



Artigo Original

OS ARQUÉTIPOS JUNGUIANOS ÂNIMA E ÂNIMUS E SEU BALANCEAMENTO ATRAVÉS DA ARTE

JUNG'S ARCHETYPES, ANIMA AND ANIMUS, AND ITS BALANCING THROUGH ART

Carlos Henrique Souza da Cruz²

Resumo

A Arte Expressiva é uma modalidade terapêutica que possibilita a manifestação da psique humana através de recursos artísticos que, por sua vez, permitem que a censura egóica seja rebaixada. Este aspecto peculiar favorece a emergência de conteúdos psicológicos e a consequente possibilidade de serem mais bem integrados à consciência. Partindo-se dessa premissa, sob o referencial teórico junguiano, foi criada uma técnica nomeada de Integração das Polaridades com Arte, na qual se viabilizou um maior rigor na observação dos aspectos femininos e masculinos da personalidade humana na busca de um balanceamento energético a partir do desenho, da pintura e do recorte e colagem.

Palavras-chave: Arte expressiva; psicologia junguiana; integração de polaridades; anima e animus.

Abstract

The Expressive Art is a therapeutic modality which allows the expression of the human psyche through art. In turn, it allows the censoring of the ego to be reduced. This peculiar aspect favors the emergence of psychological content and the consequent possibility of

² Psicólogo (UFRJ). Arteterapeuta (UFRN). Teólogo (STBSB). Especialização em Psicologia Jurídica (UERJ). Mestre em Psicologia Social (UFRJ). Formação em Hipnose (SOHIMERJ) e em Constelação Sistêmica Familiar pelo Institut Landshut Brasil/Alemanha. Professor Universitário na graduação e pós-graduação. Pesquisador e escritor sobre os temas: arteterapia, violência, direitos humanos e gênero. Endereço: Rua Santo Antônio, 1018, Emaús, Parnamirim/RN, CEP 59149-025. Tel.: (84) 8803-0248 * (84) 3302-0158. Email: riquinhocruz@hotmail.com.



being better integrated into consciousness. Starting from this premise, in the Jungian framework, was created a technique named Polarity Integration with Art, in which it enabled more rigorous observation of the feminine and the masculine aspects of human personality in search of a balance of energy from drawing, painting and cutting and pasting.

Keywords: Expressive art; Jungian Psychology; integration of polarities; anima and animus.

I. Introdução

O aspecto contraditório da vida humana é algo ao mesmo tempo fascinante e perturbador. Ser “humano” é ser duplo, conflitante, incoerente. Mas como se aprende a lidar, de maneira satisfatória, com tanta ambivalência? Seria possível acabar com as situações conflituosas pelas quais passam os indivíduos?

Se olharmos o conflito como algo ruim, teremos a tendência a evitá-lo ou desejar que ele desapareça. Contudo, caso o vejamos como sendo portador de uma possibilidade de crescimento e mudança, poderemos extrair o máximo de aprendizado dele. Este artigo seguirá nessa direção. A partir de uma técnica criada por mim, que nomeei de *Processo de Integração das Polaridades com Arte*, viabiliza-se a possibilidade de instâncias psíquicas em conflito buscar uma forma de balanceamento através de projeções artísticas e do diálogo com a obra realizada. O procedimento através do qual intento chegar a tal objetivo apoia-se na arte expressiva, mais especificamente no desenho, na pintura e no recorte-colagem. Todo o processo de construção dessa técnica encontra-se apoiado no referencial teórico junguiano, especialmente nos arquétipos *ânima* e *ânimus*.

II. A estrutura da personalidade segundo Jung

A personalidade de cada um é construída na relação com outras pessoas. Não há, por assim dizer, uma personalidade tão única que não traga em si algo do outro. Não é sem propósito que popularmente se diz: “esse menino herdou o ‘gênio’ do pai”; ou “é ‘doce’ como a mãe”. Nesse ponto, os estudos realizados pela psicanálise sobre esse caráter *identificatório* (MANNONI, 1994) contribuem bastante para a compreensão da alteridade e seu impacto sobre a personalidade humana.

Não podemos ainda perder de vista o fato de haver uma intensa conexão entre todas as pessoas, independentemente de etnia, posição social e geográfica, religiosidade ou cultura. Tal conexão coloca-nos sob imperativos tanto das gerações presentes quanto passadas, podendo alcançar nossos mais primitivos descendentes humanos. Esse fato pode se apresentar através dos mitos e dos arquétipos.

