

Artigo Original

RESGATE DO FEMININO ATRAVÉS DAS DEUSAS GREGAS NA ARTETERAPIA

THE RESCUE OF THE FEMININE THROUGH THE GREEK GODDESS IN ART THERAPY

Liliam Bodemeier⁷

Celso Luiz Falaschi⁸

Resumo

A feminilidade se constitui como parte fundamental da personalidade humana e como tal não pode ser esquecida ou relegada. Vivemos numa cultura patriarcal na qual a energia feminina se caracteriza muitas vezes como elemento excluído. Nas tradições antigas, em especial nas sociedades matrísticas (MATURANA e VERDEN-ZOLLER, 2009), a grande deusa regia a terra e era sempre tríplice. Conhecer-se a si mesma como mulher é conhecer por quais deusas se é primordialmente governada e estar ciente de como cada uma delas influencia as diversas fases e mudanças de nossas vidas. A Arteterapia, como processo terapêutico, viabiliza o trabalho com símbolos ou mitos facilitando a emergência de imagens mentais e arquetípicas, possibilitando que a energia feminina seja integrada. O objetivo deste trabalho foi favorecer a reintegração do resgate do feminino suprimido há séculos e trabalhar a criatividade, a intuição e estimular o equilíbrio entre os valores femininos e masculinos. A metodologia adotada foi de um estudo descritivo com enfoque qualitativo e aplicação do teste Roda das Deusas (WOOLGER E WOOLGER, 2012). Reviver através dos mitos das deusas o que há séculos está registrado no inconsciente coletivo seria a possível contribuição da mitologia para a Arteterapia.

⁷ Arteterapeuta (AATESP 308/0116), Especialista em Psicologia Transpessoal (Alubrat), Practitioner de Bach (Bach Centre-UK), Biopsicologia (Futuro). Biomedicina (Uniararas SP). Participou durante 13 anos do Laboratório de Pesquisa em hematologia no Instituto de Medicina Tropical (IMT) da Faculdade de Medicina da USP (FMUSP) curriculum lattes 4866664727068420. Ateliê Terapêutico. Rua Florianópolis, 106- Werner Plaas-Americana – SP. Celular (19) 991420358. liliam.b.05@gmail.com.

⁸ AATESP nº 248/1012) Professor nos cursos de Pós graduação em Arteterapia NAPE- São José dos Campos e Integrarte – Belo Horizonte; celsofalaschi@hotmail.com.

Palavras-chave: feminino; mulher; deusas; Arteterapia.

Abstract

The femininity is an essential part of the humans' personality and for that reason should not be forgotten. Nowadays we live in a patriarchal society, in which the feminine energy is often excluded. In the ancient traditions, notably in the matristic societies (MATURANA and howeach of these goddesses influences different phases of your life. Art therapy, as a therapeutic process, enables the work with myths and symbols, through which mental and archetypal images can emerge. In this process the feminine energy may be integrated. The aim of this work was to help the reintegration of the feminine and stimulate the creativity, intuition and balance between feminine and masculine values. The methodology applied was of a descriptive study with a qualitative focus. In this study we used the Wheel of Goddesses test (WOOLGER and WOOLGER, 2012) through which we aim to revitalize the feminine energy suppressed for centuries but that is still recorded in the collective unconscious. This revitalization process may show the possible role of mythology in Art therapy.

Keywords: feminine; woman; Art therapy; goddesses.

Introdução

O presente artigo é um trabalho de estágio de especialização em Arteterapia, visando esboçar algumas manifestações da deusa na mitologia, onde foi utilizado o teste de autoavaliação da Roda das Deusas (WOOLGER e WOOLGER, 2012) antes e depois do processo, com o propósito de oferecer uma maior compreensão do seu atual impacto e relevância para nossa alma.

Para conhecermos seus possíveis modos de manifestação em nosso íntimo e no corpo coletivo da humanidade, temos de lançar um olhar às tradições passadas das deusas e à sua

representação nas mitologias antigas. Entretanto, não podemos voltar aos velhos modos de proceder e recapturar o passado, mas sim podemos aprender alguma coisa acerca das nossas atuais realidades interiores com esses padrões antigos.

As mitologias projetaram a estrutura interior da psique no mundo exterior. Os deuses e deusas foram representados como força do reino exterior da Natureza. Considerando o surgimento de uma “psicologia” que reconhece as energias formadoras dessas representações mitológicas, na contemplação das mitologias podemos ver o tecido da nossa própria alma. Podemos, por outro lado, assimilar a substância desses mitos e ver com clareza os padrões de nossa própria natureza interior (MCLEAN, 1989). Na mitologia devemos contemplar seus símbolos, meditar sobre as suas profundezas e deixá-la irromper em nossos sonhos e em nossa imaginação criadora.

Nas tradições antigas, a Grande Deusa regia toda Terra e era sempre tríplice. A Deusa Tríplice que unia homens e mulheres em perfeito equilíbrio com o sagrado, mantendo a paz e o progresso da vida a todos.

Existia no humano o feminino e o masculino, num profundo estado de amor e bem-querer por si próprio e pelo outro, que fazia de homens e mulheres grandes parceiros sexuais e sociais. Não eram, portanto, sociedades nem matriarcais, nem patriarcais como vemos hoje. Eram sociedades matrísticas de 7 a 5000 a.C. a julgar pelos restos arqueológicos encontrados na área do Danúbio, nos Bálcãs e no Egeu (MATURANA e VERDEN-ZOLLER, 2009), nas quais não havia poder de uma polaridade sobre a outra, mas um completo respeito e compreensão da importância e da ação de cada uma nos diversos segmentos de uma sociedade.

