

A importância da valorização do mundo simbólico para a saúde psíquica

Daniela Gauzzi Carneiro Nogueira

A psique do homem é constituída de duas instâncias básicas, uma que chamamos de consciência, mais recente na nossa evolução, conhecida como civilizada, e uma outra instância inconsciente ligada à nossa natureza instintiva conhecida como o inconsciente. Podemos pensar que coexistem na alma humana um mundo racional e outro irracional. O homem aprendeu a acreditar, ou se acostumou a explicar o mundo e a si mesmo racionalmente, privilegiando um aspecto de sua natureza. Em consequência dessa unilateralidade, o homem moderno vem sofrendo de sintomas que mostram ser esse caminho de cisão um fenômeno de adoecimento psíquico.

O que vem a ser essa instância em nós, abaixo da linha da consciência e por que é tão importante considerá-la? Além da realidade objetiva que os nossos sentidos captam, existe uma outra realidade na nossa mente onde acontecimentos psíquicos desconhecidos se desenrolam. Essa instância abaixo da consciência influencia a consciência, pois é repleta de energia vital, ou podemos chamar de libido, é a fonte da força motriz que anima as estruturas da psique, os complexos, e a consciência do ego. No inconsciente residem os nossos desejos, emoções e motivações, portanto estar desconectado, ou passar despercebido desse universo pode colocar o homem em certo perigo.

O “homem racional”, na melhor das hipóteses, uma descrição parcial do funcionamento do psiquismo, nós somos impelidos a todo momento por forças, incidentes, influências, humores, emoções e estados físicos fora do controle racional. O homem gosta de acreditar ser senhor de sua própria casa, mas não consegue ter esse controle; facilmente podemos constatar essa afirmativa na prática quando nos damos conta das impulsividades, compulsões, perda da razão em seu lado negativo e a criatividade, a descoberta de saídas e soluções em seu lado positivo. Essas são fortes evidências que uma rica vida psíquica está a nosso dispor se criarmos uma forma de diálogo com ela.

A natureza do inconsciente

Nossa psique faz parte da natureza, e o nosso inconsciente pertence a esse lado menos racional da nossa natureza. Jung se dedicou a investigar esse mundo interior, essa “terra desconhecida”, e constatou que é uma terra habitada. Começou suas pesquisas com o Experimento da Associação Verbal, realizadas na Clínica Psiquiátrica da Universidade de Zurique entre 1902 e 1907. A partir dos experimentos chegou à teoria dos complexos que foi uma grande contribuição para o entendimento da estrutura do inconsciente. Ele concluiu que podia medir a carga emocional de

um complexo e os indicadores das perturbações geradas por este. Com os resultados dos experimentos Jung se convenceu, que de fato, existem entidades psíquicas fora da consciência, e que elas são capazes de provocar perturbações no ego consciente.

A mentalidade do “homem primitivo” com o nível de desenvolvimento da consciência diverso do nosso, encontra-se submersa nesse universo de forças desconhecidas, é muito mais governado pelos instintos do que o “homem racional”, que aprendeu a “controlar-se”. Em nosso processo de civilização investimos no processo de separação da nossa natureza instintiva, isso não quer dizer que perdemos essa camada instintiva, ela permanece como parte de nós, apesar de se expressar sob a forma de imagens oníricas. Esse homem com a mentalidade primitiva se vê cercado por essas forças ocultas, invisíveis que se revelam e o ameaçam, o conjunto da vida visível e invisível formam uma unidade, as duas instâncias estão presentes e tudo depende das potências místicas.

O enorme pavor que está no primitivo, aquele pavor de tudo que impressiona, e que ele qualifica logo de feitiço ou carregado de força mágica, protege-o objetivamente contra a perda da alma, tão temida por todos os povos primitivos, e que é consequência da doença e da morte. A perda da alma significa arrancar uma parte do próprio ser, significa o desaparecimento e a emancipação de um complexo que, desse modo, vem a ser o usurpador tirânico da consciência que oprime a totalidade do homem, lança-o fora de sua própria órbita, força-o a ações cuja cega unilateralidade tem como consequência inevitável a autodestruição. (JUNG, C.G., OC, VOL. VI, par. 433)

Mesmo atualmente, o homem moderno está sob ameaça de ter sua consciência fragmentada sob a influência de emoções descontroladas. Mesmo com o nível de civilização que se desenvolve continuamente, é uma ilusão pensar que a nossa consciência tem uma unidade que não se abale pelas forças do inconsciente.

