade, que constitui a primavera da vida;
2. da maturidade à luta pela realização, que constitui o verão da vida;
3. a maturidade realizada, que constitui o outono da vida;
4. a procura da sabedoria, que constitui o inverno da vida.

Esta trama biopsicosociológica, aparece também na tradição oriental, em particular no taoísmo e pode resumir-se ao seguinte provérbio chinês: 20 anos para aprender, 20 anos para lutar, 20 anos para realizar e 20 anos para amadurecer espiritualmente.

Ira Progoff (1984), autor do célebre método do diário intensivo, propõe ciclos de dez anos (ciclos convencionais que podem ser flexíveis) nos quais se pode revelar a consolidação desses períodos sem, contudo, se impor um plano telefinalista, abstrato e determinista. Só didaticamente se podem aceitar contornos esquemáticos que possam balizar o fio orgânico maleável e rubro da vida.

Também Treichler (2005) e Fintelmann (2006), na esteira de Rudolf Steiner (2014), orientam o estudo biográfico para o autodesenvolvimento como um itinerário de vida, uma caminhada onde vários sistemas probatórios, “ritos de passagem” conscientemente assumidos ou não, fazem descobrir a metamorfose das etapas e o sentido implícito duma vida.

Trata-se do estudo biográfico como percurso iniciático, em que cada etapa explicita uma “metanóia”, isto é uma mudança qualitativa na individuação, de que podemos ter consciência nas novas atitudes que assumimos.

As contribuições da sabedoria, do senso comum, dos filósofos, dos psicólogos e dos biógrafos, sugerem hipóteses duma fluidez da vida concreta que oscila entre mover-se num contexto e sistemicamente agir sobre esse contexto através da singularidade concreta e pessoal, num universo abstrato e impessoal.

Pode-se encontrar uma estrutura triádica flexível, em cada período, que exprime a hegemonia ora de fatores metabólicos e voluntaristas, ora de ritmos e emoções, ora de fatores intelectuais ou neuro-sensoriais. É aquilo que se costuma designar como vontade, sentimento e pensamento ou, corpo, alma e espírito na antropologia esotérica tradicional de Pappus (1995) assim como na antroposofia de Rudolf Steiner (2014).

Não basta, no entanto, dar-mo-nos conta das metamorfoses da pessoa. As transições são importantes e é preciso articular a metamorfose pessoal no quadro contextual. Esse quadro histórico-político tem referentes exógenos. Daí a importância da explicitação desses fatores na biografia da própria pessoa.

A dificuldade e a complexidade exigem a prática da compreensão interpretativa, pilotando a decifração e corrigindo-a à medida que se vai fazendo.

Estamos, como refere Gadamer (1998), sempre a rascunhar quando aceitamos que a compreensão é “ser em projeto”. Por isso escrevinhamos para retificar à medida que vamos descobrindo o sentido, mas sabemos também que o “fazer sentido” vai mudando em nós e nos contextos.

A consciência serve para nos darmos conta dos preconceitos e dos reducionismos com que habitualmente delimitamos o outro. Mas, compreender o outro só é possível com uma dose de distanciamento e impulso divinatório humilde. Com inspiração e imaginação controlada podemos ter uma antevisão possível do que o outro poderá ser... Mas, ainda assim, o mistério irreduzível ficará para sempre.

O trabalho biográfico, se tivermos em conta a individuação, só faz sentido quando alicerçado e sistemicamente articulado no contexto histórico e no paradigma tecno-civilizacional.

O seminário sobre a biografia humana, dirigido por Gudrun Burkhard (1999), os “trabalhos” com a equipa de estudo sobre Gurdjieff e a investigação em pedagogia iniciática com Pierre-Yves Albrecht, permitiram-me alargar o auto e o hétero conhecimento.

Também as leituras que fiz de Andreas Ebert levaram-me em busca de um olhar sensível na tentativa de conseguir interpretar o “outro”: decifrar impondo limites à subjetividade sem abandonar a inspiração do “imaginal” e o trabalho sobre os quatro temperamentos e as “personagens-tipo” do Eneagrama (Ebert, 2011).

Tudo isto implica aproximações metodológicas várias. Exige também uma logística que nos permita fundamentar o alicerçamento da nossa vida num ecossistema mais vasto, contexto histórico, geográfico e civilizacional.

Durante um longo período é necessário juntar fotografias, estabelecer cronologias, itinerários, diários, correspondência, diplomas, etc. Uma vez constituído este acervo documental, marcas da nossa vida, estamos aptos a constituir o enquadramento biográfico onde ficam alinhadas as principais datas dos acontecimentos, os lugares e as pessoas. A análise de álbuns fotográficos da família e amigos constituem não apenas âncoras desse desenrolar cronológico, mas possibilitam formas potencializadoras das recordações passadas.

O acervo documental, a iconografia, os dados meticulosamente recolhidos não impõem proibições a outras possíveis realidades que não conhecemos.