1. A psique

Na teoria junguiana, a personalidade é denominada de *psique*. Seu significado denota a personificação da “alma” ou “espírito” e abarca os pensamentos, sentimentos e comportamentos tanto conscientes quanto inconscientes. “Funciona como um guia que regula e adapta o indivíduo ao ambiente social e físico.” (HALL & NORDBY, 1980, p. 25). Para Jung, é um todo unificado e não uma reunião de partes. Ele rejeita a ideia de uma *psique* fragmentária. O ser humano não lutaria para se tornar uma totalidade, pois ele já nasce como um todo e durante sua existência lhe cabe desenvolver esse todo essencial até chegar ao mais alto grau possível de integração, diferenciação e consonância. Uma personalidade dissociada é uma personalidade desfigurada. Jung (1995) distingue três níveis da psique, a *consciência*, o *inconsciente pessoal* e o *inconsciente coletivo*.

Consciência

É aquela parte da mente conhecida pela pessoa. Desde a tenra idade já se pode perceber sua existência, ainda que de forma rudimentar, manifestando-se na escolha de algum brinquedo ou a partir das identificações com as figuras parentais. Esta percepção consciente aumenta com o passar do tempo em virtude das quatro funções mentais, denominadas por Jung como sendo *pensamento*, *sentimento*, *sensação* e *intuição*. A predominância de uma dessas funções é o que irá determinar mais precisamente o tipo psicológico de uma pessoa em detrimento às outras funções.

O *pensamento* é uma função intelectual que procura compreender o mundo e as coisas presentes nele. O *sentimento* cumpre uma função avaliadora, pois é capaz de, a partir de uma sensação prazerosa ou não, decidir pela aceitação ou rejeição de uma ideia. A *sensação* é a percepção realizada através dos sentidos, afinados à visão, audição, cheiros, paladares e contatos. Também há aquelas sensações que vêm do interior do próprio organismo, como fome, náuseas, constipação e outras. A *intuição* acontece espontaneamente frente a alguma situação. Difere da *sensação* porquanto não se sabe de onde veio nem sua origem. É como se surgisse do “nada”. A *sensação* pode ser explicada pela via dos sentidos. A *intuição* não. Muitas vezes é vista como sendo o *sexto sentido* ou *percepção extrassensorial*.

O processo pelo qual a consciência de uma pessoa se diferencia da de outras é chamado por Jung (1987) de *individuação*, que é o processo pelo qual alguém se torna uma unidade, isto é, um “todo” separado e indivisível. A meta da *individuação* é a autoconsciência, o “tornar-se si-mesmo” (p.49). Significa a peregrinação pessoal em direção à realização das qualidades coletivas do ser humano. Também inclui o acolhimento e a estima adequada dos aspectos individuais.

O inconsciente pessoal

Para Jung (1987), o inconsciente abrange todo conteúdo psíquico que subjaz ao limiar da consciência, inclusive “as percepções subliminais dos sentidos” (p. 3), sendo também uma instância que abarca conteúdos que ainda não afloraram à consciência. Outro aspecto é sua intermitente atividade. Ele jamais entra em repouso, pois está constantemente empenhado em congregar e desagregar seus conteúdos em um movimento constante. Dentro da normalidade, suas funções são coordenadas em parceria com a consciência “numa relação compensadora” (p. 4). Já nos casos patológicos seu funcionamento é autônomo. Como se observa, há uma tendência ao equilíbrio entre essas duas instâncias.

[...] os processos inconscientes se acham numa relação compensatória em relação à consciência. Uso de propósito a expressão “compensatória” e não a palavra “oposta”, porque consciente e inconsciente não se acham necessariamente em oposição, mas se complementam mutuamente, para formar uma totalidade: o si-mesmo (Selbst). (JUNG, 1987, p. 53).

O *inconsciente pessoal* é o local onde ficam armazenadas as experiências do sujeito. Se, por exemplo, alguma dessas experiências não é aceita pelo ego, ela não escapa da *psique*, considerando-se que nenhuma experiência pode simplesmente desaparecer. Dessa forma ela é retida no *inconsciente pessoal*, depositário das experiências que, por seu caráter inassimilável, não são compatíveis com a individuação. Uma característica primordial dele é sua capacidade de formar um conglomerado de conteúdos psíquicos os quais Jung nomeou de *complexos*. Apesar de, em alguns casos, gerar impedimentos ao ajustamento de uma pessoa, de maneira geral os *complexos* viriam a ser uma fonte de inspiração, um impulso, que poderiam ser direcionados às artes expressivas.

