



REVISTA TRANSDISCIPLINAR

Uma oportunidade para o livre pensar

Vol. 23 – Ano 12 – Nº 23 – 1º semestre/2024 ISSN 2317-8612
<http://revistatransdisciplinar.com.br> - www.artezen.org

1 – CRIATIVIDADE: CONDIÇÃO NATURAL PARA O DESENVOLVIMENTO EMOCIONAL E PSÍQUICO DO SER HUMANO

Denise Severo Spadoni de Vargas¹
 Sonia Maria Bufarah Tommasi²

RESUMO

O presente artigo refere-se ao trabalho de conclusão do curso de Pós-graduação em Psicologia Analítica da Universidade da Paz UNIPAZ-Goiás. O tema abordado trata da criatividade: condição natural para o desenvolvimento emocional e psíquico do ser humano. Baseou-se na teoria da Psicologia Analítica, de Carl Gustav Jung, na qual possibilita ao indivíduo acessar o próprio universo interior por meio da sua expressão criativa. Essa conexão facilitará a liberação da energia psíquica por meio de imagens arquetípicas favorecendo, gradativamente, o diálogo entre o inconsciente e consciente. Esse movimento gera a canalização de emoções que estavam guardadas na memória, ou reprimidas na sombra, oportunizando a escuta da sua alma, possibilitando o autoconhecimento e o processo de individuação.

Palavras-chave: Psicologia Analítica. Criatividade. Autoconhecimento.

¹**Denise Severo Spadoni de Vargas** – Arteterapeuta (AATERGS 215/0121), artista-plástica e arte-educadora. Graduada em Educação Artística/Artes Plásticas, pela UNIVALE – Cachoeira do Sul, RS. Especialista em Psicologia Analítica (UNIPAZ-GO), Arteterapia (CENSUPEG) e Psicopedagogia Institucional (IESDE). spadonidenise22@gmail.com

²**Sonia Maria Bufarah Tommasi** – Psicóloga, Arteterapeuta. Doutora em Ciências da Religião. Mestre em Psicologia da Saúde. Especialista em Psicologia Analítica. Musicoterapia. Membro Revisor de Revistas Científicas. Autora e coautora de livros de Arteterapia e Psicologia Analítica. Coordenadora e facilitadora dos cursos de Psicologia Analítica e Arteterapia da UNIPAZ Goiás. soniabtommasi@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

O curso de Psicologia Analítica proporciona ao indivíduo um mergulho interior, favorecendo auto descobertas, ajudando a reconhecer o que é importante para a sua essência, o que faz sentido, o que é significativo, auxilia no desenvolvimento do processo de autoconhecimento.

Conhecer a teoria de Carl G. Jung foi muito importante para mim, pois estou mais autorreflexiva e mais harmoniosa.

Os conceitos teóricos desenvolvidos por Carl G. Jung, tais como arquétipos, energia psíquica, tipos psicológicos, sincronicidade e espiritualidade, foram bastante instigantes e essenciais para a autodescoberta, pois direcionaram a escolha do tema da obra-prima.

Desde a adolescência, a criatividade sempre se manifestou de forma ativa nas minhas atividades: confeccionava bonecas de feltro, em outros momentos customizava peças de roupas, pintava calçados ou tricotava blusões. Sempre com apreço.

Então, decidi que seria professora de educação pré-escolar para me ocupar livremente com as criações plásticas dos meus alunos, o que me levou a escolher a graduação em Educação Artística em 1991. Nessa época, iniciei também o desenvolvimento das minhas expressões plásticas. Passei, em seguida, a atuar como arte-educadora na escola onde trabalhava. Sempre procurei incentivar a autorreflexão a fim de que os alunos valorizassem suas experiências criadoras, ajudando-os a perceber suas potencialidades.

Aperfeiçoei-me na Psicopedagogia para auxiliar os alunos com dificuldades de aprendizagem, sempre utilizando a arte como ferramenta. Com isso, pude constatar que os processos criativos ajudavam os alunos a superar seus bloqueios cognitivos, tranquilizando-os e, conseqüentemente, elevando sua autoestima.