Em termos humanos, ela era a Donzela ou Virgem, a Mãe e a Anciã.

A jovem representa a juventude, a vida em flor, a sedutora, que reconhece o seu poder sexual. É aquele aspecto da mulher que não foi afetado pelas expectativas sociais e culturais que são determinadas pelo sexo masculino. O aspecto da jovem é uma pura essência de quem é mulher e daquilo que ela valoriza. Ela faz o que ela faz não por causa de nenhum desejo de obter poder sobre o outro, nem para atrair seu interesse ou amor, mas porque o que faz é

verdadeiro. Ela, de fato, não é convencional e não se adapta à conveniência, não importa se casada ou solteira.

Já a mãe, que é a mulher madura, de poder soberano, é a provedora da vida, a madona que balança e acaricia seu bebê, a leoa que caça para se alimentar e proteger seus filhotes. É a mãe da fertilidade, dos grãos e dos relacionamentos. Sem ela não há vida nem progresso.

A anciã é a avó benevolente, do conselho prudente. Para a anciã não existem segredos, pois em função da sua idade, já acumulou experiências, transformadas em sabedoria. Ela é o arquétipo da centralização interior, o ponto de equilíbrio que permite à mulher permanecer firme no meio da confusão. Ela é a premonição. São estas três fases principais da vida de uma mulher (WOOLGER e WOOLGER, 2012).

Deusa tríplice – Arquétipo

De acordo com a teoria Junguiana, as deusas são arquétipos, o que vale dizer, fontes derradeiras daqueles padrões emocionais de nosso pensamento, sentimento, instinto e comportamento que poderíamos chamar de “feminino”.

Na deusa tríplice, ocorre a manifestação dos três aspectos, visando unir em si os complementos e os opostos da psique. Assim sendo, ela é tanto delicada como rigorosa e implacável. Com efeito, essas polaridades são parte essencial de nossa alma humana. É importante perceber a natureza complementar dessas polaridades, o fato de que cada polo pode se confundir com o outro e voltar a se distinguir dele, ou seja, une as dualidades, razão por que, em algumas de suas manifestações, uma de suas facetas é positivamente inclinada para os seres humanos que a encontram, outras têm disposição negativa e uma terceira serve de mediação às duas e decide o seu curso de ação (MCLEAN, 1989).

A deusa tríplice representa um arquétipo que se reflete no interior de nossa alma. E perceber esse arquétipo e como ele se manifesta em nosso interior é importante para exercer o nosso direito de livre escolha na vida. Se lhe concedermos a oportunidade para se manifestar

ela poderá inspirar a nossa alma, assim como nutrir, sustentar e transformar o cerne do nosso ser.

Estar integrado com o Universo é ser naturalmente o Feminino Divino, onde o amor é a resposta a todas as perguntas. É observar e participar da vida ao mesmo tempo. Despertar essa deusa significa dar ouvido e voz aos chamados de nosso coração, que é o único caminho que nos devolve à felicidade. É a deusa que abre as portas de acesso às camadas mais profundas de nosso ser. Seu caráter se revela em três níveis, nos domínios do mundo e da humanidade: corpo, alma e espírito e céu, terra e mar.

Nossa cultura

Nossa cultura tem em grande parte origem na Grécia antiga, onde se desenvolveram a ciência, as ideias políticas, nossa língua e nossos costumes. Devido a isso, muitos bens culturais que tanto estimamos levam nomes gregos: democracia, filosofia, política, êxtase, mistério, e numerosos termos médicos e científicos são de origem grega. Entretanto, a glória da Grécia que ilumina nossa civilização teve um valor muito alto, que sentimos em cada um de nós diariamente e que nem sempre é atribuído à fonte. Iniciamos um questionamento sobre a forma patriarcal da cultura ocidental, provocando pela primeira vez a nossa herança grega. Verdade que os gregos honravam o feminino na figura das deusas correspondentes aos deuses. No entanto, no dia a dia, na Grécia, havia uma estrutura patriarcal que produziu um golpe doloroso à feminilidade, do qual não conseguiu se recuperar. Muito de nossa vida emocional é constituída pela dor desta ferida ainda aberta.

Toda essa forma de herança patriarcal em nossa cultura foi conquistada e o mundo ficaria mais pobre se fossem destruídas, na ciência, medicina e todas as maravilhas mecânicas da nossa época desapareceriam. Embora tenhamos começado a restabelecer o lugar da mulher no mundo moderno, ainda não fizemos o suficiente para restaurar os valores femininos: o sentir, a paz, o contentamento e a perspectiva.

A mulher, a partir do movimento feminista, conquistou mais espaços na sociedade e assumiu funções antes consideradas masculinas, muito embora essas tenham ocasionado

também muitas perdas. O movimento feminista na sua busca pela igualdade de direitos favoreceu alguns equívocos através dos quais o “modelo masculino” passou a permear significativamente o universo feminino.

Predominantemente masculina e viril, a sociedade atual se distanciou do feminino em sua rele essência e a mulher conquistou poder ao se revestir dessas características para, entre outras coisas, dedicar-se mais ao mercado de trabalho. Conquistou poder e, com isso, o controle da natalidade, que libertou muitas mulheres da restritiva sucessão de gravidezes. Uma legislação mais liberal para o divórcio permitiu que as mulheres saíssem de casamentos destrutivos sem um estigma social extremo. Não podemos atribuir a um único evento, e são difíceis de explicar ou justificar: são ao mesmo tempo sintomas e causas da contínua transformação de nossos hábitos e tradições sexuais. Por outro lado, a sexualidade hoje tão confusa pode ser o retorno de um aspecto crucial, porém esquecido pelo feminino, um poder transcendente que, em linguagem simbólica, era chamado de deusa do amor.