Inicialmente, Jung, sob a influência freudiana, acreditava que a origem dos complexos estava nas experiências traumáticas da primeira infância. Entretanto, passou a suspeitar que eles possuíam raízes muito mais profundas, estas ramificadas na natureza e experiências da humanidade. Assim, descobriu outro nível da psique: o *inconsciente coletivo*.

O inconsciente coletivo

A descoberta do *inconsciente coletivo* teve um impacto profundo no pensamento da Psicologia e Psiquiatria no século XIX, tornando Jung um intelectual de grande vulto. Em verdade, Jung

rompeu com o determinismo da mente num sentido estritamente ambiental e demonstrou que a evolução e a hereditariedade dão as linhas de ação para a psique, exatamente como o fazem para o corpo. [...] A mente do homem é pré-figurada pela evolução. Dessa maneira o indivíduo está preso ao passado, não somente ao passado de sua infância, mas também, o que é ainda mais importante, ao passado da espécie, e, antes disso, à longa cadeia da evolução orgânica. Esta colocação da psique dentro do processo evolutivo constituiu a suprema realização de Jung. (HALL e NORDBY, 1980, p.31).

Essa descoberta foi sendo mais bem abalizada em consequência de questionamentos feitos a partir do relato de sonhos de seus clientes, onde descobriu a existência de um núcleo normativo suprapessoal que exerceria uma *função diretora*. No relato de um sonho de uma cliente, Jung (1987) disse que, mesmo ela sendo crítica e agnóstica em termos religiosos, em seus sonhos aparecia a imagem divina que “correspondia à concepção arcaica de um *daimon da natureza*, talvez um Wotan.” (p.11). Nesse sonho em questão, não haveria outra coisa a não ser uma concepção primitiva, que se relacionaria a uma mentalidade arcaica. Essa ideia arcaica de Deus, por exemplo, indicaria que o inconsciente conteria “outras coisas além das aquisições e elementos

personais.” (p.12). Nada haveria de pessoal, “trata-se de uma imagem totalmente coletiva, cuja existência étnica há muito é conhecida.” (p. 13). Dessa maneira,

O inconsciente contém, não só os componentes de ordem pessoal, mas também impessoal, coletiva, sob a forma de categorias herdadas ou arquétipos. Já propus antes a hipótese de que o inconsciente, em seus níveis mais profundos, possui conteúdos coletivos em estado relativamente ativo; por isso o designei inconsciente coletivo. (JUNG, 1987, p. 13).

Há, portanto, uma relação indissociável entre a *psique pessoal* e a *psique coletiva*.

Jung (1987) afirmou que o indivíduo não é apenas uma pessoa separada e única, mas também um ser social e, dessa forma, a *psique* é algo ao mesmo tempo individual e social. Logo, na *psique coletiva*, estão reunidas todas as virtudes e todos os vícios da humanidade. Esse aspecto moral – bem e mal – é par de opostos que se inscrevem dentro da *psique coletiva*. Tal aspecto contraditório só fica evidente com o desenvolvimento pessoal da *psique* e é “quando a razão descobre a natureza irreconciliável dos opostos.” (p. 24). A partir daí o paraíso é perdido e a busca pelo bem e a repressão do mal imprime a marca do desenvolvimento da humanidade em busca do agregado social e o conseqüente desenvolvimento da personalidade. Dessa forma, o nirvana da *psique coletiva* chega ao fim. O mal precisa ficar guardado, alojado em um lugar seguro, seja este lugar a caverna do dragão, o reino dos mortos, o sagrado.

O *inconsciente coletivo* se distingue do *inconsciente individual* pelo fato de as experiências contidas naquele estarem para além do período de vida da pessoa. Entretanto, se alguém acreditar que essas experiências são um patrimônio seu, poderá lhe advir uma sobrecarga psíquica difícil de dominar. Portanto, é extremamente necessário distinguir quais sejam os conteúdos pessoais dos conteúdos da *psique coletiva*. Essa diferenciação nem sempre é fácil, já que o *inconsciente individual* resulta do coletivo, com o qual está intimamente ligado. Entretanto, como a *individuação* é uma

exigência psicológica fundamental que permite o desenvolvimento da personalidade, torna-se a saída possível para o não sufocamento pela força coercitiva do coletivo. Dessa maneira, muitas experiências são necessárias para haver a *individuação* de um grande número de aspectos do *inconsciente coletivo*, os quais se manifestam primordialmente através dos *arquétipos*.