Pude aplicar os conhecimentos adquiridos ao longo desse tempo em uma oficina de mandalas, realizada de maio a setembro de 2022, para alunos das séries finais do ensino fundamental da rede municipal de Guaíba/RS. Observar o processo criativo acontecendo foi mágico; ao permitirem que o inconsciente fluísse, surgiram imagens lindas e diversas. A concentração, os sorrisos e a alegria foram evidenciados por suas expressões faciais e corporais.

Diante do exposto, fiquei refletindo sobre o quanto a criatividade é um tema que me atrai, pois está relacionado à minha trajetória de vida. Desta forma, o tema da minha obra-prima emerge das profundezas do meu ser e das formações acadêmicas que realizei até o momento atual, como educadora, arteterapeuta e artista plástica. O título da obra é "Criatividade: Condição Natural para o Desenvolvimento Emocional e Psíquico do Ser Humano".

2. O SER HUMANO É CRIATIVO POR NATUREZA

Desde o começo dos tempos, o homem criou histórias com deuses, animais falantes, monstros, fadas, bruxas e outros tipos de seres. Encontrava, nas forças da natureza, outros seres com forças além das suas para explicar o que não compreendia. A origem do universo vem sendo questionada por diversos povos ao longo da história da humanidade, e esse tema foi explorado no imaginário de várias civilizações através de mitos, resultando na criação de cosmogonias. Campbell (2001, p.8), afirma que "a imagem básica inserida profundamente no senso comum da maioria dos povos do mundo ocidental, consta no livro do Gênesis".

No princípio, Deus criou o céu e a terra. 2. A terra estava sem forma e vazia; as trevas cobriam o abismo e o Espírito de Deus pairava sobre as águas. 3. Deus disse: "Faça-se a luz!" E a luz foi feita. 4. Deus viu que a luz era boa, e separou a luz das trevas. 5. Deus chamou à luz dia, e às trevas noite. Sobreveio a tarde e depois a manhã: foi o primeiro dia. 6. Deus disse: "Faça-se um firmamento entre as águas, e separe ele umas das outras". 7. Deus fez o firmamento e separou as águas que estavam debaixo do firmamento daquelas que estavam por cima.

[...] "não existia ainda sobre a terra nenhum arbusto nos campos, e nenhuma erva havia ainda brotado nos campos, porque o Senhor Deus não tinha feito chover sobre a terra, nem havia homem que a cultivasse"; 6. mas subia da terra um vapor que regava toda a sua superfície. 7. O Senhor Deus formou, pois, o homem do barro da terra, e inspirou-lhe nas narinas o sopro da vida e o homem

se tornou um ser vivente (GÊNESIS, cap. 1,2).

Segundo Campbell (2001, p. 10), “é a partir do imaginário que extraímos o sentido do mundo, da vida”. A imaginação, para Jung (OC. vol. VI, § 810), é a atividade reprodutora ou criativa do espírito em geral.

(...) sem ser uma faculdade especial, pois se reflete em todas as formas básicas da vida psíquica: pensar, sentir, sensualizar e intuir. A fantasia, como atividade imaginativa, é mera expressão direta da atividade psíquica, da energia psíquica que só é dada à consciência sob a forma de imagens ou conteúdo (JUNG, OC vol. VI, § 810).

O espaço da imaginação, para Kast (1991, p.13) “é o espaço da liberdade – um lugar onde os limites são superados naturalmente, espaço e tempo são relativizados e as possibilidades tomam-se vivenciáveis”. Em nossa imaginação, a psique se manifesta através dos desejos, medos, ansiedades e possibilidades criativas. Tommasi e Soares (2015, p. 24) afirmam que “se não fosse o mundo imaginário, o ser humano estaria ainda preso a sua condição animal, o avanço tecnológico não aconteceria nem a ciência teria se desenvolvido”.

Por meio das nossas habilidades criativas, conseguimos nos colocar no lugar de outras pessoas, compreendendo seus sentimentos e seus humores. Dessa forma, podemos conceber uma situação em circunstâncias diferentes, imaginando como transformá-la. “A realidade vivida, acaba tornando-se um símbolo na imaginação, uma espécie de campo intermediário entre a realidade concreta vivida e a ligação com nosso substrato psíquico” (KAST, 1991, p.13).