Esses e outros fatores estão contribuindo para uma nova visão nas mulheres em relação a elas mesmas, e para sua crescente autoestima, mas muitas vezes, sem o devido reconhecimento. Com isso, houve o distanciamento da sensibilidade intuitiva, da energia e da presença do feminino, enquanto força que gera e preserva a vida.

O redespertar do feminino está ocorrendo com uma sublevação profunda no âmago da consciência das mulheres. Alguns radicais observadores metaforicamente chamaram o movimento de um retorno da Deusa, porque ele parece sugerir a própria antítese da sociedade patriarcal (WOOLGER e WOOLGER, 2012). A partir disso podemos ter um novo olhar na psicologia do feminino, uma psicologia que faça as mulheres retornarem às suas últimas raízes, uma psicologia da psique feminina vista por meio das deusas, não somente em percepções intelectuais, e sim um envolvimento profundo e corajoso com essas forças femininas que vivem em nós e por nosso intermédio. Temos de aprender a conhecê-las como presenças espirituais e psicológicas.

Os anseios espirituais e sexuais que nos levam a questionar nossas instituições religiosas e nossos padrões de relacionamentos não são impostos por fora. Essa agitação que as mulheres e de maneira diferente alguns homens vêm sentindo tão intensamente, nascem dentro de cada um de nós. Essas forças estão em fermentação dentro de nós, sendo possível transformarmos os modos fundamentais de pensarmos sobre nós mesmos.

Deusas Gregas

Deusa é a forma que um arquétipo feminino pode assumir no contexto de uma narrativa mitológica. Devido à mitologia grega representar uma fonte maior de materiais, vamos elucidar cada uma delas com mais detalhes neste trabalho para o redespertar do feminino. Os principais tipos de deusas (WOOLGER e WOOLGER, 2012):

- *Mulher-Ártemis*: É regida pela deusa das selvas; ela é prática, atlética, aventureira; aprecia a cultura física, a solidão, a vida ao ar livre e os animais; dedica-se à proteção do meio ambiente, aos estilos de vida alternativos e as comunidades de mulheres.
- *Mulher-Atena*: É regida pela deusa da sabedoria e da civilização; ela busca realização profissional numa carreira.
- *Mulher-Perséfone*: É regida pela deusa do mundo avernal; ela é mediúnica e atraída pelo mundo espiritual, pelo oculto, pelas experiências místicas e visionárias e pelas questões ligadas à morte.
- *Mulher-Deméter*: É regida pela deusa das colheitas; ela é verdadeira mãe-terra que gosta de estar grávida, de amamentar e de cuidar de crianças; está envolvida com todos os aspectos do nascimento e com os ciclos reprodutivos da mulher.
- *Mulher-Afrodité*: É regida pela deusa do amor; é voltada principalmente para relacionamentos humanos, sexualidade, intriga, romance, beleza e inspiração das artes.
- *Mulher-Hera*: É regida pela deusa dos céus; ela se ocupa do casamento, da convivência com o homem e, sempre que as mulheres são líderes ou governantes, de questões ligadas ao poder.

Não é apenas uma, mas sim várias das deusas, em diversas combinações, que estão por trás do comportamento e da estrutura psicológica de toda mulher. Conhecer-se a si mesma como mulher é conhecer por quais deusas se é primordialmente governada. É estar ciente de como cada uma delas influencia as diversas fases e as mudanças de nossa vida. Em nossa cultura o arquétipo do pai ficou unilateralmente valorizado à exclusão do arquétipo da mãe. Desse modo, reconhecemos somente o princípio paterno em que não consideramos o feminino. Devido a isso, podemos acabar provocando danos a nossa saúde psíquica individual e coletiva e também à saúde física do nosso corpo e do planeta terra.

Uma forma melhor seria compensar de maneira mais consciente o valor do que ganhamos e por esse valor-consciência ganhar o que há de melhor no gênio masculino e no feminino, emergindo assim a apreciação consciente de ambos os valores e não do balanço violento do pêndulo de um extremo ao outro (JOHNSON, 1990).

As mudanças não foram fáceis, mas notamos alterações no mundo contemporâneo que refletem uma modificação sem precedentes nas estruturas psíquicas mais profundas de nossa cultura, ou seja, no inconsciente coletivo. Nesse contexto, a arte se apresenta como um recurso catalisador de novos aprendizados e de uma nova consciência. Assim, a Arteterapia pode, através de uma linguagem simbólica, constituir-se como uma força de cura, favorecendo aberturas para o acesso, conhecimento e expressão do arquétipo feminino.

Arteterapia

Desde tempos imemoriais, as manifestações artísticas são o documentário psíquico da coletividade e, simultaneamente, as representações da singularidade dos indivíduos. Já no século V a.C. existem registros da arte sendo usada na Grécia como um recurso terapêutico para a promoção, manutenção e recuperação da saúde. Desde aquela época, a arte era considerada reveladora, transformadora e colaboradora na construção de seres mais criativos e saudáveis (PHILIPPINI, 2013).

A Arteterapia, mesmo sendo relativamente recente, pode ser considerada como processo terapêutico que utiliza diferentes recursos expressivos como aliados em uma leitura simbólica do fazer artístico: artes plásticas e cênicas, música, expressão corporal e a literatura, assim como contos de fadas e mitos.

