



Revista Transdisciplinar

Uma oportunidade para o Livre Pensar

Vol. 19 - Ano 10 - Nº 19 – 1º semestre/2022
<http://revistatransdisciplinar.com.br/>

ISSN 2317-8612
www.artezen.org

7 – A ARTETERAPIA SOB O PRISMA DA ESPIRITUALIDADE

Filipa Alvarenga*

Resumo

Este artigo lança o desafio de olhar a interligação entre Arteterapia e espiritualidade. Pela sinergia entre os processos criativos e as forças vitais, a Arteterapia induz um caminho para a cura e transformação interna. Propõe-se um diálogo entre Arteterapia de abordagem junguiana, Terapia Artística Antroposófica, Logoterapia e Análise Existencial e Psicologia Transpessoal. São abordados os conceitos de Jung sobre sincronicidade, inconsciente coletivo, arquétipos, símbolos, função transcendente, individuação, persona e sombra. Sustenta-se que a conexão e harmonia do ser humano com o universo, algo maior que a própria individualidade, traduz-se na espiritualidade, no sentido para a vida, no encontro com o self.

Palavras-chave: Arteterapia, espiritualidade, transcendente.

Abstract

This article launches the challenge of the interconnection between Art Therapy and spirituality. Attending to the synergy between creative processes and vital forces, Art Therapy encourages healing and inner transformation. A dialogue is proposed between *Jungian Art Therapy*, Anthroposophical Art Therapy, Logotherapy and Existential Analysis and Transpersonal Psychology. Jung's concepts of synchronicity, collective unconscious, archetypes, symbols, transcendent function, individuation, persona, shadow and self are addressed. It is sustained that the connection and harmony of the human being with the universe, something greater than the individual itself, translates into spirituality, life purpose and self achievement.

Key-words: Art therapy, spirituality, transcendent.

* **Filipa Alvarenga** – Arteterapeuta, Consteladora Sistêmica, Canalizadora de Registros Akáshicos, Psicoterapeuta Transpessoal (em formação) e Reencarnacionista/Vidas passadas (Regressão Terapêutica), Terapeuta vibracional (Mestre em Reiki Usui). Experiência em grupos de meditação e círculos de partilha. Formada em Sociologia e Pós-graduada em Psicologia da Gravidez e Maternidade, com 20 anos de experiência em intervenção na área da inclusão social de crianças/adolescentes, famílias e longevos. (81) 99643-7030 pedalar73@gmail.com

Arteterapia, saúde e espiritualidade

Existem atividades que contêm muito mais do que as pessoas podem imaginar, mais do que é exigido pelos ofícios terrenos – atividades relacionadas com qualidades universais: são justamente as atividades artísticas. (HAUSCHKA, 2004, p. 81).

A importância da Arteterapia como abordagem terapêutica não reside nas atividades artísticas por si, mas na sua conexão com a saúde. O uso terapêutico da atividade artística visa que as pessoas fortaleçam a sua capacidade para lidar com os sintomas da forma mais tranquila e segura possível. Perspectiva-se ampliar o espectro de sentido e potencial. Pelo estímulo do fluxo criativo, leva o paciente ao despertar de sombras e forças vitais latentes, na busca de um equilíbrio frequentemente perdido devido a patologias ou bloqueios muitas vezes inconscientes. O diálogo criativo ocorre num movimento dialético entre o mundo interno e externo, relacionando a expressão artística com as ocorrências vitais e anímicas do ser humano (HEIDE, 2003).

Nesta linha, podemos afirmar que Arteterapia e espiritualidade estão ligadas com a saúde do ser humano biopsicossocioespiritual, conceito avançado no ocidente pela Antroposofia, Psicologia Transpessoal, Logoterapia e Análise Experimental, entre outras disciplinas mais recentes. Por este prisma, o ser humano não fica reduzido às suas dimensões físicas e psíquicas, nem o conceito de saúde restrito à ausência de doença.

Em concordância, a Organização Mundial da Saúde (OMS) atualizou, em 1983, a definição de saúde: “[...] é um estado dinâmico de completo bem-estar físico, mental, espiritual e social e, não apenas a ausência de doença ou enfermidade”.¹ No ano seguinte, no âmbito da 37ª Assembleia Geral (1984), a OMS² “[...] Reconhece que a dimensão espiritual tem um papel importante

na motivação das pessoas em todos os aspectos de sua vida. A OMS também afirma que essa dimensão não somente estimula atitudes saudáveis, mas também deve ser considerada como um fator que define o que seja saúde. Convida todos seus Estados-membros a incluírem essa dimensão em suas políticas nacionais de saúde, definindo-a conforme os padrões culturais e sociais locais.” (TONIOL, 2017, p. 267).