2. Arquétipos ou Imagens Primordiais

Para Jung (1995), existe uma *psique* antiga que é a base da nossa mente individual. Essa *psique* arcaica é possuidora de diversos conteúdos, que foram denominados de *arquétipos*, os quais seriam “uma tendência instintiva, tão marcada como o impulso das aves para fazer seu ninho ou o das formigas para se organizarem em colônias.” (JUNG, 1995, p. 69). Jung distinguiu os *arquétipos* dos *instintos*. Estes se evidenciam através dos impulsos fisiológicos percebidos pelos sentidos e os *arquétipos* são a manifestação fantástica do instinto através de imagens simbólicas.

A sua origem não é conhecida; e eles se repetem em qualquer época e em qualquer lugar do mundo – mesmo onde não é possível explicar a sua transmissão por descendência direta ou por “fecundações cruzadas” resultantes da migração. (JUNG, 1995, p.69).

Os *arquétipos* são universais, ou seja, todos recebem como legado as mesmas imagens arquetípicas básicas. Por exemplo, cada criança em todo o mundo herda um *arquétipo* materno. Jung deu relevância a alguns arquétipos, como: *persona*, *anima* e *animus*, *sombra* e o *eu*. Neste artigo abordarei apenas *Anima* e *Animus*, tendo em vista sua relevância para o processo de *Integração das Polaridades com Arte*, que descreverei mais a frente.

Anima e Animus

Jung (1987) diz que o arquétipo *Anima* é o lado feminino da psique masculina e o arquétipo *Animus* compõe o lado masculino da psique feminina. Para ele, todas as pessoas têm tanto aspectos masculinos quanto femininos em sua *psique*. Tanto o homem quanto a mulher desenvolveram seu arquétipo *Anima* e *Animus* pelo relacionamento continuado com mulheres e com homens durante muitas gerações. Para que a personalidade fique bem ajustada é necessário um equilíbrio entre *Anima* e *Animus*, ou seja: o lado feminino da personalidade do homem e o lado masculino da personalidade da mulher devem poder ser expressos na consciência e nas atitudes.

Um bom exemplo da Anima como uma figura interior da psique masculina é encontrado nos feiticeiros e profetas (xamãs) dos esquimós e de outras tribos árticas. Alguns chegam mesmo a usar roupas femininas, ou seios desenhados nas roupas, de modo a evidenciar o seu interior feminino, que lhes vai permitir entrar em contato com “o país dos espíritos” (isto é, com o que chamamos inconsciente). (JUNG, 1995, p.177).

Na mulher, a parte compensadora é *Animus*, de caráter masculino. Para Jung (1987), esse aspecto se apresenta como um grupo, parecendo uma assembleia de pais ou autoridades a “formular vereditos incontestáveis” (p.83). Suas opiniões são sempre coletivas e negligenciam as pessoas e suas apreciações individuais. O *Animus* é uma espécie de acúmulo das experiências ancestrais da mulher em relação ao homem, possuindo um caráter fecundo, apto a produzir “germes criadores, capazes de fecundar o feminino do homem.” (p. 85). Caso a mulher seja tomada pelo seu Animus corre o risco de perder sua feminilidade, ou seja, sua *persona* adequadamente feminina. De certo modo, *Anima* e *Animus* podem ser consideradas polaridades complementares na vida psíquica das pessoas.

Basicamente, a dualidade humana está relacionada com a moral. Em relação à questão do bem e do mal, Jung constatou, através da análise dos sonhos de seus

clientes, a existência de várias imagens oníricas que retratavam esse conflito moral interno. Se no registro da consciência esse aspecto é conflitante, no inconsciente, por não haver um juízo moral, prevalece uma tendência ao equilíbrio. É como se o inconsciente dissesse: “Olha bem, os dois [o bem e o mal] necessitam-se mutuamente; pois mesmo no melhor e precisamente no melhor existe o germe do mal. E nada é tão mal que não possa produzir um bem.” (JUNG, 1987, p.59).

Este problema [o dos opostos], como sabemos, encontrou na filosofia taoista uma solução bem diversa dos pontos de vista que prevaleceram no Ocidente. As imagens mobilizadas pelo sonho são impessoais, coletivas, e correspondem à natureza impessoal dos problemas religiosos. Em contraste com a visão cristã, o sonho realça a relatividade do bem e do mal de um modo que lembra imediatamente o conhecido símbolo do Yang e do Yin. (JUNG, 1987, p. 57,58).