Sob a ótica Junguiana, a Arteterapia parte do princípio de que a vida psíquica tem uma tendência inata à organização. Há dentro de nós um movimento para que sejamos nós mesmos, para que obtenhamos o máximo possível de nossa força vital, para que vivamos a nossa inteireza, e que o processo terapêutico por meio da arte poderá dinamizar esta tendência. Os símbolos são parte do processo de autoconhecimento e transformação, indo aonde as palavras não pisam, alcançando dimensões que o conhecimento racional não pode atingir. Estes emanam do *Self*, centro de saúde, equilíbrio e harmonia, representando para cada um o potencial mais pleno, a totalidade da psique e a essência de cada um. Na vida, o *Self*, através de seus símbolos, pode ser reconhecido, compreendido e respeitado. Desta maneira, para encontrar o que há de mais essencial em nós temos que enfrentar aspectos dolorosos, que por vezes, estão ocultos. A Arteterapia é uma excelente forma de confrontar imagens sombrias, uma vez que facilita a expressão das emoções a partir das produções artísticas e proporcionar oportunidades para que a imaginação se desenvolva livremente, permitindo ao indivíduo participar concretamente do produto imaginado. A Arte despontencializa a carga emocional das imagens, por vezes aterradoras, e possibilita sua decodificação quanto à reorganização interna e à reconstrução da realidade (DINIZ, 2014).

Jung descreveu amplamente como nas culturas mais diversas, etapas do processo de individuação eram codificadas em símbolos com temáticas similares e estas representações do inconsciente coletivo, eram repetidas em mitos, contos de fadas, tradições religiosas, tratados alquímicos e ritos de passagem de locais geograficamente muito distantes. Essas imagens recorrentes em toda a humanidade reaparecem em sonhos, desenhos, pinturas, esculturas e nos símbolos produzidos através da imaginação ativa e nas técnicas de visualização e meditação. O universo arquetípico em Arteterapia fornece uma bússola que orienta no

entendimento universal da produção simbólica, na qual o arteterapeuta, junto com o cliente que cria o símbolo, contextualiza seu significado, considerando os aspectos dinâmicos pertinentes à singularidade e historicidade de cada um (PHILIPPINI, 2013).

O símbolo constelado com a ajuda dos materiais expressivos dinamiza e facilita a estruturação e transformação dos estados emocionais que lhe deram origem. Nesse sentido, o trabalho com símbolos ou mitos pode facilitar a emergência de imagens mentais e arquetípicas, possibilitando que a energia feminina seja integrada não mais permanecendo como sombra, acessando os diferentes tipos de personalidade feminina, que as mulheres reconhecem intuitivamente em si mesmas e possibilitando a transformação do pensar, do sentir, do fazer, e do intuir.

Metodologia

Trata-se de um estudo descritivo com enfoque qualitativo, realizado em um ateliê terapêutico na cidade de Americana, estado de São Paulo, que buscou o acesso, conhecimento e expressão do arquétipo feminino.

Justificativa

A feminilidade se constitui como parte fundamental da personalidade humana e como tal não pode ser esquecida ou relegada. Vivemos numa cultura patriarcal na qual a energia feminina se caracteriza muitas vezes como elemento excluído. A supressão das qualidades femininas interiores afeta o bem-estar emocional e tem influência sobre a identidade feminina central da mulher e até sobre sua capacidade de sentir e valorizar a si mesma e aos homens de maneira geral.

As mulheres podem contribuir para a integração de energia do feminino ao masculino, para além da virilidade e das relações de poder, favorecendo o aparecimento de sociedades mais justas e harmônicas. Antes, no entanto, precisariam ultrapassar essa dualidade consigo mesmas, integrando tradicionalmente os opostos feminino e masculino em si mesmas.

Conhecer os arquétipos, isso é, aqueles padrões vivos e primordiais que evocam e moldam a energia psíquica conforme algumas características específicas.

Utilizando a simbologia das deusas de diferentes culturas, é possível acessar os diferentes tipos de personalidade feminina que as mulheres reconhecem intuitivamente em si mesmas, sendo que todas as deusas têm histórias a contar, contribuições a fazer, uma sabedoria a partilhar (WOOLGER e WOOLGER, 2012). Neste contexto, a arte se apresenta como um recurso catalisador de novos aprendizados e de uma nova consciência. Assim, a Arteterapia pode através de uma linguagem simbólica, constituir-se como uma força de cura, favorecendo aberturas.

Objetivo

Compreender de que maneira o trabalho com as Deusas na mitologia, podem fortalecer a criatividade, a intuição, estimulando o equilíbrio entre valores femininos e masculinos, considerados fatores vitais para o desenvolvimento da subjetividade e da individuação.

Dados específicos do estudo

Seguindo uma trajetória de descrição dos trabalhos produzidos, com diferentes recursos expressivos, que foram utilizados em sessões de Arteterapia, realizadas por 4 mulheres adultas (entre 26 anos a 55 anos), tendo como perfil a vida profissional intensa, participantes do processo arteterapêuticos com abordagem Junguiana.

Material e métodos

Materiais e técnicas utilizadas

Os materiais disponibilizados foram: cola branca, fitas adesivas, papéis coloridos (de seda, crepon, laminado, EVA dourado e prateado, canson, sulfite), matérias de aromaterapia (essências, frascos, etiquetas) matérias de costura (linhas, agulhas, lã diferentes cores, lã cardada, retalhos tecidos coloridos, botões, rendas, fitas), bolas de isopor, palitos de churrasco, palitos, canudos, areia colorida, pedras coloridas, papelões, caixas de vários tamanhos, copos

descartáveis, embalagens industriais, pedaços de madeira, folhas secas, sementes, clipes, bases redondas em MDF, vasos plásticos, vasos em MDF, tintas guache, acrílica, diferentes tamanhos de pinceis, massinhas coloridas, lápis de cor, giz de cera, giz pastel, CDs, revistas, argila, máscaras, *glitter*, plumas, peças para bijuterias.

