

A consciência se abre para o Self

Eliete Villela Pedroso Horta

Maria Cristina Minicuci

Olga Maria Fontana

Vera Lúcia Furtado Paschoa

Se o paciente entra em contato com aquilo que, em termos junguianos, chamamos Self e realmente encaramos esta instância como algo que mesmo Jung diz, em uma de suas cartas, um receptáculo da graça divina, nesse caso, a gente sabe que se alguém se entrega para essa alteração, para essa expansão de consciência, dentro do seu processo ocorrerá certamente a penitência, contrição, haverá fase de penitência e contrição e absolvição.

Certamente a psicoterapia não substitui a confissão, mas aquilo que tornou-se a confissão como confissão tem atrás esse participar com alguém. Normalmente a gente deveria participar com seu Self, com seu Eu maior, mas esse ponto, essa instância, para o ser humano atual, é contatável, mas para essa comunicação não estamos ainda aptos, não porque não seria possível, mas porque utilizamos palavras, utilizamos conceitos. Com o inconsciente, especialmente com o Self, a gente não deve utilizar uma conceituação como fosse uma confissão, na Igreja, ou um depoimento, ou uma entrevista na televisão, onde falam, falam, e tentam explicar, porque não há outro modo de explicar. Esse contato, esse intercâmbio, deveria ocorrer por uma faixa diferente de dinamismo e, para isso, não estamos ainda preparados e queremos ser preparados. E dessa maneira pode ocorrer confissão, penitência, absolvição, contrição, tudo isto. Isto é, melhor, aquilo que ocorre nesses termos ocorreria como uma experiência integrativa, e nem precisa ser uma experiência dramática, mas uma experiência interna, com a peculiar sensação de quietude, não quero dizer completude, ainda estamos muito longe disso.

A isto podemos levar muitas vezes os pacientes trabalhando com o corpo, porque lá não precisa falar, e lá, experimentando solturas, configuram-se, sem palavras, sem conceituações, contatos através da intensificação do fluxo da energia psíquica, criam-se contatos, que muitas vezes depois vem com depoimentos assim meio ingênuos. Assim uma vez você me contou que uma moça relatou que depois de um relaxamento foi na rua e notou que as folhas das árvores são verdes, não é? Dessa maneira

experimentava, vamos dizer, um vislumbre daquilo que poderíamos chamar, se queremos chamar assim, o “verdor arquetípico”.

Tem aqui mais um ponto, aquilo que Jung descreve sobre o terapeuta como alguém que já certamente entrou bem fundo no poço, não é? De uma ou outra maneira a gente passa durante a vida por momentos não só altos, mas baixos, isso todo mundo sabe. Mas tem muitas pessoas que passaram por experiências muito instrutivas realmente, depois recordam com amargura, recordam com horror, recordam com ..., nem querem recordar. Embora é muito bom, não matutar sobre isso, não mastigar o recordado, mas ter também uma recordação sintética, “eu passei por isso”.

Leitura (Técnicas para uma alteração da disposição humana em prol da paz mundial – C. G. Jung): em geral, o trabalho com o inconsciente causa, no início, um aumento e intensificação das tensões, porque ativa na psique os opostos pela conscientização. Além disso, tal processo depende inteiramente da situação inicial. Quem é demais otimista e despreocupado pode cair, pela condição por ele conscientizada, em uma depressão, e naquele que costuma roer a si mesmo, a pressão pode diminuir. A situação inicial (**Sandor**: *Vejam isso!*) decidirá se em primeiro lugar haverá um aumento ou diminuição de pressão. Pela auto investigação na terapia, as pessoas, de repente, tornam-se conscientes de seus limites. Quantas vezes uma senhora encarava-se como uma alva pombinha, nem imaginando que tipo de capeta ocultava-se também dentro dela. Sem chegar a conhecer isto não poderia ela ser curada, nem atingir a sua inteireza. Por isso, para um, o conhecimento mais profundo de si mesmo significa um castigo e para outro, ao contrário, uma benção. Mas em geral cada conscientização significa uma tensão entre os opostos, e para evitar essa tensão costuma-se reprimir os conflitos internos. Mas, conscientizando-os, ocorrerá uma correspondente tensão. E esta, da sua parte, constitui o motivo determinante para a solução do problema evidenciado.

Agora podem perguntar naturalmente: se essas tensões são necessárias, com trabalho corporal, que lida com essas tensões, não estamos tirando a possibilidade de o paciente ficar sob essas tensões, ou essas pressões, que eventualmente podem levar a solucionar o problema? Essa é uma pergunta que em várias redações já ouvi bastante. Lidando com o corpo temos o expediente mais imediato para fornecer aqueles estímulos e, aguentando as tensões intensificadas dos opostos, ao mesmo tempo, reorganiza aqueles condutos, aqueles canais, aquelas transduções que em diversos níveis, que seja somático, seja emotivo, seja mental, seja intuitivo, existencial, social, estão surtindo efeitos. Porque já que tudo, por essa visão, tudo está em relação com tudo, aquilo que ocorre com o corpo, não ocorre apenas com o corpo, repercute e produz um certo efeito nas outras

categorias, funções, tanto consciente, como categorias inconscientes; mobiliza, ao menos.

Para entendemos melhor aquilo que Jung estava falando, ele não diz isto assim, mas é assim que vivemos em nossa consciência: o consciente está numa categoria tridimensional, nós vivemos dentro da categoria tridimensional, e os conteúdos arquetípicos são multidimensionais. Para que um conteúdo arquetípico possa entrar na nossa categoria tridimensional da consciência, não pode irromper na sua forma original, porque perturbaria a consciência, como ocorre muitas vezes. Então, em casos comuns, entra e divide-se em seus opostos, por isso o ser humano tem muita tendência a ter conflitos por causa desses opostos, especialmente quando não sabe que esses opostos, ambos nos pertencem. Agora, as religiões e diversos sistemas de educação dizem: combater o mal e optar pelo bem. No entanto, esses opostos têm uma legitimidade tremenda.

Sandor propõe aguentar a tensão dos opostos, evitando se identificar com um lado ou outro. Ao aguentarmos a tensão que os opostos impõem à consciência, entramos numa categoria psíquica irracional cujo dinamismo nos eleva acima deles, os opostos. Em tempo hábil, uma terceira possibilidade pode aparecer como solução.¹

Então, por enquanto, eu sempre estou propondo, temos que levar o paciente a aguentar os seus opostos, e saber que não se trata de um problema básico, real, fundamental, pessoal, mas há um problema temporário. A vida em várias outras formas propõe-nos aguentar os opostos, o que é importante é não criar desnecessariamente opostos.

Dentro de nós, esses opostos, são criados e colocados dentro de um plano de desenvolvimento: sempre existem os problemas infantis, de adolescentes, da idade adulta, de senectude, de morte, tudo isto, onde constantemente temos que experimentar diversas categorias de opostos. A maioria das pessoas sai dos opostos da infância, outros permanecem com problemas infantis, então não saíram. Depois, entram os opostos da adolescência. Isto também tem uma duração, mas certamente existem pessoas adultas que tem opostos de adolescência não resolvidos. Assim, a gente não precisa aguentar tudo aquilo que despenca sobre nós, a não ser que alguém cometa o erro de não aproveitar as oportunidades fornecidas pelo espaço e tempo decorrido e fixa-se em diversos opostos. Então, estes resíduos naturalmente precisam ser tratados.

¹ Acréscimo das compiladoras.