

Bob Hoffman e a Origem do Processo



Bob Hoffman nasceu em 5 de setembro de 1922, em Búfalo, Nova Iorque. Aos 22 anos, mudou-se para a Califórnia, casou-se com Laureen Spier e conheceu o Dr. Siegfried Fischer, que era um amigo da família de sua mulher. Ele se consultou com o Dr. Fischer profissionalmente durante seis meses. Teve um filho, Michael e uma neta, Courtney. Faleceu no ano de 1997.

Bob Hoffman irradiava uma quantidade surpreendente de energia e entusiasmo. Ele atuava como terapeuta, treinava os candidatos a professor através de um rigoroso programa de treinamento, e viajava amplamente pelos quatro continentes para observar e supervisionar o processo que ele concebeu e desenvolveu.

Hoffman era um homem provocante e brincalhão, com um ágil senso de humor e um discernimento profundo a respeito da condição do ser humano. De certa forma, ele resistiu a todos os esforços para que o tornassem um guru de psicoterapia e acidamente criticava os curadores que posavam de santos, encorajando os pacientes a se tornarem seus seguidores. O objetivo da terapia, dizia ele, “*é libertar as pessoas*”.

Hoffman insistia que um conjunto rígido de padrões éticos fossem aceitos por todos os professores do Processo Hoffman da Quadrinidade e insistia também que cada aluno fosse alertado para o perigo da transferência para o professor, por gratidão, virtudes imaginadas e poderes místicos.

Qualquer tentativa para endeusar Hoffman resultava em um incisivo lembrete de sua natureza realista. Através de mais de um quarto de século de prática, Hoffman desenvolveu excepcionais habilidades terapêuticas que foram reconhecidas por muitos psicoterapeutas.

Há áreas em que o enfoque do Hoffman diferiu daqueles da psicoterapia tradicional, mas a principal diferença continua a ser a velocidade com que os resultados podem ser alcançados. Neste sentido, o Processo Hoffman não é tanto uma técnica terapêutica, mas uma tecnologia transformadora.

“Não há truques à verdade do amor por si mesmo”, dizia Hoffman. “Meditação, psicanálise, jogging, remédios, encontro, massagem – não importa o nome que você dê – nenhum deles fará qualquer diferença em sua vida até que você aprenda a se amar. Mudar é possível. Não importa o quão travado você possa se sentir, não importa o quão negativa seja ou tem sido sua vida, o que você sempre esperou para si mesmo realmente é possível.”

Bob Hoffman escreveu acerca das origens do Processo

Minha vida era bastante comum e não realizada. Eu tinha uma loja de vestuário em Oakland, Califórnia. Como muitas pessoas jovens durante a Grande Depressão, eu lutava pela segurança financeira que tinha perdido quando criança. Tinha mulher e um filho pequeno para sustentar e todo meu tempo e energia iam para os negócios. Os anos pós-guerra foram economicamente bons na área da Baía de São Francisco e me tornei moderadamente bem-sucedido. Como a maioria das pessoas, eu também tinha padrões de amor negativo, sem a compreensão de onde vieram nem o que fazer acerca deles. Em resumo, era uma pessoa típica de minha idade e contexto, entre as muitas que não sabiam como amar.

Em 1961 a falecida Rose Strongin, uma encantadora sensível e professora espiritual, ajudou-me a descobrir e desenvolver minhas habilidades psíquicas naturais que serviram para transformar minha vida. O que começou como simplesmente um hobby fascinante, assumiu um sempre crescente papel em minha vida à medida que eu experimentava frequentes e dramáticos episódios de clarividência e clariaudiência. No início eu não compreendia isto, mas fui claramente capaz de sintonizar as mentes vivas de pessoas cujos corpos tinham cessado de existir.

O mundo de fenômenos psíquicos era ainda somente uma interessante distração de minha vida de negócios até uma noite fatídica em janeiro de 1967.

Eu despertei por volta de meia-noite com um sentimento de inquietude. A princípio pensei que alguém estivesse no quarto comigo. Então percebi que estava recebendo uma comunicação da mente de um espírito.