Ressalte-se que espiritualidade é distinto de religião: é uma busca de sentido para a vida, independentemente de qualquer crença religiosa. Por seu lado, a religião é uma atividade grupal que assenta num sistema de crenças e práticas institucionalizadas, que sustentam uma possível relação com uma dimensão transcendental (CRP SP, 2016). O conceito de espiritualidade que aqui se coloca, e que difere de religião, pressupõe o relacionamento entre o sujeito e o universo sem a necessidade de uma estrutura organizativa e um ritual coletivo. É uma dimensão natural e de grande importância da psique humana, que proporciona esferas de descobertas internas passíveis de transformar os modos de vida (GROF, GROF, 1994; WILBER, 1990).

Sentido para a vida: a meta da individuação

Viktor Frankl, impulsionador da Logoterapia e Análise Existencial, salienta, igualmente, que a dimensão noética, ou espiritual, abrange todos os indivíduos, incluindo aqueles que não têm crenças religiosas. Incorpora a busca de sentido independentemente das circunstâncias, capacidade que diferencia os homens dos animais. Esta capacidade permite superar as dificuldades e tomar consciência da individualidade. Recorre a valores vivenciais e criativos que possibilitem atribuir um novo significado, diante da impossibilidade de mudar as circunstâncias. Menciona que:

O que o ser humano realmente precisa não é um estado livre de tensões, mas antes a busca e a luta por um objetivo que valha a pena, uma tarefa escolhida livremente. O que ele necessita não é descarga de tensão a qualquer custo, mas antes o desafio de um sentido em potencial à espera de seu cumprimento. O que o ser humano precisa não é de homeostase, mas daquilo que chamo de

¹ World Health Organization. WHOQOL and spirituality, religiousness and personal beliefs (SRPB) - report on WHO Consultation. Geneva; 1998. (WHO/MSA/MHP/98.2, 2-23).

² Resolution WHA37.13, World Health Organisation (1985) Handbook of Resolutions and Decisions, Vol II, pp 5-6.

"noodinâmica", isto é, da dinâmica existencial num campo polarizado de tensão, onde um pólo está representado por um sentido a ser cumprido e o outro pólo, pela pessoa que deve cumprir. (FRANKL, 1991, p. 60).

Quando o sujeito bloqueia a capacidade de encontrar sentido, a tendência é cair num sentimento de vazio resultante da frustração existencial. Dando o exemplo da sua vivência nos campos de concentração, Frankl (1991) expõe que as pessoas que não tinham sentido para a vida sucumbiam rapidamente. Contudo, as que tinham algo por que viver, apresentavam uma resistência muito maior ao sofrimento. A dimensão espiritual do ser humano encontra-se no seu inconsciente e implica empreender uma jornada de autodescoberta para encontrar o propósito da vida.

James Hollis, na sua reflexão junguiana, indaga sobre o significado da existência pessoal. Desafia o adulto a se questionar na busca do si-mesmo: "Quem sou, então, e para onde estou indo? Quem sou eu, além da minha história e dos papéis que representei?" (HOLLIS, 1995, p. 25). Como é exposto por Jung, o ego, na adaptação ao desconhecido, vai construindo uma base segura por meio da criação de máscaras que consigam responder aos desafios da socialização:

A persona é um complicado sistema de relação entre a consciência individual e a sociedade; é uma espécie de máscara destinada, por um lado, a produzir um determinado efeito sobre os outros e por outro lado a ocultar a verdadeira natureza do indivíduo. (JUNG, 1978, p. 82).

O desempenho de inúmeras representações sociais para assumir um melhor e prestigiado enquadramento e aceitação sociais, alimenta inquestionavelmente o ego. Enterra cada vez mais fundo a essência, tornando-a oculta e desconhecida para o sujeito. Neste processo, dá-se uma proteção do interior para compensar as inseguranças e os medos (HOLLIS, 1995). Quanto mais argumentos a mente tem para definir o "eu-ego", mais longe ela está da compreensão do si-mesmo. Dá-se progressivamente o desconhecimento da essência que permanece no inconsciente à espera de acordar.