O sistema psíquico consiste em muitas partes, como afirma Stein (2006, p. 152) “pensamentos e imagens arquetípicas situam-se num pólo do espectro, as representações de pulsões e instintos no outro extremo”. Uma grande quantidade de material pessoal encontra-se entre esses dois polos, assim como memórias esquecidas e lembradas, bem como todos os complexos. De onde vem essas imagens arquetípicas que se apresentam na nossa psique? Para Jacobi os arquétipos são, por definição, fatores e temas que ordenam

elementos psíquicos, formando determinadas imagens mas de uma maneira que só podem ser reconhecidos pelos efeitos que produzem. O mesmo autor cita: “se a estrutura psíquica e seus elementos, os arquétipos, se originaram em algum momento é uma questão da metafísica e, portanto, impossível de responder” (2017, p. 45).

A origem de um arquétipo permanece obscura, e sua essência, insondável; pois ele reside nesse misterioso reino de sombras no inconsciente coletivo, ao qual nunca teremos acesso direto; e só podemos ter um conhecimento indireto de sua essência e atividade, justamente por meio de nosso encontro com os arquétipos, isto é, com suas manifestações na psique (JUNG in JACOBI, 2017 p. 45, 46).

Os fenômenos psíquicos, como explica Grinberg (2017, p. 129), são de natureza energética, e a psique está constantemente produzindo símbolos. Estes símbolos “constituem o cerne da vida imaginativa e revelam os segredos do inconsciente, abrindo o espírito para o desconhecido e o infinito”, como afirmam Chevalier e Gheerbrant. “Eles moldam os desejos, incentivam empreendimentos, influenciam comportamentos e podem resultar em êxitos ou derrotas” (CHEVALIER E GHEERBRANT, 2019, p. 6).

A percepção do símbolo é pessoal, influenciada por diferenciações culturais e sociais, próprias ao meio em que está inserido. Sintetiza numa expressão sensível todas as influências do inconsciente e do consciente, assim como as forças instintivas e espirituais em conflito ou em via de se harmonizar no interior de cada homem, diz (CHEVALIER E GHEERBRANT, 2019, p. 8). “Não é seguramente nem uma alegoria nem um mero signo, mas sim uma imagem apropriada para designar, a natureza obscuramente sentida do espírito”.

Confirmando a ideia acima, Jacobi afirma (2017, p. 90):

o símbolo está carregado de afetividade e de dinamismo, afeta estrutura mentais. É uma espécie de mediador entre a incompatibilidade de consciente e inconsciente, entre o

oculto e o manifesto, o abstrato e o concreto, o racional e o irracional. São sempre pluridimensionais, exprimem, de fato, relações terra-céu, espaço-tempo, imanente-transcendente. O homem está sempre criando símbolos de modo inconsciente e espontâneo.

3. DEFINIÇÕES DE CRIATIVIDADE

A criatividade, segundo o Dicionário Online de Português, é definida como “qualidade da pessoa criativa, de quem tem capacidade, inteligência e talento para criar, inventar ou fazer inovações na área em que atua; originalidade”. Essa capacidade de inventar, de criar, de compor só é possível a partir da imaginação.

Segundo Estes (2018, p. 22) a criatividade emana de algo que surge, cresce, toma impulso, se avoluma e se derrama para dentro de nós. Essa energia criativa, conforme aponta Stein (2006, p. 61) “é transformada de uma expressão de simples instinto, de descarga de um poderoso impulso, para expressões e realizações culturais,” possibilitando o desprendimento da energia psíquica, diz (ESTES 2018, p. 340). Para Jung, explica Grinberg (2017, p. 278), a energia psíquica é um tipo de energia vital neutra que assume a forma da estrutura preexistente (arquétipo) por onde ela flui, impulsionando-nos nas nossas escolhas das mais diversas situações.

Os arquétipos “se dividem fenomenologicamente em duas categorias: uma instintiva e outra arquetípica” (JUNG, OC. vol. 8/2, § 423). A primeira é constituída pelos impulsos naturais, e a segunda pelas dominantes que irrompem na consciência como ideias universais. As manifestações dos arquétipos, diz Jaffé (1986 p. 138) repousam sobre condicionamentos instintivos e nada têm a ver com a razão; além de não serem fundadas racionalmente, não podem ser afastadas por uma argumentação racional. Foram e são desde sempre partes da imagem do mundo, “representações coletivas”.

