

Ensaio · Pertencimento

Egrégoras

O campo que ninguém vê, mas todo mundo sente

Por Priscila Araújo Moreira

INTRODUÇÃO

Por que isso importa pra você agora

Você já entrou num grupo de meditação, de estudos espirituais ou de práticas chamadas de “quânticas” e saiu de lá sentindo algo que não conseguia nomear? Uma leveza ou um peso. Uma energia que parecia não ser sua, mas que você trouxe pra casa assim mesmo?

Ou o oposto: ficou num grupo que te drenava, mas ficou porque sentia que devia, porque o campo te segurava?

Há diferentes maneiras de tentar nomear essa experiência. “Egrégora” é uma delas.

Egrégora é um dos conceitos mais usados e menos compreendidos no universo da espiritualidade contemporânea. Virou palavra de ordem em grupos de WhatsApp, lives de frequência e encontros de meditação, mas raramente alguém para perguntar: o que isso significa de verdade? De onde veio? E por que entender isso muda a forma como você escolhe seus grupos, suas comunidades e os campos em que você decide habitar?

Este material é uma conversa sobre os grupos que nos formam. Aproximo a linguagem espiritual de perguntas sobre pertencimento e autonomia, distinguindo crença, interpretação e fenômenos que podem ser observados na convivência.

"O campo te forma muito antes de você perceber que está dentro dele."

CAPÍTULO 1

Dos Vigilantes aos usos contemporâneos

Uma das imagens associadas à palavra é a dos Vigilantes, presentes no *Livro de Enoque*. Nesse conjunto de narrativas religiosas antigas, são seres celestes que transgridem sua condição e se relacionam com seres humanos.

Dentro dessa narrativa, eles são apresentados como seres. Isso descreve uma cosmologia religiosa, não comprova a existência de uma entidade fora dela.

Em usos esotéricos posteriores, “egrégora” passou a designar uma entidade ou formação psíquica coletiva, sustentada, segundo essas crenças, pela atenção e pelas emoções de um grupo. Essa

acepção não deve ser confundida com uma descoberta científica nem tratada como idêntica à narrativa de Enoque.

Em algumas dessas interpretações esotéricas, as egrégoras:

- São criadas consciente ou inconscientemente por grupos
- Fortalecem-se com atenção, repetição, ritual e emoção intensa;
- Podem agir sobre os membros, influenciando pensamentos e comportamentos
- Podem sobreviver à dissolução do grupo original
- Podem ser nutritivas (te expandem) ou parasitárias (te drenam)

Para certas correntes esotéricas, a egrégora é entendida literalmente como uma entidade. Em outros usos, a palavra funciona como metáfora. Saber qual sentido está em jogo importa: não podemos avaliar uma afirmação sem perguntar o que ela pretende dizer.

CAPÍTULO 2

As três camadas do fenômeno

Dependendo da perspectiva, “egrégora” pode ganhar sentidos diferentes. O erro é misturá-los como se fossem equivalentes ou como se um comprovasse o outro.

CAMADA 1: O Ocultismo

Nessa leitura esotérica, a egrégora seria uma entidade dotada de alguma autonomia. O grupo a criaria e a alimentaria, podendo também desfazer sua ligação com ela. São afirmações de uma tradição espiritual, não fatos estabelecidos por uma medição.

CAMADA 2: A Psicologia Junguiana

Podemos fazer uma leitura inspirada em conceitos junguianos, como símbolos, arquétipos e inconsciente coletivo, para pensar experiências de pertencimento. Essa aproximação é interpretativa. Não significa que Jung tenha comprovado egrégoras nem que esses conceitos descrevam exatamente o mesmo fenômeno.

CAMADA 3: A Ciência Social

Também podemos examinar identidade grupal, normas compartilhadas, influência social e cultura organizacional. O que se investiga, nesse caso, são relações, atitudes e comportamentos. Chamar isso de “campo” é uma imagem útil, desde que não a confundamos com um campo físico ou com evidência de uma entidade espiritual.

“Uma crença espiritual, uma interpretação psicológica e uma pesquisa social não dizem a mesma coisa. Aproximá-las exige cuidado.”

Quem usa o termo de forma genérica geralmente está colapsando as três camadas em uma. E nos grupos de espiritualidade, essa confusão tem consequências diretas.

CAPÍTULO 3

Grupos espirituais: pertencimento e influência

Grupos de meditação e desenvolvimento espiritual podem tornar essas questões especialmente visíveis. A busca por sentido, a linguagem compartilhada e o desejo de acolhimento ajudam a criar vínculos fortes. Isso também convida a observar como a autonomia de cada pessoa é tratada.