Com toda esta panóplia de conhecimentos e vivências vamos tentando compreender a personagem singular. Contudo, a intangibilidade e a impossibilidade de abarcar a singularidade da pessoa é uma realidade que se pode suprir pontualmente com o apelo da memória de terceiros.

Afinal, aquilo que fazemos quando alargamos os vetores para uma maior compreensão humana, é contribuir para aumentar o nosso assombro que é a nossa consciência cada vez mais alargada duma realidade concreta e encantatória que nos cerca.

Tentarei dar um exemplo concreto através de um resumo abrangente, do que foi o estudo de anos, sobre a minha autobiografia. Trata-se de uma reflexão sobre o meu processo evolutivo e contraditório nos ciclos das formas de pensar pessoal. Tenho consciência deste “eu” aqui e agora, entre vários “eus” múltiplos em etapas diferentes da minha história biográfica em lugares diversos.

“Eus” múltiplos no fluir da vida, revividos e revisitados com o “eu” consciente do “aqui agora”, mas, todavia, um “eu” perene e permanente embora renovável. Assim consigo perceber e compreender a manta de retalhos do meu viver. Sou sujeito e objeto ao mesmo tempo e posso, eventualmente, pilotar com distância e ética, a metamorfose permanente do

meu ser na mudança do mundo, da sociedade e deste meu envolvimento consciente e também inconsciente.

## OS CICLOS DA MUDANÇA

Há um fio condutor que dá sentido a esta autobiografia que fui fazendo, construindo-me com a consciência de ter consciência disso ao intervir na minha própria construção. As divisórias, nos grandes ciclos que se seguem, são explicitadas pelas mudanças de mentalidade que fui adquirindo, por uma espécie de metanóia em que acordei para novas formas de pensar. Não seguem a mesma cronicidade formal dos decénios em que dividi a busca da minha história de vida. Surgem como *insights*, mudanças qualitativas no interior e na demanda desta nossa história:

1. primeiro ciclo: até aos 17 anos vivi num nimbo de catolicismo e cristianismo misturando, em especial na adolescência, Cristo, Gandhi, Schweitzer, Krishnamurti e Mumford, através de leituras dispersas que fazia e da “consciência possível” que experimentava sobre esses assuntos;
2. segundo ciclo: depois dos 17 anos e sobretudo a partir da universidade, avizinei-me dum personalismo existencialista em que, mantendo o Gandhismo de Tagore acrescentei Mounier, Camus e Sartre que misturei com um ainda insípido marxismo. Gerou-se uma sopa ideológica construída com Yoga, Gandhi, Danilo Dolci, Garaudy, etc. Este foi o meu antifascismo inicial que desenhava o meu perfil ideológico quando fui preso na greve dos estudantes em 62 e depois em 63, quando estava na tropa;
3. terceiro ciclo: aos 25 anos, com o exílio, um marxismo básico de Georges Politzer a Nikitine forjou uma aproximação a Mao Tse Tung, Che Guevara, Gramsci e outros teóricos marxistas que fui lendo como Wright Mills, Charles Betheleim, Pierre Bourdieu, Henri Lefévre, Gilbert Murry, Roger Garaudy, Althusser, etc. Também fizeram parte das minhas leituras outros teóricos não marxistas e até críticos como Raymond Aron, que foi meu professor na Sorbonne, Alain Touraine e Georges Friedmann, também meus professores na École Pratique des Hautes Études;
4. quarto ciclo: com o Maio de 68, um anarco-maóismo e muita ecologia, Reich e utópicos autonomistas, fui-me consolidando em torno duma teoria da complexidade política alternativa. Essa experiência foi muito marcada pela minha frequência no Institut de Recherche et de Formation en vue du Développement Harmonisé, fundado pelo Padre

Louis Joseph Lebet e a minha formação paralela e mais prolongada, na Universidade de Vincennes onde realizei a minha *maitrise* em urbanismo. Este ciclo vai alargar as preocupações conceptuais da minha filosofia académica que começara na Universidade de Coimbra, para preocupações sociológicas e topológicas que se vão tornar dominantes na minha opção ecológica;

5. quinto ciclo: esta complexidade que foi sendo construída integra agora a poética duma gnose e do espiritualismo que reforça a visão da ecologia como ecosofia abrangendo preocupações de Serge Latouche, Pierre Rabhi e releituras intercivilizacionais que me tornam mais aberto a transculturalidades africanas, orientais e ameríndias. Trata-se de um alteromundialismo em que surgem pensadores como Edgar Morin, Serge Latouche, René Passet, Michel Onfray e Paul Ariés mas também preocupações de carácter espiritualista como os gnósticos e outros, como Mestre Eckart, Jacob Bohem, Rudolf Steiner, Gurdjieff, Pierre Rabhi, George Steiner, etc.