Todas as ideias e representações mais poderosas da humanidade remontam aos arquétipos, afirma Jung (OC. vol. 8/2, § 342), assim como os conceitos centrais da Ciência, da Filosofia e da moral. Na sua forma atual eles são variantes das ideias primordiais, geradas pela aplicação e adaptação

conscientes dessas ideias à realidade. A função da consciência é não só a de reconhecer e assumir o mundo exterior através da porta dos sentidos, mas traduzir criativamente o mundo exterior para a realidade visível.

Jung (OC. vol. 8/2, § 246) afirma que os fatores psíquicos que determinam o comportamento humano são, principalmente, os instintos, sendo eles: a fome, a sexualidade, a atividade, a reflexão e a criatividade. Enquanto forças motivadoras do processo psíquico, eles seriam uma espécie de órgãos psíquicos e são certamente extrapsíquicas determinantes.

O instinto de reflexão talvez constitua a nota característica e a riqueza da psique humana. A reflexão retrata o processo de excitação e conduz o seu impulso para uma série de imagens que, se o estímulo for bastante forte, é reproduzida em nível externo. Esta reprodução concerne seja a todo o processo, seja ao resultado do que se passa interiormente, e tem lugar sob diferentes formas: ora diretamente, como expressão verbal, ora como expressão do pensamento abstrato, como representação dramática ou como comportamento ético, ou ainda como feito científico ou como obra de arte (JUNG, OC. vol. 8/2, § 242).

Segundo Jung (OC. vol. 8/2, § 243) “a reflexão é o instinto cultural par excellence e sua força se revela na maneira como a cultura se afirma em face da natureza”. Para o autor:

Os instintos em si não são criativos. Com efeito, por constituírem uma organização estável, tornaram-se automáticos. Nem mesmo o instinto de reflexão foge a esta regra, porque o fato de produzir a consciência em si ainda não é um ato criativo, mas, em certas circunstâncias pode tornar-se um processo automático. O homem é distintivamente dotado de capacidade de criar coisas novas no verdadeiro sentido da palavra, justamente da mesma forma como a natureza, no decurso de longos períodos de tempo, consegue produzir novas formas (JUNG, OC. vol. 8/2 § 244, 245).

Jung (OC. vol. 8/2, § 245) afirma “não sei se instinto seria a palavra correta para este fenômeno”. Ele utiliza a expressão instinto criativo, para afirmar que este último age de

forma parecida ao instinto, empregando a força criativa como sendo um fator psíquico de natureza semelhante à do instinto.

Na realidade uma íntima e profunda relação com os outros instintos, mas não é idêntico a nenhum deles. Suas relações com a sexualidade são um problema muito discutido e sem muita coisa em comum com o impulso a agir e com o instinto de reflexão. Mas pode também reprimir todos estes instintos e colocá-los a seu serviço até à autodestruição do indivíduo. A criação é ao mesmo tempo destruição e construção (JUNG, OC. vol. 8/2, § 245).

4. A CRIATIVIDADE E A SOBREVIVÊNCIA HUMANA

Todo movimento criativo do indivíduo trata-se de processos essencialmente intuitivos. Eles se tornam conscientes na medida em que são expressos. A natureza criativa se elabora em dois níveis da existência humana: o nível individual e o cultural, como explica Ostrower (1977, p. 1). Para a autora (1977, p. 2) o potencial criador do homem surge na história como um fator de realização e constante transformação, movido por necessidades concretas, sempre novas. Esse potencial afeta o mundo físico, a própria condição humana e os contextos culturais.

Para tanto, a percepção consciente na ação humana se nos afigura como uma premissa básica da criação, pois, além de resolver situações imediatas, o homem é capaz de se antecipar mentalmente a elas.

Não antevê apenas certas soluções. Mais significativo ainda é a sua capacidade de antever certos problemas. “Desde as primeiras culturas, o ser humano surge mais que um homem fazedor é um ser informador” (Ostrower, 1977, p. 2).