Foram utilizadas técnicas de pinturas, construção, expressão corporal, colagem, relaxamentos, fantasia criativa e contos de fadas, e as descrições dos mitos das deusas.

Também foi aplicado o questionário das deusas, elaborado por Woolger e Woolger (2012), no início e no final do trabalho.

Coleta de dados

A coleta foi realizada no período de agosto de 2014 a maio de 2015, em sessões semanais consecutivas (uma sessão/semana). Nas sessões de Arteterapia houve acompanhamento em dupla. Os instrumentos utilizados para a coleta de dados foram:

- Observação direta e participante, privilegiando todo o processo com as técnicas utilizadas em cada sessão, a relação que cada mulher estabeleceu com o material e a utilização do mesmo, como forma de expressão dos seus conteúdos internos;
- Registro das imagens produzidas na tentativa de ser mais fiel aos conteúdos manifestados;
- Cadastro de identificação das participantes em estudo;
- Observação do teste das deusas;

No final de todas as sessões foi pedido que as participantes fizessem uma reflexão, que poderia ser expressa verbalmente, pela escrita ou por gestos, a sua livre escolha.

Resultados

Inicialmente os encontros foram para um melhor conhecimento do grupo e de suas expectativas. Fazia-se necessário a criação de um vínculo e estabelecimento de um *setting*, pois, nesse momento, surgiriam questões relevantes no cotidiano dessas mulheres. Para intensificar mais o vínculo, sugerimos que as participantes trabalhassem individualmente, em

duplas e em grupo em três encontros distintos. Iniciamos com uma atividade de relaxamento/sensibilização com imaginação ativa (ACCIARI, 2014) que foi seguida por uma atividade de recorte/colagem, para elaboração de um cartaz criativo fazendo propaganda de si.

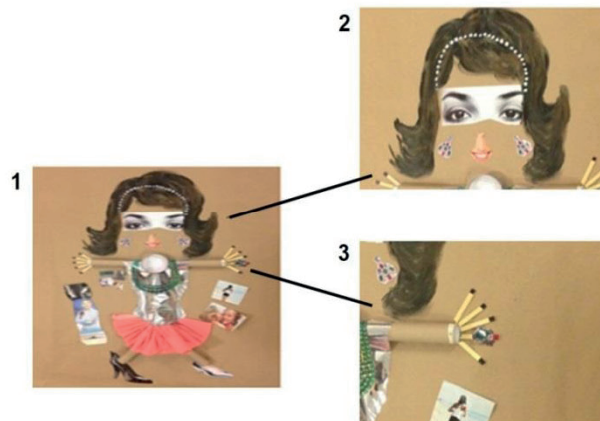


Figura 1: Atividade de recorte/colagem. (1) trabalho realizado por todas as participantes. (2, 3) Destaque para os detalhes de jóias (brincos, colar, pulseira e anel), das unhas pintadas, do salto alto e da tiara de pérolas.

As participantes representaram dentro do *coração da figura*, os sonhos de cada uma, sendo que apenas uma delas se reconheceu nessa forma, afirmando ser bem vaidosa. As demais manifestaram que gostariam de ser assim. Além disso, as participantes observaram a desproporcionalidade da boca (pequena) e da cabeça (grande), sugerindo que isso poderia representar um excesso de racionalidade.

A partir desse momento, no qual as participantes estavam mais em contato com o seu interior, foram apresentadas várias imagens de mulheres, e revistas das quais as participantes poderiam escolher. Foi instruído que elas buscassem imagens que representassem o que é Ser Mulher e, posteriormente, montassem um cartaz com as figuras escolhidas utilizando a técnica de colagem. Feito isso, elas poderiam identificar onde estavam representadas a Jovem, a Mãe e a Anciã em seus trabalhos. As participantes se envolveram e assimilaram bem os conceitos da mulher trina.

Com as evidências desses conteúdos internos, entregamos às participantes um teste estruturado no livro “A deusa Interior” (Woolger e Woolger, 2012), com o intuito de verificar quais as deusas mais evidentes em cada uma das participantes naquele momento. Com isso, poderíamos ter uma visão de quais energias arquetípicas estariam presentes no momento. As

participantes já estavam mais preparadas para vivenciar as Deusas Gregas. A partir de então, os encontros foram iniciados com uma atividade de sensibilização/relaxamento no qual foram apresentados os conceitos de cada Deusa que estaria sendo vivenciada em cada encontro, sugerindo que sentissem e observassem o que viam e se imaginassem nesse contexto, percebendo-se.

Posteriormente, foram fornecidos vários materiais, como argila, sementes, areia colorida, pedras coloridas, lã, papéis, tinta, giz pastel, sucatas, cartolina, bola de isopor, revistas, entre outros. Foi solicitado que as participantes construíssem o que conseguiram sentir e visualizar de cada Deusa dentro de si. A construção é uma modalidade expressiva em Arteterapia que resgata a edificação, a estruturação, a organização e a elaboração da matéria, no qual incita o indivíduo a construir de modo pessoal e paralelamente (VALLADARES, 2001). A pessoa com vivência de construção e de transformação se sente apta e segura a dar forma, direção e movimento à sua própria vida, o que se constitui não só num processo externo, mas também interno do indivíduo (SAAD, 1998).