É o momento de despertar e começar a perscrutar o ego. Desbravar caminho para colocar em questão a persona e tudo o que daí advém, como os sentimentos, ações e pensamentos, no que Hollis denomina de pensamento realista (HOLLIS, 1995). O pensamento realista tem como meta restabelecer o equilíbrio entre o interior – si mesmo – e as imagens exteriores projetadas – as máscaras socialmente assumidas que alimentam o ego. O processo de mudança implica encarar o colapso das projeções, esperanças e expectativas, na tentativa de abrir a porta às profundezas arquetípicas. É a tomada de consciência de que o que se julga como certo e adquirido, não é o que define o indivíduo, nem a concepção original do self:

Sentindo o si-mesmo como algo irracional e indefinível, em relação ao qual o eu não se opõe nem se submete, mas simplesmente se liga, girando por assim dizer em torno dele como a terra em torno do sol – chegamos à meta da individuação. (JUNG, 1978, p. 131).

Nesta busca é necessário desmoronar a ilusão do ego da ilusão, impondo a dialética persona-sombra (HOLLIS, 1995). O afloramento da sombra não será pacífico, nem indolor. A sombra contém o oculto, despercebido e oprimido, que não foi aceite pela persona. A maioria das pessoas não está preparada para encarar a vida como uma sequência de mudanças e renascimentos interiores. Prefere, antes, permanecer na zona de conforto. A tendência é projetar nos outros as imperfeições e fraquezas. Simultaneamente, a sombra é também a fonte de energia vital: instintos, insights, impulsos criativos que, por serem desconhecidos, evita-se a sua consciencialização. Jung reforça:

Uma vez que a natureza humana não é constituída apenas por pura luz, mas também de muita sombra, as revelações obtidas pela análise prática são às vezes penosas e tanto mais penosas (como é geralmente o caso) quanto mais se negligenciou, antes, o lado oposto. Há pessoas que se abalam excessivamente com essa descoberta, esquecendo que não são as únicas a possuírem um lado sombrio. Entregam-se a uma depressão exagerada e começam a duvidar. (JUNG, 1978, p. 27).

Sendo parte da energia vital, o bloqueio da sombra reduz a vitalidade. Para o crescimento do si-mesmo e a conquista do equilíbrio da personalidade é, portanto, essencial viabilizar a manifestação da sombra. Tal remete para o processo de individuação, no reconhecimento de que, quanto mais o sujeito souber sobre o seu interior (a vida não vivida e negligenciada pela psique), mais rica será a experiência de vida, sem recurso a repressão, máscaras e projeções. No abandono das certezas do ego, “É preciso muita coragem para dizer que o que está errado no mundo, está errado em nós [...]” (HOLLIS, 1995, p. 61).

Com esta tomada de consciência, dão-se os primeiros passos em direção à cura interna, diminuindo quer a confusão da persona com o si-mesmo, quer da projeção das qualidades inferiores nos outros. “É importante [...] que o indivíduo aprenda a distinguir entre o que parece ser para si mesmo e o que é para os outros” (JUNG, 1978, p. 82). O processo de individuação passa pela compreensão de que a sabedoria não está no conhecimento e domínio das coisas, mas sim em conhecer o si-mesmo além de todas as coisas:

A meta da individuação não é outra senão a de despojar o si-mesmo dos invólucros falsos da persona, assim como do poder sugestivo das imagens primordiais. (JUNG, 1978, p. 64).

No momento em que se deixa de procurar certezas é que pode reconhecer-se que a vida é toda ela uma incerteza, um desdobramento no presente desconhecido (HOLLIS, 1995). Trata-se de ter a coragem de enfrentar diariamente a paixão do autoconhecimento. E, nessa incerteza, nessa falta de controle ou vulnerabilidade, é que a mente egocêntrica começa a perder o domínio e se abre o alçapão para o conhecimento do inconsciente:

[...] quanto mais conscientes nos tornamos de nós mesmos através do autoconhecimento, atuando conseqüentemente, tanto mais se reduzirá a camada do inconsciente pessoal que recobre o inconsciente coletivo. Desta forma, vai emergindo uma consciência livre do mundo mesquinho, susceptível e pessoal do eu, aberta para a livre participação de um mundo mais amplo. (JUNG, 1978, p.64).

No decurso desta autodescoberta é necessário aprender a ouvir a voz do interior, com desprendimento e perseverança, para decifrar e enfrentar os percursos em direção ao self.