Os sonhos e o mundo simbólico

A psique do homem produz símbolos espontaneamente e de maneira inconsciente. Os símbolos podem ser expressos em sonhos, fantasias e devaneios. Jung chegou à conclusão com o passar dos anos de que os sonhos são o mais fecundo e acessível campo de exploração para quem deseje investigar a capacidade de simbolização do homem, deduzindo também que os sonhos são fenômenos naturais e têm uma função própria e significativa para o equilíbrio psíquico.

A função geral dos sonhos é tentar restabelecer a nossa balança psicológica, ao produzir esse material onírico, o inconsciente busca reconstituir o equilíbrio psíquico, essa balança psicológica é reconstituída quando os símbolos produzidos são integrados na consciência, quando consciência e inconsciente dialogam, caminham em linhas paralelas, curando ou buscando promover a cura provocada pela dissociação. No trabalho com os sonhos, Jung buscava um conjunto de interpretações dos processos conscientes e inconscientes, de um modo que fosse

intelectual, emocional e intuitivamente satisfatório. E como ele deixa claro em seus escritos, era importante analisar uma série de sonhos, em vez de um único apenas, pois numa série de sonhos podemos encontrar vários símbolos pessoais e arquetípicos interagindo.

Os símbolos dos nossos sonhos são produzidos espontaneamente, são formas de manifestação da energia psíquica que tem sua origem nos instintos e arquétipos, fenômenos naturais da alma. A mesma energia psíquica que nos move em nossas ações e atitudes, criam os símbolos. A psique produz símbolos continuamente, eles são organizadores da libido, combinando elementos do espírito e do instinto.

Os símbolos oníricos são os mensageiros da parte instintiva da mente humana para a parte racional, ao ser interpretado ele vem enriquecer a nossa consciência, alargando nosso entendimento e compreensão. Quando o ego considera determinado fenômeno como símbolo é denominado “atitude simbólica”, devido à disposição e abertura de elaborar e integrar esses símbolos do inconsciente. Dependendo da atitude excessivamente unilateral da consciência do ego é necessário um símbolo que venha em sonho carregado de intensa energia psíquica, que somos obrigados a prestar atenção a ele, somente assim há a possibilidade da função compensatória restabelecer o equilíbrio psíquico. O sonho compensa as deficiências da personalidade e previne-a dos caminhos equivocados que nos desviam do processo de individuação.

Para Jung, o símbolo reveste-se de tanta importância por causa de sua capacidade para transformar a energia natural em formas culturais e espirituais.

Conclusão

O que nos torna humanos é a nossa capacidade de criar um mundo simbólico, mesmo com expressões desconhecidas e por vezes além da nossa compreensão, os símbolos são representações dos arquétipos, que dão voz ao inconsciente. Por que o inconsciente se expressar através de símbolos Jung se dedicou muito à pesquisa, e explicações de como o homem se expressa simbolicamente, dando ênfase na necessidade de tornar o material inconsciente tão consciente quanto fosse possível e assim nos afastar da perigosa unilateralidade e das trevas da ignorância.

Jung nos convida a experimentar uma “atitude simbólica” perante a vida, buscando o sentido profundo e individual de cada um, de nos tornarmos aquilo que somos em essência.

O volume V, da Obra Completa, “Símbolos da Transformação”, publicado em 1912, é uma obra clássica importante porque nos dá uma indicação de como Jung entendeu e usou a abordagem da vida simbólica e o desenvolvimento psíquicos.

Para o espírito científico do homem moderno, os fenômenos simbólicos podem ser um incômodo e não ter utilidade para o pensamento lógico e utilitário do materialismo, o problema é quando esse racionalismo não dá conta de lidar com todos os fatos que é preciso. A vida em si, querendo ou não, é criadora de simbolismo. Como uma carta que recebemos todos os dias, depende de nós se vamos abrir e ler ou não.

Bibliografia:

JUNG C. G. *O homem e seus símbolos* (2ª ed.), Rio de Janeiro: Nova Fronteira (trabalho originalmente publicado em 1962).

JUNG C. G. *Símbolos da transformação*. OC 5. Petrópolis: Vozes 2011.

JUNG C. G. *Tipos psicológicos*. OC 6. Petrópolis: Vozes 2011.

STEIN, M. Jung: o mapa da alma: uma introdução (5ª ed.). Petrópolis: Vozes 2011.