À medida que focava minha consciência, clarividamente “vi” o Dr. Siegfried Fischer, um amigo que havia morrido há seis meses atrás. Em vida, Dr. Fischer tinha sido um psicanalista ortodoxo, neurologista e cientista que não aceitava os conceitos da parapsicologia nem dos fenômenos paranormais. Muitas vezes nós discutimos acerca da existência de uma mente viva depois da morte. Durante um certo debate eu disse: *“Siegfried, você está em seus 70, você sabe. As chances são de que você vá antes de mim. Um dia você verá que eu tenho razão.”* Então acrescentei brincando: *“Quando você acordar e se descobrir morto, volte e diga alô.”*

Quando Dr. Fischer apareceu naquela noite em 1967, não fiquei realmente surpreso em vê-lo. Estive me comunicando com as mentes dos assim chamados mortos há vários anos. Fiquei feliz em “ver” meu velho amigo, reconheci sua presença e discutimos brevemente o fato de que agora ele estava vivendo no reino mental. Agradei a ele pela visita e estava pronto para voltar a dormir.

“Espere, Bob” ele disse com uma nota de urgência. *“Há uma coisa que quero lhe comunicar.”*

Então, ele me disse, em essência, que havia aprendido porque ele e seus contemporâneos em psiquiatria não tiveram êxito em descobrir uma solução para as neuroses. Ele acrescentou que agora tinha tido acesso à grande fonte de sabedoria, as mentes dos maiores behavioristas, religiosos e filósofos da história, e que havia desenvolvido uma técnica que oferecia a solução ansiosamente procurada para a neurose da incapacidade de ser amado.

“Isto é ótimo”, respondi um tanto confuso. *“Mas não seria melhor se você dissesse isto a um psiquiatra? Eu não posso dar nenhuma ajuda para você.”*

“Oh, mas você pode, Bob” ele respondeu. *“Preciso um médium canal com quem trabalhar, alguém com quem eu tenha relação. Você e eu somos amigos, podemos nos comunicar e juntos espalhar este novo conhecimento.”*

"Siegfried, estou surpreso" eu disse. "Quase todo o mundo que eu conheço já acha que sou um tanto estranho por causa de meu trabalho de desenvolvimento psíquico. Por que alguém me daria ouvidos como uma autoridade em problemas emocionais? Eu realmente não sei nada acerca destas coisas."

Ele contra-argumentou com: *"Sim, isto é verdade agora, mas você encontrará as oportunidades onde poderá ajudar as pessoas. Confie em mim."*

"Bem, eu mesmo preciso de cura emocional. Você conhece todos os problemas que eu tenho."

Isso não foi subestimação de minha parte. Estava bem consciente de que havia sido mau marido e mau pai. Na verdade, eu não gostava de mim, muito menos me amava. Eu era inseguro, cheio de dúvidas e muitas vezes deprimido. Nunca houve amor de verdade em minha vida e se Dr. Fischer tinha alguma coisa que resolveria meus valorosos 44 anos de problemas, eu estava com vontade de ver o que era. Com espanto, pensei que não tinha nada a perder exceto um pouco de sono. Mal sabia o que me esperava.

"OK, Siegfried" eu disse. "Qualquer que seja esta nova técnica, comece comigo." Durante as cinco horas seguintes, Dr. Fischer guiou-me por uma excursão através da estrutura e dos rudimentos básicos do que se tornou conhecida como terapia psíquica. Dr. Fischer removeu as "vendas" que me impediam de ver a fonte de meus problemas emocionais: meus apêndices de amor negativo pela minha mãe e meu pai. Eu vi, psiquicamente, muitas das cenas de minha infância que me programaram para ser neurótico, desamoroso e me sentir indigno de ser amado.

Depois, ele me surpreendeu com o que muitos consideram ser uma de suas maiores contribuições para a moderna ciência comportamental. Dr. Fischer me mostrou como *reviver psiquicamente* a infância de meus pais para ver como eles, também, foram programados para serem neuróticos e desamorosos. Eu vivenciei a infância de minha mãe na Rússia; sua pobreza e tristeza durante seus anos de formação. Eu vi como a vida dela, como a minha, não foi nada além de trabalho duro e falta de amor; como os pais dela, como os meus, não souberam dar a ela o amor que ela ansiava. Foi para deixar este vazio para trás que ela se casou muito jovem e veio para a América. Então eu vi a infância de meu pai, também

na Rússia. Ele também veio de uma grande e pobre família e eu vivenciei sua pobreza emocional.