Interconexões do ser humano-universo

O olhar diferenciado sobre si e o mundo é passível de gerar uma qualidade “numinosa”, termo utilizado por Jung para descrever uma experiência sagrada, pura e fora do comum (GROF, GROF, 1994; JUNG, 2005). Na ótica da Psicologia Transpessoal, a qualidade numinosa é uma experiência transformadora que resulta da

[...] capacidade de perceber e se relacionar com o mundo e a realidade a partir de outros referenciais que não o comum, o normal, o mesmo. É uma experiência capaz de modificar a visão de sujeito e o sujeito por inteiro. [...] o que vai caracterizar uma experiência espiritual não é o fato de um indivíduo aprender este ou aquele assunto, mas de ele ser capaz de, no decorrer da vida, alterar a natureza da relação que estabelece com o universo: ele mesmo, o outro e a vida como um todo. (SILVA, FERREIRA, 2016, p. 108).

A importância da dimensão espiritual tem vindo a ser reconhecida por cientistas contemporâneos de diferentes disciplinas (medicina, física, ciências sociais, etc.). Assiste-se, na atualidade, a uma conjugação entre saberes científicos e o legado de tradições sagradas pagãs, orientais, africanas, indígenas (GROF, GROF, 1994). Neste âmbito, Grof (1997) ilustra a ocorrência de insights em cientistas que, estando em estados incomuns de consciência criativa, levaram a descobertas revolucionárias:

Nikola Tesla construiu o gerador elétrico, uma invenção que revolucionou a indústria, depois que seu plano completo e um protótipo em funcionamento lhe apareceram muito detalhadamente numa visão. Albert Einstein descobriu os princípios básicos de sua teoria da relatividade num estado incomum de consciência; de acordo com sua descrição, a maioria dos insights lhe vinham sob a forma de sensações cinestésicas em seus músculos. (GROF, 1997, p. 142).

Certamente que a teoria da relatividade de Einstein³ e o princípio da incerteza da física quântica subatômica de Werner Heisenberg⁴, vieram revolucionar o paradigma racional e determinístico newtoniano-cartesiano. Einstein demonstra a não-linearidade espaço-temporal e que tudo é energia (a massa não tem a ver com substância, é uma forma de energia); Heisenberg, com o princípio da incerteza, introduz o indeterminismo (ocorrência de eventos aleatórios) e a necessidade de relacionalidade no mundo subatômico (as coisas não fazem parte de alguma relação, são as relações que dão origem às coisas).

Esta interconexão e imprevisibilidade da vida no nosso planeta reenviam para a conceptualização junguiana de sincronicidade, arquétipos e inconsciente coletivo, conceitos transcendentais que se interligam e contribuem para a compreensão da relação homem-universo. Jung introduz estes conteúdos numa época científica profundamente alterada pela descoberta da relatividade. Distanciando-se da explicação cartesiana de causalidade, Jung e o físico

dois ou mais acontecimentos que coincidem de uma maneira que seja significativa para o(s) envolvido(s). Pelo facto de serem significativos, esses acontecimentos não são circunstâncias aleatórias. Têm antes subjacente um padrão, uma sincronia, cuja compreensão pode surgir espontaneamente, sem nenhum raciocínio lógico, como um "insight".

Como explica Jung, a descoberta da sincronicidade surge de vários anos de investigação de casos do inconsciente coletivo que evidenciavam conexões inexplicáveis: "Tratavam-se de coincidências significativamente ligadas entre si que parecem repousar sobre fundamentos arquétipos." (JUNG, 2005, p. 18). Na perspectiva junguiana, existe uma camada coletiva inconsciente, inata, universal, independente do inconsciente pessoal, com conteúdos arquétipos. Como afirma, o inconsciente coletivo consiste em:

[...] conteúdos e modos de comportamento, os quais são os mesmos em toda parte e em todos os indivíduos. Em outras palavras, são idênticos em todos os seres humanos, constituindo, portanto, um substrato psíquico comum de natureza psíquica suprapessoal que existe em cada indivíduo. [...] Só podemos falar, portanto, de um inconsciente na medida em que comprovarmos os seus conteúdos. Os conteúdos do inconsciente pessoal são principalmente os *complexos de tonalidade emocional*, que constituem a intimidade pessoal da vida anímica. Os conteúdos do inconsciente coletivo, por outro lado, são chamados *arquétipos*. (JUNG, 2000, pp. 15-16).

Os arquétipos são ideias inconscientes de origem ancestral, fruto da renovação das vivências ao longo de várias gerações. Inscrevem-se, assim, no inconsciente coletivo desde os primórdios do ser humano. Integram a herança cultural das diferentes nações, através de mitos, religiões, lendas. São princípios ordenadores, "elementos primordiais e estruturais da psique", "caminhos virtualmente herdados" (JUNG, 1978, p. 24), que não foram alvo de elaboração consciente. Precedem a realidade material, revelam-se de forma específica por meio do contato do sujeito com o mundo envolvente. Modificam-se

³ A teoria da relatividade, avançada por Albert Einstein em torno de 1915, revolucionou a noção de espaço-tempo. O espaço não é tridimensional e o tempo não é linear e constante. Não são entidades separadas, mas formam um *continuum* quadridimensional. A estrutura espaço-tempo depende da distribuição da matéria. Os acontecimentos observados dependem da posição do observador e de suas velocidades relativas (GROF, 1987).