Antes de existir a situação concreta da criação, ocorre uma mobilização interior, nem sempre consciente, que é orientada para determinada finalidade. Circunstâncias hipotéticas podem repentinamente ser percebidas, interligando-se na imaginação e propondo a solução para um problema concebido (OSTROWER, 1977, p. 3).

Os comportamentos criativos do homem se baseiam na integração do consciente, do sensível e do cultural. Somente ante o ato intencional, isto é, ante a ação de um ser

consciente, faz sentido falar-se da criação. É justamente a presença da consciência que alimenta o potencial imaginativo na ação, assim como, é ela que desencadeia as mudanças comportamentais oriundas da ação criativa do indivíduo que agiu.

O homem será um ser consciente e sensível em qualquer contexto cultural, pois a consciência e a sensibilidade das pessoas fazem parte de sua herança biológica. Essas são qualidades comportamentais inatas, ao passo que a cultura representa o desenvolvimento social do homem, visto que configura as formas de convívio entre as pessoas.

As culturas se acumulam, se diversificam, se complexificam e se enriquecem, desenvolvem-se e, por motivos sociais, se extinguem ou são extintas. Até poder-se-ia dizer que as culturas não são herdadas, são antes transmitidas.

O potencial consciente e sensível de cada um se realizará sempre e unicamente dentro de formas culturais. O comportamento de cada ser humano se molda pelos padrões culturais, do grupo em que ele, indivíduo, nasce e cresce. Ainda vinculado aos mesmos padrões coletivos, ele se desenvolverá enquanto individualidade, com seu modo pessoal de agir, seus sonhos, suas aspirações e suas eventuais realizações. A cultura serve de referência a tudo o que o indivíduo é, faz, comunica, a elaboração de novas atitudes e novos comportamentos e, naturalmente, a toda possível criação (OSTROWER, 1977, p. 3).

Há anos, antropólogos, arqueólogos, paleontólogos e historiadores vêm tentando pesquisar como vivia o homem pré-histórico, tentando reconstituir sua cultura, através de objetos, artefatos, pinturas em cavernas encontrados em várias partes do mundo (PROENÇA, 2002, p.10). No Parque Nacional Kakadu, na Austrália, nas formações rochosas de Ubirr, encontram-se as pinturas rupestres mais antigas datadas de 40.000 a.C. e mostram animais extintos e pessoas em forma de gravetos, representando os espíritos que ensinaram os seres humanos a caçar e a pintar (FARTHING, 1950, p.16). Outros registros artísticos, que correspondem aproximadamente 30.000 AC foram encontrados nas cavernas de Niaux, Font-de-Gaume e Lascaux, na França, e na Altamira, na Espanha.

Estudos indicam que essas pinturas eram escavadas na pedra e preenchidas com tintas, as quais eram criadas, triturando rochas e plantas. Heslewood (1993, p. 4) explica que “as tintas eram moídas até virarem pó, sendo guardadas em ossos ocos tampados em uma das extremidades e para torná-la líquida, usava-se gordura e sangue de animais”. A tinta era colocada nas paredes com um pincel de folhas, galhos, chumaços de pelo ou musgos e também os dedos.

No avançar do tempo, o ser humano passa a criar armas e utensílios com a pedra polida, produz o fogo através do atrito, fabrica a cerâmica, dá início ao trabalho com metais, desenvolve a agricultura, a domesticação de animais e constrói as primeiras moradias, conforme explica Proença:

Todas essas conquistas técnicas tiveram um forte reflexo na arte. O homem, que se tornara um camponês, não precisava mais ter os sentidos apurados do caçador do Paleolítico e o seu poder de observação foi substituído pela abstração e racionalização. [...] Em lugar de representações que imitam fielmente a natureza, vamos encontrar sinais e figuras que mais sugerem do que reproduzem os seres. Esta é a primeira grande transformação na história da arte (PROENÇA, 2002, p. 13).

5. O PROCESSO DE CRIAÇÃO

Os processos de criação interligam-se intimamente com nosso ser sensível. Mesmo no âmbito conceitual ou intelectual, a criação se articula pela sensibilidade e todo ser humano nasce com um potencial sensível e grande parte desta, incluindo as sensações internas, permanece vinculada ao inconsciente (OSTROWER, 1977, p. 3).