Quando vi as cenas da infância de meus pais e sua terrível necessidade de amor e segurança, minha raiva sufocada tornou-se compaixão e compreensão por eles. Assim como eu, eles haviam sofrido, e muito mais. Eu via tudo isso clarivamente.

Enquanto clariaudientemente ouvia Dr. Fischer explicar-me tudo. Ao fim da sessão de cinco horas, ele me reuniu psiquicamente a meus pais e finalmente fui capaz de dar e receber amor deles. Chorei por todos os anos que esbanjei tentando conseguir amor deles e de todos mais em minha vida. Eu estava inundado da alegria de, finalmente, ter feito as pazes com meus pais. Eu não tinha mais de provar nada ou continuar a guardar rancor contra eles.

Quando terminamos aquela noite, compreendi que o Dr. Fischer tinha encontrado a resposta para os problemas emocionais. O que ele tinha descoberto não era apenas a causa de nossas dificuldades, mas a causa da causa, as experiências da infância de nossos pais. Eles também eram vítimas de pais desamorosos, como eu fui. O que era novo sobre isto era o método para catarticamente vivenciar esta verdade e ficar purgado dela. Não era apenas uma viagem da mente.

No fim daquela sessão fatídica, tinha renascido. Mas ainda não estava evidente para mim como eu poderia fazer para outros o que o Dr. Fischer tinha feito para mim. Nos meses que se seguiram, nós nos comunicamos constantemente à medida que ele continuou a esclarecer e aperfeiçoar as técnicas básicas. Meu próprio processo foi realçado e reforçado desta maneira. Repetidamente perguntei a ele: *"Mas Siegfried, o que vou fazer com isto? Quem vai me escutar?"* Sua resposta era sempre: *"Bob, quem vivia se preocupando, mamãe ou papai? Não se preocupe. As portas se abrirão."*

Logo comecei a ensinar o *Processo* para grupos de desenvolvimento psíquico. Como leigo, descobri com grande surpresa que muitos tinham praticamente o mesmo problema emocional básico: a incapacidade de se amar e amar aos outros.

Em 1969, meu trabalho inicial começou a receber verdadeira atenção de membros das comunidades médicas e psiquiátricas da área da Baía de São Francisco. Durante uma conversa com um grupo de médicos, psiquiatras e psicólogos, conheci um psiquiatra chamado Dr. Ernest Pecci. Ele era estudante de metafísica e estava especialmente interessado em como eu lia psiquicamente a infância dos pais. Poucas semanas depois deste primeiro encontro, Dr. Pecci telefonou para perguntar se ele poderia me encaminhar um de seus pacientes. *“Eu tenho uma paciente que gostaria que você visse. Ela alucina, vê caras feias e ouve vozes horríveis. Ela não tem conseguido dormir sem tomar pílulas.”*

Como um médium, eu estava familiarizado com o problema de forças psíquicas negativas molestando a esfera da mente. De bom grado concordei em vê-la. Durante a sessão usei uma técnica que Dr. Fischer me ensinara para remover as forças mentais negativas que tinham invadido o cérebro dela, levando-a a sofrer de alucinações. Depois de uma sessão ela ficou livre de sua aflição e tinha as ferramentas para garantir que aquilo não voltaria. Ela também recomeçou a dormir sem medicação.

Logo Dr. Pecci e outros médicos começaram a me encaminhar mais de seus pacientes problemas. Fui capaz de ajudá-los com as técnicas do Dr. Fischer. Comecei a me encontrar regularmente com Dr. Pecci e compartilhar com ele os detalhes do que Dr. Fischer tinha me ensinado. Dr. Pecci validou a eficácia de meu trabalho sob um ponto de vista psiquiátrico. O que se espalhou era que este processo psíquico estava permitindo às pessoas fazerem mudanças dramáticas e positivas em suas vidas. O volume de trabalho cresceu rapidamente além de minha capacidade de lidar com isto. Vendi meus negócios e montei um consultório. A lista de espera cresceu e comecei a procurar um modo de usar o processo psíquico mais eficientemente.

Um dos que soube de meu trabalho e quis experimentá-lo foi Claudio Naranjo, um psiquiatra chileno e homem altamente espiritualizado que veio para Berkeley e formou um grupo de busca por uma consciência superior, que ele chamou de Seekers After Truth (SAT). Claudio experimentou o Processo entusiasticamente, o aceitou e lhe deu o nome de *Processo Fischer-Hoffman* (o nome foi mudado mais tarde para *Processo Hoffman Quadrinidade*). Ele começou a apresentar o Processo no formato de encontros com um de seus grupos SAT.