⁴ Werner Heisenberg formulou, no final da década de 1920, o princípio da incerteza que se aplica ao mundo subatômico. De acordo com esse princípio, não é possível determinar com precisão e simultaneamente a posição e o momento de uma partícula. As leis não são mais determinísticas, ou seja, não é possível prever exatamente onde as partículas se encontram, ou qual a sua velocidade. As medidas obtidas de sistemas quânticos são expressas em probabilidades de interconexões. A título de exemplo, as atuais pesquisas na área da "Cognição Quântica" utilizam modelos de probabilidade para entender diferentes processos cognitivos do ser humano ao nível de memória, raciocínio, linguagem e tomada de decisão.

<https://www.youtube.com/watch?v=4U3zSquDpLU;>
<https://www.youtube.com/watch?v=M9avJFXwXsM>

austríaco Wolfgang Pauli, definem sincronicidade (do grego "syn", junto, e "chronos", tempo) como uma "coincidência significativa ligada pela simultaneidade e pelo significado" (JUNG, 2005, p. 54). Está-se perante "uma conexão acausal" com "certo carácter numinoso" (JUNG, 2005, p. 5), entre

“através de sua conscientização e percepção, assumindo matizes que variam de acordo com a consciência individual na qual se manifesta imediato” (JUNG 2000, p. 17). Deste modo, tornam-se presentes no decurso do processo de individuação, de acordo com cada consciência individual, sobretudo através da linguagem simbólica. É nesta dualidade entre conteúdos inconscientes e conscientes que Jung define a função transcendente:

A função transcendente não se desenvolve sem meta, mas conduz à revelação do essencial no homem. [...] O sentido e a meta do processo são a realização da personalidade originária, presente no germe embrionário, em todos os seus aspectos. É o estabelecimento e o desabrochar da totalidade originária, potencial. Os símbolos utilizados pelo inconsciente para exprimi-la são os mesmos que a humanidade sempre empregou para exprimir a totalidade, a integridade e a perfeição. (JUNG, 1980, p. 186.).

Transcendência é o caminho da individuação e da descoberta do self, resultante do confronto e da união dos opostos inconscientes e conscientes, num todo múltiplo, conectado e dinâmico.

O fluxo criativo rumo à transcendência

O prefixo “trans” significa “ir além de”, que na linguagem junguiana poderá ser entendido como “além do ego”. Transcende os limites do corpo físico e da persona e alarga-se ao ínfimo do si-mesmo. Jung adianta a ideia de “divino” e da existência de uma força superior, conectada com o self:

Se abandonarmos a ideia de “divindade” e considerarmos apenas os conteúdos autônomos, manter-nos-emos numa posição intelectual e empiricamente correta, mas encobriremos uma nota que psicologicamente não deve faltar. [...] Dando o atributo “divino” às atuações dos conteúdos autônomos, admitimos sua força relativamente superior. E é esta força superior que obrigou os homens de todos os tempos a pensar o impensável e a submeter-se a todos os sacrifícios para corresponder às suas atuações. (JUNG, 1978, pp.130-131).

Em sintonia, para a Psicologia Transpessoal a transcendência caracteriza o si mesmo “abrangente, amplo, criativo, espiritual”, com “capacidade de ir além dos modos usuais de perceber e interpretar a si e ao mundo” (FERREIRA, SILVA, 2016, p. 82). A visão transpessoal do indivíduo é de um ser biológico, psicológico, social e espiritual, sendo a espiritualidade que dá o mote para a busca de propósito na vida (FRANKL, 1991; GROF, 1997; MASLOW, 1968). Em contraponto à visão hegemônica ocidental, a noção de consciência vai além do mental. Com efeito, a transcendência é um aspecto inerente à consciência, fator de saúde, equilíbrio e evolução do ser humano (GROF, 1997).