A *Deusa Ártemis* foi a primeira a ser vivenciada. Ela foi a primeira, pois ao pensarmos na relação com os aspectos da Deusa Triplice, esta se relaciona com a Jovem, que rege a adolescência e o início da idade adulta, da transição (WOOLGER E WOOLGER, 2012).

Essa Deusa apresenta uma feminilidade pura e primitiva que prima pela individualidade, liberdade e espontaneidade. Possui profundos vínculos com a natureza e a vida selvagem.

Na sequência no aspecto da Jovem, Virgem ou Donzela, foi apresentada a *Deusa Atena*, que simboliza os aspectos práticos e racionais do feminino e é regida pela deusa da sabedoria e da civilização; ela busca realização profissional numa carreira.

Para finalizar o aspecto da Jovem, vivenciamos a *Deusa Perséfone*, que é regida pela deusa do mundo avernal.



Figura 2: Atividade de construção com diferentes materiais. (1) trabalho da participante M1, (2) trabalho da participante M2, (3) trabalho da participante M4, (4) trabalho da participante M3.

Na última etapa do trabalho com a Jovem, o grupo se encontrava em uma nova etapa do desenvolvimento feminino, as Mulheres/Mãe, e para vivenciar esse passo trouxemos a *Deusa Deméter*.

Seguindo o desenvolvimento feminino foi apresentada neste momento a *Deusa Hera*, ela se ocupa do casamento da convivência com o homem, e de questões ligadas ao poder.

Ainda nesta etapa do desenvolvimento feminino da Mulher/Mãe, foi apresentada a *Deusa Afrodite*. Afrodite é regida pela deusa do amor e é voltada principalmente para relacionamentos humanos, sexualidade, intriga, romance, beleza e inspiração das artes.

Nesse momento apresentamos a *Deusa Hécate* para trabalhar a última etapa do desenvolvimento feminino, a Anciã. Infelizmente o teste utilizado não inclui esta Deusa em suas questões, o que impossibilita a avaliação deste arquétipo. A *Deusa Hécate* é uma presença constante na mitologia grega, sendo sua origem anterior a ela. Nas antigas religiões órficas, ela era considerada a rainha detentora de todas as chaves do cosmos. Está presente no limiar da transformação e leva a lugares desconhecidos. É retratada como face tríplice das deusas,

podendo aparecer como donzela, mãe e anciã, representando a passagem pelas fases da vida e a sabedoria.

Com as vivências destas Deusas Gregas completa, sugerimos que as participantes fizessem uma meditação em movimento, seguida de relaxamento deitadas com música celta. Fomos lembrando os mitos das Deusas Ártemis, Atena, Perséfone, Deméter, Afrodite, Hera e Hécate na sequência e sugerimos que as participantes respondessem o teste novamente, com o intuito de observar se houve alguma alteração, e qual a deusa mais adormecida e a de maior presença neste momento em sua vida.

Já finalizando o trabalho na sensibilização\relaxamento, fomos lembrando as qualidades de cada uma das deusas gregas que foram trabalhadas, sugerindo que reconhecessem e integrassem cada uma das suas faces em seu interior representada por cada deusa (Ártemis, Atena, Perséfone, Deméter, Hera, Afrodite e Hécate). Essa etapa foi seguida por uma vivência com areia colorida para essa integração. No final elas se presentearam com o seu próprio trabalho.

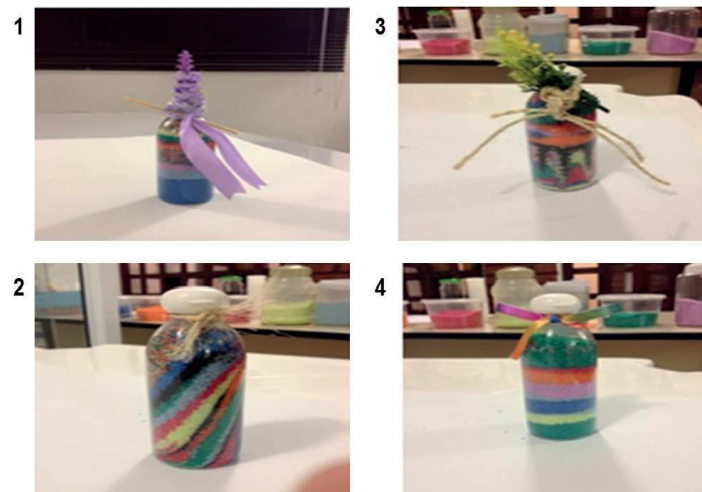


Figura 3: Atividade com areia colorida. Trabalho das participantes M1 (1), M2 (2), M4 (3) e M3 (4).