Os símbolos chineses taoista Yang e Yin aludem ao princípio da existência de duas forças que se complementam e que compõe tudo o que há no mundo. Do balanceamento energético entre elas nasce todo movimento e mutação. O Yang é o princípio ativo, diurno, luminoso, quente; já o Yin representa o princípio passivo, noturno, escuro, frio. No desenho desse símbolo, a metade branca representa o Yang, e a negra, o Ying. Entretanto, no interior de cada uma delas há um ponto (negro e branco), denotando que ambas têm, em si mesmas, o germe do princípio contrário.

Da mesma maneira que o símbolo taoista aponta para a existência dos contrários buscando um balanceamento, de igual modo o inconsciente visa a compensações e ao equilíbrio a partir das vivências e incursos da consciência. Ao fazer isso, vale-se de imagens, principalmente nos sonhos e, de forma exteriorizada, nas expressões plásticas.

Sua mentalidade [a do inconsciente] é de caráter instintivo, não tem funções diferenciadas, nem pensa segundo os moldes daquilo que entendemos por “pensar”. Ele somente cria uma imagem que responde à situação da consciência; esta imagem é tão impregnada de ideia como de sentimento e poderá ser tudo, menos o produto de uma reflexão racionalista. Seria mais certo considerarmos tal imagem como uma visão artística. (JUNG, 1987, p. 58).

Partindo-se da compreensão dos arquétipos *Anima* e *Animus*, pode-se estabelecer uma base para a compreensão de que o dinamismo psíquico é pautado por aspectos contraditórios em constante movimento em direção a um equilíbrio energético. Foi a partir dessa possibilidade de balanceamento dos aspectos contraditórios da psique que idealizei uma técnica que pudesse favorecer uma equilibração da *Anima* e do *Animus* a partir de projeções de imagens internas com os recursos da arte. Sobre essa técnica, discorrerei mais a frente.

A dualidade é condição para que haja crescimento e amadurecimento. Em razão de a personalidade ser plástica, é capaz de moldar-se a diversas realidades para se desenvolver. Nessa tarefa, o inconsciente do coletivo cria “imagens” com o intuito de possibilitar uma integração das partes díspares da *psique*. Uma dessas imagens coletivas criadas é o mito. Todo nosso legado mitológico é *psique coletiva* e não individual. Os mitos são construções imagéticas a partir de experiências coletivas que foram criadas para dar sentido a algo desconhecido, mas que faz parte de uma realidade subjetiva, inominável.

Dentre inúmeras narrativas míticas, existem várias que se referem ao dualismo psíquico. Como exemplo tem-se o mito de Caim e Abel (Gênesis 4:1-16) que faz alusão aos arquétipos junguianos *Anima* e *Animus*. O mito retrataria o assassinato de um desses arquétipos pelo outro. A morte de um deles faz com que o outro se torne errante e leve consigo uma profunda marca. Assim, a psique entra em processo de falência, o que ocasiona distúrbios no processo de desenvolvimento da personalidade.

Outro exemplo é a narrativa escrita por Ana Maria Machado (1996) e adaptada por Bruna Quinet Martins (2010). É um mito de criação dos iroqueses, povo indígena norte-americano. De igual modo, há nele um assassinato, como em Caim e Abel. Entretanto, a

narrativa encontra um modo de compensação para o desequilíbrio provocado pelo aniquilamento de um dos irmãos. Depois que o irmão Destro trai e mata o irmão Canhoto, volta para casa e encontra a avó furiosa. Discutem e no meio da discussão o Destro arranca a cabeça da avó, joga seu corpo no mar e a cabeça para o céu. E a avó Lua passa a zelar pelo país do neto preferido: porque o irmão Canhoto morreu e não morreu já que o seu corpo caiu em algum lugar lá embaixo da terra e continuou vivendo. Assim os homens convivem no reino do irmão Destro desde o nascer do sol até que se ponha. Mas assim que ele se põe o lugar se transforma e vira domínio do irmão Canhoto. Juntos, os dois irmãos ficam para sempre tomando conta de tudo. Cada um em seu mundo.

O mito acima traz a questão dos contrários através dos gêmeos: o Destro e o Canhoto. Mais uma vez percebe-se a própria condição ambivalente da espécie humana sendo exteriorizada. Inicialmente, enquanto crianças, podemos compreender a discórdia de ambos como estando atrelada ao sentimento oceânico de onipotência. Entretanto, basta crescerem para que tudo se modifique. Os aspectos conscientes assomam e trazem uma nova compreensão de mundo. Os caracteres contrários, que antes viviam em equilíbrio, quedam, almejando um soberano. Suponho que o lado mais consciente assumiu uma postura inflexível e rígida. Sob essa ótica, pode-se dizer que há em nós um irmão gêmeo, assombroso e obscuro. Alguém especular, que é nosso contrário, nosso lado “canhoto”, torto.