No topo da hierarquia das necessidades humanas, Maslow (1968) considera a dimensão espiritual no âmbito de uma estrutura de valores, que denominou de valores do Ser (values of Being or B-values). Estes valores revelam-se essenciais na atribuição de um sentido para a vida e para a relação saudável do indivíduo com a sociedade, a natureza e o cosmos. Sem essa dimensão, o sujeito torna-se doente, violento, niilista, ou sem esperança e apático:

Without the transcendent and the transpersonal, we get sick, violent, and nihilistic, or else hopeless and apathetic. We need something “bigger than we are” to be awed by and to commit ourselves. (MASLOW, 1968, prefácio).

A interdependência entre espiritualidade e saúde, numa visão holística e cósmica do ser humano, também se encontra bem fundamentada na Terapia Artística Antroposófica de Rudolf Steiner. Renunciando a uma visão mística, a Antroposofia busca, pelo pensamento consciente, a compreensão de fenômenos e ideias que subjazem ao conhecimento mais amplo da essência do indivíduo (microcosmos) e do universo (macrocosmos). O ser humano reúne semelhanças com os reinos mineral, vegetal e animal, diferenciando-se pela autoconsciência (HAUSCHKA, 2004). A saúde resulta da harmonia vibratória do ser com os seus corpos (físico, etérico/vital, astral/anímico e espiritual), a natureza e o cosmos (HEIDE, 2003).

Tal como para a Psicologia Transpessoal, a conceptualização da consciência alarga-se

para além da mente, avançando que o espiritual pode ser observado com tanta clareza como o mundo físico. O caminho antroposófico assenta uma ampliação da capacidade cognitiva de órgãos de percepção que se encontram latentes em todos os seres humanos. A partir da prática artística, aprende-se a observar, sentir, agir e pensar de modo mais consciente:

O caminho antroposófico de disciplina espiritual não contém processos misteriosos, consiste numa “intensificação” do pensar, do sentir e do querer comuns, partindo de vivências anímicas conhecidas de todos – só que praticadas mais conscientemente, o que leva à referida intensificação. (HEIDE, 2003, p. 16).

Distinguem-se 3 formas de intensificação: pensar (início do pensamento imaginativo), como a capacidade de partilhar mentalmente a dinâmica interna do objeto ou fenómeno; sentir (estágio prévio da inspiração), consiste na canalização interior da ressonância do objeto ou fenómeno; e, vontade, retração dos desejos pessoais, numa disposição para a entrega espiritual, permitindo que se torne energia cognitiva (HEIDE, 2003).

Na linha da Arteterapia de abordagem junguiana, a prática da intensificação relaciona-se com a vivência da linguagem simbólica e do fluxo criativo, numa dialética entre consciente/mundo externo e inconsciente/mundo interno.

A intensificação do pensar, sentir e vontade, podem ser encontradas nas palavras de Nachmanovitch:

Para que a arte apareça, temos de desaparecer. (...) Mente e sentidos ficam por um momento inteiramente presos na experiência. Nada mais existe. Quando “desaparecemos” dessa maneira, tudo à nossa volta se torna uma surpresa, nova e fresca. (...) Atenção e intuição se fundem. (NACHMANOVITCH, 1993, p.57).

Em ambas as abordagens, as atividades plásticas, sensoriais e meditativas favorecem a atuação na saúde criativa. As práticas artísticas funcionam como apoio aos processos de cura, de autoconhecimento e autotransformação. O âmago não é a criação artística, mas o enfoque terapêutico pelo entendimento dos processos que entram em

movimento sobre o vivido e produzido (HAUSCHKA, 2004; PHILIPPINI, 2013).

A abordagem criativa reestrutura a reconexão perdida, por diferentes razões, com a natureza interior. Na interação com os materiais expressivos, o indivíduo enfrenta sombras, aceita e supera limites, rejeita, adapta-se, entra em contacto com conteúdos latentes nem sempre traduzíveis em palavras, podendo entrever processos de transformação. No entendimento de Philippini:

O caminho criativo em arteterapia tem o propósito de concretizar, dar forma e materialidade ao que é intangível, difuso, desconhecido ou reprimido. Sonhos, conflitos, desejos, afetos, energia psíquica que é bloqueada precisa liberar-se e fluir, ganham concretude e podem plasmar e configurar símbolos, que assim cumprem sua função de comunicar, estruturar, transformar e transcender. (PHILIPPINI, 2013, p. 61).

Para a Terapia Artística, a doença decorre do desequilíbrio das dimensões físicas, psíquicas e espirituais. O ser humano contemporâneo vive demasiado centrado no mundo exterior, restando pouco espaço para a esfera interior. O adoecimento resulta da quebra da ligação do indivíduo com a sua dimensão espiritual e cósmica:

Nós somos excluídos das conexões habituais do destino, e o sofrimento nos remete a nós mesmos [...] Instala-se uma série de sensações desagradáveis, nem todas devidas ao próprio processo de doença, e sim causadas pelo fato de nos sentirmos espectadores inúteis da existência. Elas residem na incapacidade de encontrar o caminho de volta do padecimento para a atividade. (HAUSCHKA, 2004, pp. 80-81).