Quando observei este grupo durante várias semanas, fiquei impressionado com a coragem e boa vontade de Claudio em experimentá-lo, mas percebi que o formato de encontro estava errado para este trabalho. A solução para os problemas emocionais das pessoas está dentro delas mesmo, não em outras pessoas. Claudio concordou comigo.

No final de 1972, Dr. Fischer me mostrou como o *Processo* poderia ser melhorado e ser mais eficiente ao combinar grupo de aulas, sessões experimentais e consulta individual. Em janeiro de 1973, usei este novo formato com um grupo retirado principalmente de minha lista de espera. Originalmente, eu lia psiquicamente para meus clientes individuais enquanto eles escutavam e tomavam notas sobre o que eu dizia para eles acerca de suas experiências de infância e as de seus pais. No novo *Processo*, cada pessoa aprendeu a ler psiquicamente para si mesmo. Isto proporcionou muito maior credibilidade e em essência isto sempre se comprovou.

O *Processo* evoluiu ao incluir a participação mais ativa e a experiência do poderoso e amoroso EU espiritual, a "Luz" interior, a parte de nossa Trindade que se origina em Deus e que é perfeita. Esta dimensão ajudou os clientes a reconhecerem e usarem suas próprias força e sabedoria interiores como apoio, assim provocando grande autoconfiança e acabando com a dependência. Até hoje, Dr. Fischer, através de mim, continua a melhorar e aperfeiçoar o *Processo*.

*(Ninguém Tem Culpa: Conseguindo um Divórcio Amoroso
de Mamãe e de Papai, Bob Hoffman, pp. 215-220)*

O *Processo* tem tido várias formas de apresentações desde seu começo, em 1967. Como indicado na passagem acima, originalmente Bob se encontrava individualmente com clientes e os conduzia através dos estágios. Então, no início dos anos 70, por meio da influência de Claudio Naranjo, o *Processo* foi reorganizado em um formato de grupo. Em 1972, Hoffman conduziu seu primeiro grupo de 50 alunos pelo *Processo*.

Nos 13 anos seguintes, o *Processo* foi apresentado em um formato de 13 semanas. Os alunos assistiam às reuniões duas vezes por semana e eram dadas extensas tarefas escritas em que eles atravessavam as fases de acusação, defesa e compaixão. Os membros do staff liam as tarefas escritas e faziam comentários acerca do progresso do

aluno em fitas de áudio. Este formato de 13 semanas serviu a milhares de pessoas e é um formato com que muitos ex-alunos estão familiarizados...

*(Novas Realidades, O Processo Hoffman da Quadrinidade,
Kathryn Ridall, Janeiro/ Fevereiro de 1990)*

Em 1984 o formato de 13 semanas foi sintetizado em uma versão mais eficiente, mas de curta duração, de oito semanas. Então, na Primavera de 1985, o *Processo Hoffman da Quadrinidade* passou por outra metamorfose importante e surgiu em formato intensivo, de oito dias residencial. Bob Hoffman, Julius e Miriam Brandstatter perceberam, em um fim de semana de Workshop Introdutório à versão de oito dias do *Processo*, dirigido por eles, que o *Processo* inteiro poderia ser feito em oito dias residencial.

Bob esboçou um resumo e uma amostra do *Processo* foi realizada. Em julho de 1985 o primeiro curso intensivo de oito dias residencial foi ministrado.

Em 2014, com aval do Instituto Hoffman Internacional, o Centro Hoffman (no Brasil) passou a aplicar de forma pioneira o modelo do *Processo Hoffman* em sete dias, em São Paulo. Sugerido por Heloísa Capelas, à época diretora de ambas instituições, a mudança partiu de diversos estudos e análises que tornou o treinamento ainda mais assertivo. Logo após, o Hoffman Internacional experienciou os resultados e contribuiu com a definição do formato final dos sete dias, a qual passou a ser ministrada no mundo inteiro.

Através dos anos o *Processo* tem sido aperfeiçoado e desenvolvido mas os conceitos originais e a estrutura básica permanecem a mesma.