O irmão Destro, segundo Martins (2010), pode ser considerado o lado consciente extremamente identificado com a *persona*, com suas características morais estabelecidas socialmente bem como “com os aspectos idealizados de si mesmo” (p.87). Já o Canhoto retrata tudo o que há de ruim e instintual.

Ao se mesclarem começam a se descortinar um ao outro, equilibrando-se. No fim, o duelo cessa com um desfecho surpreendente: o irmão Destro é quem mente, engana e

mata o irmão Canhoto. O consciente absorveu os aspectos sombrios da psique, o ego se tornou mais plástico e se fortaleceu. A sombra, portadora de aspectos maus também oferta possibilidade de vida e renascimento. A derrota do Canhoto alude à abnegação de uma parte de si, das inclinações regressivas em prol de um novo tipo de unificação: a integração de suas oposições. Somente após isso é que uma pessoa pode se tornar inteira, qual seja o objetivo do processo de *individuação*.

Este segundo mito apresentado conduz à reflexão sobre os benefícios de se adquirir equilíbrio entre as partes contraditórias internas da psique humana. O efeito disso faz irromper uma nova personagem interior, mais íntegra para com as partes outrora dissidentes. Com isso em mente e tendo evidências provenientes de minha prática como psicólogo e arteterapeuta, nas quais esse aspecto contraditório manifestava-se repetidamente, idealizei um trabalho projetivo que trouxesse à tona as imagens internas relacionadas a cada um dos aspectos do masculino e do feminino: *Anima e Animus*.

Essa técnica ainda se encontra em processo de construção. Já fiz algumas modificações desde a primeira aplicação. Houve momentos em que necessitei decidir sobre como proceder diante de algumas situações peculiares e inéditas que surgiram durante a proposição artística. Isso fez com que se abrissem possibilidades de aperfeiçoamento dessa técnica que relato a seguir.

III. Integração das polaridades com Arte

Ao constatar inúmeras falas relacionadas ao aspecto contraditório da psique de meus clientes em atendimento psicológico e arteterapêutico, indaguei-me se seria possível materializar essa incongruência através de alguma “imagem”. Foi então que pensei fazer um experimento, utilizando como recurso a arte expressiva que, sendo uma

técnica projetiva, poderia revelar conteúdos mais inconscientes relacionados a essas partes dissonantes.

Decidi, assim, promover uma forma específica de expressão artística dos arquétipos *Anima* e *Animus*, podendo ser, também, identificados como o aspecto feminino (alusivo à passividade) e o aspecto masculino (alusivo à atividade). No entanto, pareceu-me sensato incluir uma atividade expressiva que viesse integralizar esses dois trabalhos a fim de possibilitar um diálogo entre ambos e observar o efeito disso.

Propiciar que um aspecto energético da psique se expresse através de uma linguagem não verbal possibilita que conteúdos do inconsciente saltem para o papel sem a mediação da censura do ego. Essa energia, chamada *libido*

nunca pode ser apreendida, senão numa forma determinada, isto é, ela é idêntica às imagens da fantasia. Só podemos libertar a libido do inconsciente, permitindo que afluam as imagens da fantasia que lhe correspondem. É por isso que [...] devemos dar ao inconsciente a ocasião de trazer suas fantasias à superfície. (JUNG, 1987, p. 91).

A expressão artística possui essa capacidade: a de fazer aflorar aspectos do inconsciente. O papel ou a tela deixam-se *psicografar* por falas primitivas que tanto advém de um *inconsciente pessoal* quanto *coletivo*. Essa duplicidade de inconscientes revela, ao mesmo tempo, um conflito de interesses bem como uma necessidade de cooperação mútua entre eles.

Basta saber que a alma humana é tanto individual quanto coletiva e que o seu crescimento só é possível se esses dois lados aparentemente contraditórios chegarem a uma cooperação natural. (JUNG, 1987, p. 144).

E sendo o inconsciente coletivo “uma imagem especular do mundo” e “um mundo de imagens” (idem, p. 151), pensei ser razoável oportunizar sua expressão através de

imagens, sem negligenciar a linguagem verbal, evidentemente. Desse modo, decidi que as polaridades fossem representadas através de um desenho e de uma pintura.