A cura resulta do restabelecimento da harmonia da interação anímico-espiritual, adormecida na maioria dos indivíduos, com a organização física. Enquanto processo de cura, a prática terapêutica artística é um “caminho através da alma, um ativar das forças anímico-espirituais criativas que podem atuar sobre o processo físico mais profundo.” (HAUSCHKA, 2003, p. 15).

Em linguagem junguiana, a doença decorre, não só de patologias, mas do

bloqueio dos processos criativos e consequente desalinhamento com o si-mesmo. A materialização simbólica geradora do fluxo criativo, propicia o ser humano a (re) cria-se, a trazer para a luz o lado obscuro da psique, possibilitando, pelo diálogo de opostos consciente-inconsciente, a manifestação da função transcendente:

[...] o conhecimento dos símbolos é indispensável, pois é nestes que se dá a união de conteúdos conscientes e inconscientes. Da união emergem novas situações ou estados de consciência. Designei por isso a união dos opostos pelo termo "função transcendente". A meta de uma psicoterapia que não se contenta apenas com a cura dos sintomas é a de conduzir a personalidade em direção à totalidade. (JUNG, 2000, p. 282).

Ao contribuir para a possibilidade da ocorrência da função transcendente, poder-se-ão deduzir atributos numinosos inerentes à produção simbólica. Efetivamente, Jung chama a atenção para a função curadora dos símbolos. Ao constituírem uma ponte entre inconsciente e consciente, os símbolos possibilitam o trânsito e expansão da energia psíquica. Viabilizam, designadamente, a manifestação de conteúdos arquetípicos. Incentivam a emergência de processos inconscientes que buscam o equilíbrio, impulsionam um mergulho no autoconhecimento e o trilhar do caminho para o si-mesmo:

O *si-mesmo* pode ser caracterizado como uma espécie de compensação do conflito entre o interior e o exterior. Esta formulação não seria má, dado que o *si-mesmo* tem o caráter de algo que é um resultado, uma finalidade atingida pouco a pouco e através de muitos esforços. Assim, pois, representa a meta da vida, sendo a expressão plena dessa combinação do destino a que damos o nome de indivíduo: não só do indivíduo singular, mas de um grupo, em que um completa o outro, perfazendo a imagem plena. (JUNG, 1978, p. 125).

Em lugar do distanciamento entre mente, corpo e espírito, tem-se afirmado uma visão multidimensionalidade e relacional que evoca um entendimento mais profundo do ser humano na sua interdependência física,

emocional, mental, existencial e espiritual (FERREIRA, SILVA, 2016).

Considerações finais

Para o homem a questão decisiva é esta: você se refere ou não ao infinito? Tal é o critério de sua vida. [...] Se compreendermos e sentirmos que já nesta vida estamos relacionados com o infinito, os desejos e atitudes se modificam. Finalmente, só valem pelo essencial e, se não acedemos a ele, a vida foi desperdiçada. (JUNG, 1986, p. 81).

Assistimos, atualmente, a uma busca crescente pelo sagrado, que cada vez mais liga o saber científico e a espiritualidade. A representação geométrica fractal dos seres vivos e inanimados no nosso planeta (descoberta por Benoît Mandelbrot), traduz a força da imagem e do simbólico. São formas geradoras de imagens, desde o nível subatômico à escala macro, que evocam a produção imagética. O ser humano é também fruto dessas representações a nível físico e energético. E, tem inscrito no seu inconsciente individual e coletivo, essa linguagem que inúmeras vezes se apresenta sob a égide dos arquétipos. É a sinergia entre o humano e a expressão simbólica do universo. O fluxo criativo emana dessa relacionalidade e indeterminismo, dessa sincronicidade junguiana, que leva a novas relações, sintonias, descobertas e legados.

Interconexões, explanadas pelo físico Nassim Hamein, na teoria unificada de matéria e energia, no padrão tetraédico do universo, nas espirais do espaço-tempo através das quais o DNA fantasma imprime informações no vácuo espacial. Em complemento, a nanociência revela a existência dos menores componentes do átomo (fótons e glúons), que não têm massa e são formados por pura energia. Vivemos num mundo de inúmeras manifestações invisíveis aos nossos olhos, desde sintonias energéticas ilustradas pelos meridianos e chakras da medicina chinesa, a frequências captadas de forma imperceptível, como evidenciam as investigações da neurociência sobre as ondas cerebrais.