Deixo-me assim penetrar, especialmente depois da morte da minha filha Cristina, por uma espécie de filosofia *new age* onde experimentei demandas iniciáticas. Fiz viagens a Findhorn, ao Goetheanum, a diversos centros antroposóficos e ainda a outros centros como os sufis, maçons, etc. Contudo, não se trata de uma conversão e abandono de uma vida que, embora com mudanças, constituiu um caminho permanente de grandes linhas que mantiveram de uma forma constante grandes pilares na minha formação. Assim, encontro ainda hoje uma contribuição importante vinda do marxismo ao mesmo tempo que correntes libertárias se envolveram no degelo do dogmatismo juvenil que me marcou. Também heresias espirituais, gnósticas e outras corrigiram sempre credulidades e fidelismos dogmáticos.

Estes cinco ciclos epistémicos acompanham de forma orgânica leituras romanescas que vêm desde os romances de aventura da minha adolescência, Salgari, Alexandre Dumas e Charles Dickens até aos romances mais ou menos iniciáticos de Goethe, Herman Hesse e René Daumal. Em poesia uma linha mais constante vai-se consolidando em torno de Tagore, Nazim Hikemet, Pablo Neruda, Pessoa e Novalis.

## REFERÊNCIAS

Albrecht, P.-Y. (1998). *Le devoir d'Ivresse*. Paris: Ed. Georg.



- Albrecht, P-Y. (2004). *Au coeur des Zaouïas - rencontre avec des soufis guérisseurs*. Paris: Ed. Presses de la Renaissance.
- Barbier, R. (1989). La recherche-formation existentielle. In G. Pineau & G. Jobert (Eds.), *Histoires de vie* (pp. 101-122). Paris: L'Harmattan.
- Burkhard, G. (1999). *Homem e mulher: a integração como caminho de desenvolvimento*. São Paulo: Antroposofica.
- Corbin, H. (1976). *L'archange empoupré*. Paris: Fayard.
- Delors, J. (Ed.). (2012). *Educação um tesouro a descobrir. Relatório para a Unesco da Comissão Internacional sobre Educação para o Século XXI*. Lisboa: Cortez.
- Delory-Momberger, C. (2000). *Les histoires de vie: de invention de soi au projet de formation*. Paris: Anthropos.
- Dispenza, J. (2013). *Como criar um novo eu*. Alfragide: Lua de Papel.
- Durand, G. (1995). *A imaginação simbólica*. Lisboa: Edições 70.
- Ebert, A. (2011). *A espiritualidade do eneagrama*. Petrópolis: Ed. Vozes.
- Fintelmann, V. (2006). *Préparer sa vieillesse*. Paris: Ed. Aethera.
- Gadamer, H. G. (1998). *O problema da consciência histórica*. V.N. Gaia: Ed. Estratégias Criativas.
- Harding, E. (1968). *The I and the not I, a study in the development of consciousness*. Princeton: University Press.
- Josso, M. C. (2000). *La formation au cœur des récits de vie: expériences et savoirs universitaires*. Paris: L'Harmattan.
- Jung, C. G. (1979). *O eu e o inconsciente*. Petrópolis: Editora Vozes.
- Lejeune, P. (2005). *Signes de vie: le signes de vie pacte autobiographique*. Paris: Seuil.
- Morin, E. (2013). *Mes philosophes*. Paris: Fayard/Pluriel.
- Papus, G. (1995). *Tratado elementar de magia prática*. São Paulo: Edições Pensamento.
- Pinau, G. (2006). As histórias de vida em formação: gênese de uma corrente de pesquisa-ação-formação existencial. *Educação e Pesquisa*, 32(2), 329-343. Retirado de <https://www.scielo.br/pdf/ep/v32n2/ao9v32n2.pdf>
- Progoff, I. (1984). *Le journal intime intensif*. Montréal: Les Editions de l'Homme.

- Rodrigues, J. (2003). A corrente espiritual Soufi no Islão como forma de compreensão em torno da universalidade e do diálogo com as restantes religiões em África. In A. Gonçalves (Ed.), *O Islão na África Subsariana – Livro de atas do 6º Colóquio Internacional 'Estados, poderes, e identidades na África subsariana'* (pp. 35-44). Porto: CEA/FLUP.
- Reich, W. (1975). *Analisis del character*. Buenos Aires: Paidós.
- Rodrigues, J. (2007). *Pedagogia para uma sustentabilidade*. Porto: ISMAT - Cadernos de Arquitetura.
- Steiner, R. (2014). *O mistério dos temperamentos*. São Paulo: Antroposofica.
- Treichler, R. (2005). *Les troubles psychiques au cours de la vie*. Paris: Triades.

Citação:

Rodrigues, J. (2020). Introdução ao trabalho autobiográfico. In J. P. Neves; P. R. Costa; P. de V. Mascarenhas; I. T. de Castro & V. R. Salgado (Eds.), *Eu sou tu. Experiências ecocríticas* (pp. 141-150). Braga: CECS.