Processo Alquímico

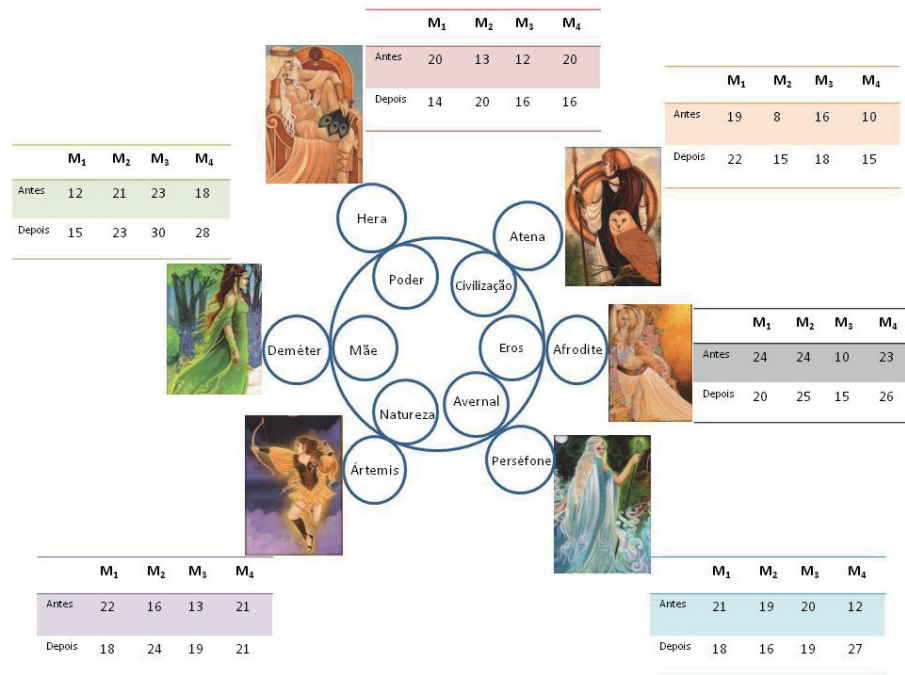


Figura 4: Esquema da Roda das Deusas que apresenta os resultados dos testes antes e depois dos encontros, além de uma ilustração, nome e característica de cada deusa (Woolger e Woolger, 2012).

Neste trabalho observamos, conforme a figura 4 da Roda das Deusas, os resultados do teste de autoavaliação antes e depois do processo. Nossos resultados mostram uma alteração em termos de escore, porém, segundo (WOOLGER e WOOLGER, 2012), a pouca proeminência da esfera de influência de algumas das deusas não implica necessariamente que essa deusa esteja ferida em nós. É natural que, ao longo da vida, seja dada maior ou menor importância a uma ou a outra das deusas.

O teste de autoavaliação reflete um processo dinâmico. Não somos exatamente a mesma pessoa que éramos dois anos atrás. Por estarmos nos transformando constantemente com novas experiências e informações, nosso Perfil das Deusas será diferente em diferentes épocas da vida.

A importância do teste de autoavaliação não está no valor absoluto dos números, mas sim na relação entre as deusas no perfil de cada participante.

Os resultados de M1 mostram um aumento relativo nos coeficientes em Deméter e uma diminuição na Deusa Hera, o que refletiu em seus trabalhos e em uma aproximação com a filha,

com a qual antes o diálogo era bem difícil. Na sua vida profissional, uma demanda menos acentuada de energia, com melhores resultados, ou seja, parecia que uma parte não conseguia dialogar com a outra. Se M1 examinar os testes relativos ao trabalho e à maternidade, encontrará uma fonte rica de compreensão e cognição de si mesma.

Para M2, os resultados dos coeficientes de Atena, Ártemis e Hera foram maiores após o processo quando comparados com o momento antes do processo. Isso indica que o restabelecimento do diálogo entre Atena/Ártemis e Hera/Perséfone se mobilizou no sentido de se relacionar com o poder, investigando sua baixa estima que havia nesse aspecto, e a transformando em coragem, se relacionando com o mundo externo, pessoalmente e profissionalmente. As evidências dessa mudança podem ser notadas nas mudanças que ocorreram na sua vida durante o processo. No início M2 se encontrava totalmente reclusa, sem contato com o mundo exterior e confusa no seu mundo interior. Havia voltado para a casa dos pais. Durante o processo, voltou para sua casa, retornou ao trabalho, tendo inclusive opção de escolher o trabalho, e no final também pode lidar com seu antigo relacionamento afetivo. Sentindo-se mais forte para a vida e com esperança, o seu contato com Ártemis fez com que buscasse mais contato com a natureza. Esse contato a fez reconhecer a sua natureza interna, onde se sentiu bem acolhida por essa natureza externa, reconhecendo-se. No geral, M2 resgata um enfrentamento para consigo e para com o outro.

Para M3 Deméter se mostra consideravelmente importante, pois foi a deusa que apresentou o maior coeficiente após o processo. Esse resultado demonstra que ter se tornada mãe aos 19 anos e precisar da ajuda dos pais no âmbito financeiro para criar sua filha foi desconfortável. M3 também apresentava dificuldade de falar em grupo e expressar seus pensamentos, sendo muito tímida e recatada perante estranhos. Por outro lado, revelava-se meiga e generosa com pessoas amigas.

Foi dado um peso evidente a Deméter, em detrimento de Afrodite e Hera, mostrando a timidez (Afrodite) e a baixa estima em se relacionar com o mundo externo (Hera).

Após o processo, observou-se um aumento no coeficiente para Hera e uma diminuição para Perséfone, tornando-se evidente a díade de poder de Perséfone/Hera. Há de se ressaltar também que o aumento do coeficiente para Hera, considerando o desequilíbrio que antes havia, é um indicio que mudanças já estavam presentes, onde M3 apresenta um encorajamento em relação ao enfrentamento em relação à família e profissionalmente. A Deusa relegada nesta participante é Afrodite e, diante disso, M3 compromete-se a cuidar da sua aparência física e também a frequentar os encontros com amigos socialmente.

O Perfil da roda das deusas reflete a força e confiança que M4 tem no seu trabalho de professora de costura, entretanto, essa participante também apresenta uma tendência a assumir todas as responsabilidades da casa. No seu processo, M4 mobilizou Hera, diminuindo o seu coeficiente após o processo. Isso tornou possível o compartilhamento das responsabilidades da casa com o marido. Essa mudança foi viável, quando M4 entrou em contato com Perséfone, fazendo um mergulho no seu mundo avernal, uma vez que a participante apresentava uma forte tendência a permanecer no seu mundo externo, prática reforçada pelo seu próprio trabalho.