Pautado nas técnicas do desenho e da pintura, sistematizei o que nomeei de *Integração das Polaridades com Arte*. O procedimento é o seguinte: inicialmente disponibilizo a metade de uma folha de cartolina para que uma das polaridades seja representada e pergunto ao cliente qual polaridade escolhe executar em primeiro lugar. Se a dimensão passiva, alusiva à *Anima*, for a escolhida, a técnica é a do **desenho** e ofereço os seguintes materiais: pastel seco, giz de cera e lápis de cor. Caso a polaridade seja a ativa, relacionada ao *Animus*, a técnica é a **pintura** feita com o dedo ou pincel (ou ambos). Neste caso dou alguns potinhos de tinta nas cores primárias, secundárias e terciárias.

O estabelecimento dessa conduta: desenho para o arquétipo *Anima* e pintura para o arquétipo *Animus*, deu-se a partir da compreensão dos princípios ativos Yin e Yang contidos no símbolo taoista, que têm cada um em seu interior um ponto (negro e branco), denotando que ambos possuem, em si mesmos, o germe do princípio contrário. Assim, na polaridade passiva, o desenho seria o princípio ativador, pelo seu caráter definido e determinante, executável através de linhas e contornos, relacionado à dimensão do masculino. Caso a polaridade escolhida fosse a ativa, o princípio ativador seria a pintura, que, pelo seu caráter fluido, relaciona-se ao feminino.

Após o término de cada um dos trabalhos, conduzi um inventário sobre a obra feita, procurando descortinar e amplificar o sentido pessoal dado às formas, às cores, a alguns símbolos encontrados no desenho e na pintura. Dessa maneira, o cliente ia se dando conta daqueles conteúdos que, sem a mediação do ego, afloravam à consciência a partir das formas e cores surgidas na obra.

No terceiro momento, disponibilizo uma folha de cartolina (sem parti-la ao meio) e solicito à pessoa que, a partir do recorte dos dois trabalhos anteriores, monte e idealize um terceiro. Nesse momento, somente cola e tesoura são oferecidos. Informo a ele(a) também pode descartar partes dos dois trabalhos anteriores nesta nova criação, caso assim o queira. Com essa conduta, introduzi a possibilidade de a pessoa se defrontar com as perdas necessárias e o luto no processo de elaboração e integração. Concluída essa parte, converso sobre a nova ordenação, bem como sobre os recortes que foram abandonados na junção, já que “a criatividade artística se realiza a partir de um diálogo do artista com sua produção.” (PAÏN, 1996, p. 42).

Esse método de intervenção já foi aplicado, até o momento da finalização deste artigo, em 15 clientes em atendimento psicológico individual, em 20 pessoas em uma oficina na VII Semana de Psicologia Transpessoal em Natal/RN, em um grupo de 8 adolescentes em uma favela da cidade de Natal, em 10 participantes de terapia em grupo e em 2 clientes de estagiários sob minha supervisão no Centro Universitário do Rio Grande do Norte – UNI-RN. Os resultados obtidos a partir dessa aproximação integrativa dos arquétipos *Anima* e *Animus* têm sido muito significativos. Alguns dos colaboradores se encontram em processo de acompanhamento psicológico e arteterapêutico. Desse modo, foi possível registrar vários comentários sobre o trabalho após sua consecução, observando as mudanças comportamentais.

A seguir apresentarei um caso clínico e algumas considerações sobre ele a fim de dar mais esclarecimento sobre a técnica de *Integração das Polaridades com Arte*.

Maria (nome fictício), 53 anos, procurou terapia por algumas questões: perda significativa com elaboração de luto, distúrbio do sono e depressão. Durante o processo terapêutico, ficou mais bem delineada sua passividade para com os outros de seu convívio. Esse aspecto revelou-se mais proeminente nas situações que envolviam

dinheiro. Em inúmeras situações se colocava como responsável financeira, mesmo quando não havia demanda específica para isso. “Abria a carteira” muito *generosamente* para os familiares mais próximos e para outros sem tanta ligação afetiva. Esse aspecto não estava dissociado de outro: o *controle*. Enquanto se deixava persuadir pelos pedidos (explícitos ou não) de ajuda dessas pessoas, podia mantê-las sob seu controle – ainda que esse controle fosse interno, subjetivo. Se, exteriormente, assumia uma posição passiva, interiormente exercia uma pressão sobre si a fim de manter, sob controle, algum aspecto mais mobilizador. Desse modo, adotava uma postura ativa sobre si, fazendo recair sobre seu psiquismo o ônus dessa maneira passiva de ser, a qual se materializava pelos seus sintomas.