A medida que penetramos profundamente nas camadas do inconsciente, afirma Grinberg (2017, p. 238), mais próximos do inconsciente coletivo estaremos. Abre-se então um mundo interior repleto de imagens que brotam da memória herdadas da vida dos nossos ancestrais, suas experiências e emoções. Essas imagens exigem ser moldadas individualmente.

Entretanto, elas se opõem a mente consciente, não sendo traduzidas para o

nosso mundo, necessitando de uma mediação que permita fazer a ponte entre consciência e inconsciente, unindo seus conteúdos. Jung chamou esse fenômeno da psique de função transcendente. Essa função não acontece aleatoriamente, sem propósito, sem objetivo, explica Grinberg (2017, p. 240). Leva a revelação da essência de cada um, produzindo uma compreensão por meio da experiência.

O homem é dotado da capacidade de criar coisas novas, da mesma forma como a natureza consegue produzir novas formas (JUNG, OC. vol 8/2, § 245).

Se os dons criadores prevalecem, prevalece o inconsciente como força plasmadora de vida e destino, diante da vontade consciente; neste caso, a consciência será muitas vezes arrastada pela força impetuosa da torrente subterrânea, tal como uma testemunha desamparada dos acontecimentos. (JUNG, OC. vol. 15, § 67)

A consciência, diz Grinberg (2017, p. 243), com seus meios de expressão, coloca-se a disposição do inconsciente, e este, então fala.

Enquanto a consciência observa, partindo sem direcionar, cooperando, mas sem selecionar ou avaliar, o inconsciente pode expressar o que quiser, à sua maneira. Dependendo da pessoa, o material inconsciente poderá surgir por meio dos mais variados canais de linguagens: imagens que mudam rapidamente, assumindo formas míticas em uma poesia, escultura ou dança.

Carneiro (2016, p. 57) comenta “quando Carl G. Jung, no início do séc. XX, percebeu a força libertadora da arte, passou a pedir que seus clientes desenhasssem ou pintassem livremente seus conflitos, sonhos e sentimentos.”

Grinberg (2017, p. 258) diz que Jung considerava que toda criação do espírito humano tem suas raízes no inconsciente coletivo, com suas incontáveis estruturas. Nise da Silveira, referindo-se a Jung, afirmou:

No mistério do ato criador, o artista mergulha até as funduras imensas do inconsciente, dando forma e traduzindo na linguagem própria de seu tempo às instituições primordiais em formas com qualidades artísticas e, assim, tornando acessíveis a

todas as fontes profundas da vida.[...] O processo criador consiste em uma ativação do arquétipo, em seu desenvolvimento e sua tomada de forma até a realização da obra perfeita (SILVEIRA, apud GRINBERG - 2017, p. 261).

Para Jung, (1991, § 134) “em condições normais, ou seja, adaptativas, de funcionamento psíquico, a fronteira consciência-inconsciente é permeável, permitindo o fluxo de ideias e afetos entre os dois campos psíquicos.”

Podemos dizer que essa permeabilidade é condição mesma da saúde psíquica. Quando a aproximação desses campos é bem-sucedida, nasce uma significativa obra de arte. O poeta, ou seja, aquele que se encontra no exercício da função poética do eu é mestre nessas aproximações. Seu eu deseja e necessita essa aproximação (JUNG, 1991, § 134).

Por isso, entendemos o consenso universal de artistas ao dizerem que criar é uma necessidade permanente. Quando não o conseguem, devido a alguma circunstância estagnante, alguns até adoecem. E podemos replicar a afirmação para os demais seres humanos: quando a progressão da energia psíquica associada à criatividade é estagnada, sobrevém a doença.

Se ansiamos pela energia criadora, ou temos problemas para alcançar os aspectos férteis, imaginativos, formadores de idéias; esperando o tempo ideal para criar, o complexo pode estar constelado e o impulso criativo é abafado. Um dos maiores problemas do complexo criativo está nas justificativas que o indivíduo alega de não estar criando alguma coisa, por achar que não irá dar certo ou até mesmo porque precisa encontrar lógica na sua criação. Portanto, está fadado ao fracasso (ESTES, 2018, p. 224).