Existia nesta participante um desequilíbrio no que (WOOLGER e WOOLGER, 2012) denominam de “díade do poder” da Roda, ou seja, no diálogo entre Hera e Perséfone. Podemos observar também que a deusa relegada antes e depois do teste foi Atena e, embora o seu coeficiente tenha aumentado após o processo, ele continuou sendo o mais baixo de todos. Assim, é sugestivo que M4 trabalhe mais Atena. Outro ponto importante foi que M4 resgatou seu casamento, pois já estava em vias do divórcio. Isto se deu em parte, devido ao diálogo que estabeleceu entre Deméter e Afrodite, pois os coeficientes aumentaram em ambas, entretanto, esse resgate pode ter sido muito mais influenciado pelo diálogo entre Hera e Perséfone, como citado anteriormente, e indiretamente entre Deméter e Afrodite, pelo que observamos em seu processo.

Nesse contexto o mito das deusas relatou passagens cruciais do ser humano e por isso é fundamental o seu estudo e sua utilização. O mito das deusas coloca-se como um instrumento

importante para o trabalho do arteterapeuta, possibilitando também o reconhecimento e integração de suas várias facetas no mundo interior das mulheres.

A Arteterapia mostrou ser eficaz como uma ferramenta no ateliê terapêutico, pois trabalhou, através da livre expressão e da criatividade, os aspectos simbólicos que surgiram através das imagens, levando ao resgate da singularidade de ser mulher e do feminino.

O uso do mito das deusas favoreceu a maturidade emocional, o resgate da espontaneidade, da autoconfiança, da confiança no outro, o respeito pelo próprio pensar e sentir o retorno da alegria do bem viver. Os mitos possibilitaram um encontro simbólico das participantes consigo mesmas. Eles fizeram a ligação entre o consciente e o inconsciente coletivo e com as formas pelas quais o inconsciente individual se manifesta.

O mito das deusas em Arteterapia poderia ser comparado a um processo alquímico, no qual, durante a busca da individuação, as participantes, ao serem tocadas por um mito, poderiam sair do estado de pedra bruta e elaborar o inconsciente pelo qual surgiram os elementos para as transformações. Estes elementos, que poderíamos chamar de verdades sobre si mesmo até então não identificadas, seriam respostas para as questões apresentadas ao arteterapeuta. Ao rememorá-los, é possível reatualizá-los, renovando-os por meio de vivências pessoais, repetindo o que as deusas fizeram e, ao longo dos tempos, então de algum modo, aprender o segredo da origem do que cerca o indivíduo e do si mesmo.

Reviver através do mito das deusas o que há séculos está registrado no inconsciente coletivo seria uma possível contribuição da mitologia para a Arteterapia e, na constante busca do conhecer-se, os mitos podem ser ferramentas auxiliares oferecendo respostas para questões esquecidas, enterradas pelas próprias participantes, negligenciadas e sufocadas em seu interior. No contato com os mitos tais questões poderiam se transmutar, encontrando repostas para questões afloradas com o auxílio de um arteterapeuta.

Devido à complexidade do tema estudado e do pouco tempo disponível para ampliar a investigação, recomendam-se novas pesquisas para complementar o banco de dados arteterapêuticos sobre as questões estudadas.

Referências

- ACCIARI, AS. **Influência da psicoterapia breve transpessoal em pacientes com doença de Crohn**. 2014. Dissertação (mestrado). Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2014.
- ASSAGIOLI, R. **Ser Transpessoal**. Espanha: Gaia, 1993.
- DINIZ, L. **Mitos e Arquétipos na Arteterapia**. Os rituais para se alcançar o inconsciente. Rio de Janeiro: Wak, 2014.
- LERNER, I. **Tarô da Deusa Tríplice**. O poder dos arcanos maiores dos chacras e do Feminino Divino. 3. ed. São Paulo: Pensamento, 2011.
- MATURANA, HR, VERDEN-ZOLLER G. **Amar e brincar**. Fundamentos esquecidos do humano. São Paulo: Palas Athena, 2009.
- MCLEAN, A. **A deusa tríplice. Em busca do feminino Arquétipico**. São Paulo: Cultrix, 1989.
- MELLADO, C. **O Oráculo dos Deuses**. Heróis e Titãs da Mitologia Grega. Pensamento, 2012.
- PHILIPPINI, A. **Linguagens e Materiais Expressivos em Arteterapia: uso, indicações e Propriedades**. Rio de Janeiro: Wak, 2009.
- PHILIPPINI, A. **Reencantamentos para libertar histórias**. Rio de Janeiro: Wak, 2012.
- PHILIPPINI, A. **Para entender Arteterapia -Cartografias da Coragem**. 5. ed. Rio de Janeiro: Wak, 2013.
- SAAD, L. **Arte-terapia uma estratégia no desenvolvimento emocional e cognitivo**. RevArte -Terapia e Reflexões; 3(2):25-30, 1998.
- VALLADARES, ACA, NOVATO, ACRS. **Aspectos transformadores da construção em arteterapia com adolescentes**. Rev Eletr Enferm [periódico online; 3(1), 2001. Disponível em: <http://www.fen.br/revista>. Acessado em 02/11/2014.
- WOOLGER, JR, WOOLGER, JB. **A Deusa Interior**. Um guia sobre os eternos mitos femininos que moldam nossas vidas. 12. ed. São Paulo: Cultrix, 2012.