

## Resenha do livro **Os Quatro Elementos**

Valéria Gonçalves da Cruz Monteiro<sup>10</sup>

Os quatro elementos, terra, água, ar e fogo são muito utilizados como base em processos arteterapêuticos. O trabalho com seus aspectos simbólicos através dos recursos expressivos em oficinas tem se mostrado muito eficiente para promover o equilíbrio biopsíquico dos atendidos. Muitos são os autores que exploram esta relação dos elementos e seus aspectos simbólicos com a base de nossa personalidade, comportamento e por que não dizer, vida. Não havia no entanto uma obra que especificamente trouxesse de onde vem, qual o alcance desta teoria e onde se fundamenta. Não havia também um manuscrito que integrasse os vários autores e saberes que exploram a utilização dos quatro elementos nos vários campos do saber. Assim, um dos objetivos das autoras foi o de trazer a conhecimento a profundidade e o alcance da utilização destes recursos, bem como contribuir para processos e resultados mais robustos e fundamentados.

Este manuscrito é iniciado pelo compilado histórico de como o homem simboliza, se relaciona e trabalha com os quatro elementos (fogo, terra, água e ar) ao longo da história da humanidade. Explora como este conhecimento encontra-se arraigado na base cultural, religiosa e filosófica dos movimentos humanos e como se relaciona com ciência, filosofia, astrologia, psicologia e medicina, tecendo paralelos entre estes conhecimentos. A seguir, as autoras discorrem sobre sua origem física, o eletromagnetismo, relacionando-a com o contexto histórico e analisando a influência destes padrões no ser humano, seja a nível físico, emocional, psíquico, comportamental e espiritual.

Os elementos também são visitados individualmente. As autoras desenvolvem a simbologia de cada elemento no coletivo e como cada um se encontra expresso no temperamento, na personalidade, no comportamento, nos sentimentos e nas atitudes individuais.

Como nosso cérebro cria rotinas e rituais, ao final, é proposta uma vivência prática de 28 dias que pretende sensibilizar o leitor a trazer para sua vida o uso consciente dos elementos. Através dele a intenção é a de que o leitor traga para si o equilíbrio entre os elementos nos seus vários níveis, possibilitando assim uma grande transformação, paz, equilíbrio, qualidade de vida, bem-estar e vontade de viver.

---

<sup>10</sup> Administradora de empresas pela FGV, pós graduada em Arteterapia pela UNIP, com cursos de Pintura e História da Arte pelo Instituto Lorenzo Medici (Florença- Itália), extensão em Psicanálise Contemporânea pelo IDEPES, Neurodesenvolvimento Infantil pelo INESP. Especialista em desenho utilizando técnicas em neurociências, é professora convidada de metodologia e recursos expressivos em cursos de pós-graduação em Arteterapia. Mestra em Ciências da Saúde no IIEP - Hospital Israelita Albert Einstein, com linha de pesquisa em neurociência.