Conforme Jung (O.C. 8/2 § 200) “o complexo é um fator psíquico que, em termos de energia, possui um valor que supera, às vezes, o de nossas intenções conscientes; do contrário, tais rupturas da ordem consciente não seriam de todo possíveis”. É

carregado de energia psíquica autônoma, que ocupa o lugar do ego. Funciona como várias pessoas dentro de nós, dá um jeito de se comunicar, de se manifestar. Ele precisa ser integrado. O complexo autônomo toma de assalto a psique.

Os complexos ou se impõem à consciência, rompendo sua influência inibidora, ou escapam súbita e obstinadamente à sua intenção de forçá-los à reprodução. Os complexos têm um caráter não só obsedante, mas também muitas vezes absolutamente possessivo, comportando-se, portanto, como duendes e gerando todos os tipos de lapsos, falhas de memória e julgamento, que podem ser irritantes, ridículos e traiçoeiros. Eles frustram a capacidade de adaptação da consciência [...] os complexos devem sua relativa autonomia à sua natureza emocional; suas manifestações repousam numa rede de associações que se acumulam em torno de um centro carregado de afetos [...] eles se baseiam em princípios igualmente típicos, isto é, em disposições emocionais ou instintos. Estes se manifestam em fantasias, atitudes e ações irrefletidas, involuntárias, que, por um lado, se relacionam entre si em conformidade interna e, por outro, são idênticas às reações instintivas específicas do homo sapiens., numinosas (JACOBI, 2017, p. 10).

Os complexos são fragmentos psíquicos cuja divisão se deve a influências traumáticas ou a tendências incompatíveis. Eles interferem na intenção da vontade e perturbam o desempenho da consciência; produzem perturbações na memória e bloqueios no processo das associações; aparecem e desaparecem de acordo com as próprias leis; obsediam temporariamente a consciência ou influenciam a fala e ação de maneira inconsciente. Em resumo, comportam-se como organismos independentes, fato particularmente manifesto em estados anormais (JUNG, OC. vol. 8/2, § 253).

A Psicologia Analítica, segundo Jung (OC. vol. 8/2, § 739) procura justamente romper estas muralhas, ao desencavar de novo as imagens fantasiosas do inconsciente que a nossa mente racionalista havia rejeitado.

Estas imagens situam-se para além das muralhas; fazem parte da natureza que há em nós e que aparentemente jaz sepultada em nosso passado, e contra a qual nos entrincheiramos por trás dos muros da razão.

É uma reação contra uma racionalização exagerada da consciência que, na preocupação de produzir processos orientados, se isola da natureza e, assim, priva o homem de sua história natural e o transpõe para um presente limitado racionalmente que consiste em um curto espaço de tempo situado entre o nascimento e a morte.

Esta limitação gera no indivíduo o sentimento de que é uma criatura aleatória e sem sentido, e esta sensação nos impede de viver a vida com aquela intensidade que ela exige para poder ser vivida em plenitude. A vida se torna então insípida e já não representa o homem em sua totalidade. É por isto que tantas vidas não vividas caem sob o domínio do inconsciente. Os indivíduos vivem como se caminhassem com sapatos muito apertados. A qualidade de eternidade, que é tão característica da vida do primitivo, falta inteiramente em nossas vidas. Vivemos protegidos por nossas muralhas racionalistas contra a eternidade da natureza (JUNG, OC. vol. 8/2, § 739).

O processo criativo para Jung (OC. vol.15, § 52) “consiste numa ativação inconsciente do arquétipo e numa elaboração e formalização na obra acabada.” A formação da imagem primordial, de certo modo, é uma transcrição para a linguagem do presente pelo artista, dando novamente a cada um a possibilidade de encontrar o acesso às fontes mais profundas da vida que, de outro modo, lhe seria negado. Sendo aí que está o significado social da obra de arte: ela trabalha continuamente na educação do espírito da época, pois traz à tona aquelas formas das quais a época mais necessita.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O homem enquanto espírito da época, para se conectar com o processo criativo, necessita de um momento em particular consigo mesmo. É justamente o silêncio e o espaço físico para criar que proporciona a fluidez da intuição, favorecendo assim o desprendimento da energia psíquica.