Alguns elementos podem intensificar esses vínculos:

- Rituais e repetição: meditações guiadas, mantras e encontros frequentes criam familiaridade e uma rotina comum;
- Carga emocional: a busca espiritual pode envolver vulnerabilidade, esperança e necessidade de acolhimento;
- Símbolos compartilhados: palavras como “frequência”, “campo” e “ativação” podem reforçar uma identidade e a divisão entre o grupo e quem está fora;
- Propósito comum: um senso de missão pode fortalecer o pertencimento;
- Liderança carismática: uma figura central pode ter grande influência sobre o ambiente do grupo.

O paradoxo que poucos nomeiam:

Esses grupos podem existir para promover autoconhecimento e autonomia. Em alguns, porém, surgem dependência da aprovação coletiva, conformidade disfarçada de “alinhamento vibracional” e dificuldade de sair, especialmente quando o afastamento é apresentado como regressão espiritual.

Isso pode ocorrer sem intenção consciente de manipular, mas também pode envolver abuso de poder. O vocabulário espiritual não resolve essa diferença: é preciso olhar para as práticas e suas consequências.

CAPÍTULO 4

O paradoxo silencioso

Buscando a si mesmo em campos que te afastam de si

Existe uma cena que se repete de formas quase idênticas nesses grupos: alguém faz uma pergunta muito subjetiva, sobre uma escolha, um sentimento, uma direção de vida, e espera que o grupo, a mentora, ou 'o campo' confirme a resposta.

O discurso do grupo diz: você tem as respostas dentro de você.

A prática do grupo diz: me confirma o que estou sentindo.

Quando esse padrão se repete, a linguagem de empoderamento pode estar servindo à dependência. É esse sentido de relação que drena autonomia que chamo, aqui, de “parasitário”.

Como identificar esse padrão:

- Você não consegue tomar decisões importantes sem consultar o grupo ou a liderança
- Discordâncias internas são reinterpretadas como 'resistência do ego' ou 'bloqueio energético'
- Sair do grupo, mesmo temporariamente, gera culpa ou medo espiritual
- Você percebe que passou a repetir o vocabulário do grupo sem poder questionar o significado das palavras;
- Suas dúvidas são mantidas como motivo para depender da liderança, sem espaço para construir respostas próprias.

"Um campo que te nutre te deixa mais você mesma. Um campo parasitário te deixa mais dependente do campo."

Isso não significa que grupos espirituais são necessariamente problemáticos. Significa que o critério de avaliação vai além do vocabulário que usam: é o que acontece com a sua autonomia ao longo do tempo.

CAPÍTULO 5

Como navegar esses campos de forma consciente

Você já participa de muitos grupos: família, trabalho, amigos, comunidades e conversas de WhatsApp. Se usarmos “egrégora” como imagem dessas influências coletivas, a questão não é fugir de todo pertencimento. É perceber o que acontece com você dentro dele.

Três perguntas que mudam o jogo:

Essa participação me expande ou me contrai?

Observe o efeito real do grupo em você, para além do discurso. Você está mais livre, mais inteira, mais capaz de pensar por conta própria? Ou mais dependente, mais ansiosa quando não acessa o grupo, menos você mesma?

O campo confirma o que eu já penso ou me desafia a pensar diferente?

Um grupo que só confirma pode virar um espelho sem profundidade. Crescer também envolve encontrar perspectivas diferentes. Vale observar se você pode sair de uma conversa com uma pergunta nova, inclusive uma pergunta que contrarie a liderança.

Eu seria a mesma pessoa sem esse grupo?

Toda comunidade nos forma. O que importa é se essa formação está alinhada com quem você quer ser ou apenas com quem o grupo precisa que você seja.

O que fazer com o que você perceber:

- Não precisa sair de nenhum grupo de forma dramática: perceber já transforma a relação
- Comece a notar quando busca validação externa para experiências internas
- Observe sua linguagem: as palavras que você usa moldam como você percebe a realidade
- Cultive pelo menos uma referência fora do campo do grupo, alguém que pensa diferente
- Pergunte-se periodicamente: o que eu acreditava antes de entrar aqui? Ainda acredito?

CONCLUSÃO

A pergunta que vale manter aberta

Diante desse conceito, é comum perguntar: qual egrégora quero criar? Ou: qual egrégora devo alimentar?

A pergunta mais honesta, e mais difícil, é outra:

"Quais campos já me formaram, continuam me formando agora, e eu nem percebi?"

O pertencimento muitas vezes vem antes da escolha consciente: começa na linguagem compartilhada e na sensação de estar entre pessoas que parecem nos entender. Depois, ao perceber o que esse vínculo produz, podemos avaliá-lo, questioná-lo ou deixá-lo para trás.

Você pode manter abertas suas perguntas espirituais e, ao mesmo tempo, avaliar o que é observável: como as pessoas são tratadas, como a discordância é recebida e se existe liberdade real para partir.

A pergunta que não convém deixar de fazer é esta: o que está acontecendo comigo dentro dos grupos que habito?

Obrigada por ter chegado até aqui. Se este material lhe trouxe uma pergunta que você ainda não tinha, ele cumpriu seu propósito.

Priscila Moreira

Oráculo com Wi-Fi