O entrelaçamento do indivíduo com a grandiosidade desta linguagem cósmica, pode auxiliá-lo na libertação egóica de crenças sociais, no desbloqueio do

sofrimento psíquico, no acesso a sombras não conhecidas. A vitalidade do fazer artístico amplia o conhecimento de si e dos outros. Cada vez mais se valoriza a intuição, essa janela entre interior e exterior, de percepção através dos sentidos conectados com a força vital. A força criativa, enquanto força vital, promove essa dialética comunicacional de viagens de ida e volta entre inconsciente e consciente, na meta da individuação.

Pela cura dos desequilíbrios, o processo de transformação reivindica novos propósitos cotidianos, numa abordagem sistêmica que engloba o individual, a comunidade, a ecologia, o planeta. Destarte, consubstancia-se a possibilidade de reescrever o sentido de vida. A harmonia do indivíduo com o universo e, consequentemente, com todo o seu ser, gera outros estados de consciência, potenciando o encontro com o self, num processo de transcendência.

Referências

Conselho Regional de Psicologia SP (CRP SP) **Psicologia, Espiritualidade e Epistemologias Não-Hegemônicas**, Volume 3, Coleção Psicologia, Laicidade e as Relações com a Religião e Espiritualidade, São Paulo, Brasil, volume 3, 2016.

FRANKL, Victor. **Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração**. Petrópolis: Vozes, Brasil, 1991.

FERREIRA, Aurino; SILVA, Sidney. **A espiritualidade como acontecimento transpessoal**. Conselho Regional de Psicologia (CRP SP), Seminário Psicologia, Espiritualidade e Epistemologias Não Hegemônicas, 27 de novembro de 2015, São Paulo, Brasil, volume 3, pp. 81-88, 2016.

GROF, Stanislav. **A aventura da autodescoberta**. São Paulo: Summus, Brasil, 1997.

GROF, Stanislav; GROF, Christina. **Emergência espiritual - Crise e transformação espiritual**. São Paulo: Cultrix, Brasil, 1994.

HAUSCHKA, Margarethe **Terapia Artística - Contribuições para uma atuação terapêutica**. Volume 3, Editora Antroposófica: São Paulo, Brasil, 2 ed., 2003.

HEIDE, Paul von der **Terapia Artística - Introdução aos fundamentos da pintura terapêutica**. Volume 1, Editora Antroposófica: São Paulo, Brasil, 2 ed., 2003.

HOLLIS, James **A passagem do meio: da miséria ao significado da meia-idade**, São Paulo: Ed. Paulus, Brasil. 1995.

JUNG, Carl Gustav OC - Vol. 7/1. **Psicologia do inconsciente**. Petrópolis: Vozes, Brasil, 1980.

JUNG, Carl Gustav OC - Vol. 7/2. **O eu e o inconsciente**. Petrópolis: Vozes, Brasil, 1978.

JUNG, C Carl Gustav OC - Vol. 8/3. **Sincronicidade**. Petrópolis: Vozes, Brasil, 2005.

JUNG, Carl Gustav OC - Vol. 9/1. **Os arquétipos e o inconsciente coletivo**. Petrópolis: Vozes, Brasil, 2000.

JUNG, Carl Gustav (editado por Aniela Jaffé). **Memórias, Sonhos, Reflexões**. Editora Nova Fronteira: Rio de Janeiro, Brasil, 1986.

MASLOW, Abraham. **Toward a Psychology of Being**. Nova York: Van Nostrand Company, 1968.

NACHMANOVITCH, Stephen. **Ser Criativo – O poder de improvisação na vida e na arte**. Summus Editorial: São Paulo, Brasil, 5ª Edição. 1993.

PHILIPPINI, Ângela. **Para entender Arteterapia: Cartografias de coragem**. Wak Editora: Rio de Janeiro, Brasil. 2013.

TONIOL, Rodrigo. **Atas do espírito: a Organização Mundial da Saúde e suas formas de instituir a espiritualidade**. Anuário Antropológico, vol. 42, nº 2, dezembro 2017. Disponível em: <http://www.dan.unb.br/anuarioantropologico-sumarios/170-anuario-antropologico-vol-42-n-2-dezembro-2017>. Acesso em: 09/03/2020.

WILBER, Ken **O espectro da consciência**. São Paulo: Cultrix, Brasil, 1