O processo criativo auxilia o ser humano em diversos fatores: canaliza a ansiedade, propicia a tranquilidade, aguça as percepções, contribui para a alteração de padrão do pensamento, oportuniza o desligamento das preocupações, entre outros. Todo esse conjunto modificando, desta forma, a vibração do sujeito e oportunizando assim o seu bem estar e resgatando sua qualidade de vida .

A Psicologia Analítica pode ajudar o indivíduo a acessar o seu universo interior por meio da sua expressão criativa, acionando concomitantemente o mundo exterior, estimulando dessa forma o autoconhecimento.

Essa manifestação criativa facilitará a energia psíquica ser liberada por meio de imagens arquetípicas, favorecendo aos poucos, o diálogo entre o consciente e o inconsciente, possibilitando a canalização de emoções que estavam guardadas na memória. Por meio desse diálogo o processo de individuação é estimulado.

Diante do exposto reitera-se a importância do homem da época saber escutar a sua alma, a sua verdadeira essência: o si-mesmo. Só assim ele poderá viver bem e feliz consigo mesmo.

REFERÊNCIAS

BIBLIA CATÓLICA ONLINE- DISPONÍVEL
<https://www.bibliacatolica.com.br/biblia-ave-maria/genesis/1/>

CAMPBELL, Joseph. **Mitos, sonhos e religião – nas artes, na filosofia e na vida contemporânea**, Rio de Janeiro, Ediouro, 2001, PDF.

CARNEIRO, Celeste. **Arteterapia Transpessoal como um Suporte para a Expansão da Consciência Arteterapia Transpessoal como Apoio para la Expansión de la Consciencia**. CINDEP – Centro Integrado de Desenvolvimento Pessoal Salvador de Bahía, 2016, Brasil disponível:

<https://artezem.org/wp-content/uploads/2021/08/set-17-publicadorna-Espanha-Jornal-Transpessoal.pdf>

CHEVALIER E GHEERBRAND. **Dicionário dos símbolos**, Rio de Janeiro, Editora José Olympio, 2019.

DICIONÁRIO online de Português. Disponível >
<https://www.dicio.com.br/criatividade/Acesso>
 em: 25 fev. 2023.

FARTHING, Stephen. **Tudo sobre Arte – Os movimentos e as obras mais importantes de todos os tempos**, Rio de Janeiro, RJ, Sextante, 2011.

GRINBERG, Luis Paulo. – **Jung: o homem criativo**, São Paulo, Blucher, 2017.

HESLEWOOD, Julie. **História da Pintura Ocidental – um guia para jovens**. Rio Janeiro-RJ, Salamandra Consultoria Editorial S.A, 1993.

JACOBI, Jolande. **Complexo, arquétipo e símbolo na psicologia de C. G. Jung**, Petrópolis, RJ, Vozes, 2017.

JUNG, C. Gustav. **Memórias, Sonhos e Reflexões**, Editora Nova Fronteira, 1986.

JUNG, C. Gustav. **A Natureza da Psique**. OC. vol.8/2, Petrópolis, RJ, Vozes, 2014.

JUNG, C. Gustav. **O Espírito na arte e na Ciência**, OC. vol. 15, Petrópolis, RJ Vozes, 1970.

JUNG, C. Gustav. **O homem e seus símbolos**. Rio de Janeiro: Ed. Nova Fronteira, 2019.

KAST, Verena. **Espaço da imaginação como espaço da liberdade – Diálogos entre ego e o inconsciente**, Loyola, São Paulo, SP, 1997.

OSTROWER, Fayga. **Criatividade e Processos de Criação**. 9 ed. Petrópolis, RJ, Vozes, 1993.

PROENÇA. Graça. **História da Arte**. São Paulo, SP, Editora Atica, 2002.

SANFORD, A. Jonh. **Os parceiros Invisíveis: O masculino e o feminino dentro de cada um de nós**. São Paulo, Paulus, 1987.

STEIN, Murray. **Jung o mapa da alma, uma introdução**. São Paulo: Cultrix, 2006.

TOMMASI E SOARES. **O Herói nos Mitos Gregos: em Arteterapia e Educação**. Rio de Janeiro, Wak Editora, 2015. Petrópolis, Vozes, 2014