Ao constatarmos essa dinâmica interna, sugerimos que trabalhássemos com a técnica da *Integração das Polaridades com Arte*.

No dia da confecção de seu primeiro desenho, a escolha se deu de forma irruptiva. Chegou à sessão muito raivosa, “cuspiendo fogo”. Disse que não iria se sentar e, em pé mesmo começou a falar, gritar, praguejar, xingar. Movimentava-se de um lado para outro, pisava forte no chão. Após se acalmar, sugerimos que representasse a polaridade que já estava se manifestando através de sua “atuação”. Estava claro que era a ativa, representativa do *Animus*.

Foram disponibilizadas as tintas. A imagem (Figura 1) foi sendo construída a partir do vermelho, ao qual associou sua raiva. Essa cor apareceu concentrada na parte direita da obra, prosseguindo sob a forma de um contorno que quase se unia ao seu início. O desenho foi semelhante a um vacúolo celular, com algumas organelas coloridas: duas formas geométricas verdes (uma circular e outra retangular); sete formas amarelas; uma na cor azul; e, por último, o preto, circundando todo o corpo celular, deixando um espaço

aberto e um pequeno retângulo intermediando essa passagem. Do lado de fora, outro tanto de vermelho.



Figura 1

No inquérito sobre a pintura, Maria fez associações às cores, dizendo que o azul, simbolizava o espaço, o céu, a imensidão; o amarelo, o sol, a energia; o verde, a esperança. O vermelho era a sua raiva (havia bastante, e mostrei isso a ela) e uma parte dessa raiva estava do lado de dentro do vacúolo. Ela se surpreendeu ao constatar isso e reconheceu que chegara à sessão bastante irada e que após externalizá-la sentiu-se mais aliviada. A projeção na pintura revelou esse fato o qual Maria não havia se dado conta. Ela ainda comentou que era difícil deixar sua raiva sair por temer as consequências disso.

Um fato de grande significado ocorreu quando, em um momento do diálogo com a obra, Maria mudou o foco e comentou que solicitara ao marido uma opinião sobre certa decisão que precisava tomar. Perguntei-lhe se, com isso, estaria convidando o masculino (*Animus*) para opinar em sua vida. Entendi que essa fala, no momento da interlocução de seu *Anima*, trazia em si esse significado embutido.

Por último, Maria explicou o porquê do contorno preto. Ele servia de proteção para não sair o que estava dentro. Contudo, o pequeno espaço de saída existente, ainda que intermediado por um pequeno obstáculo, denotava haver um fluxo, muito pequeno, carecendo abrir-se mais para o mundo exterior.

O segundo trabalho, representação do arquétipo *Anima* (Figura 2) foi realizado de maneira bem espontânea e rápida. No diálogo, Maria identificou imediatamente uma vagina na parte central, mas não atribuiu nenhum significado às muitas espirais desenhadas. Disse haver uma abertura na parte inferior por onde entravam as setas azuis, como se fossem espermatozoides (haveria uma fecundação?). Observando o desenho, percebi que as cores utilizadas foram as mesmas utilizadas na pintura: vermelho, amarelo, verde, azul e preto. O azul e o vermelho também apareceram em um tom rosa (vermelho e branco) e azul escuro (azul e preto).

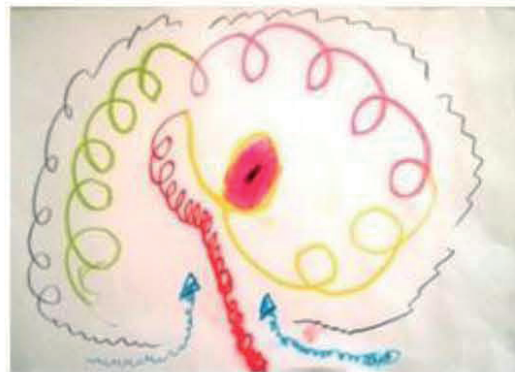


Figura 2

O aparecimento de uma vagina nessa polaridade pode denotar tanto a abertura para o mundo quanto uma passagem de um lugar (interno) para outro (externo). É como a abertura de uma caverna que interliga ambientes. No desenho apareceu uma vagina e outra fenda por onde as setas entram – seriam duas vaginas? Maria identificou a forma espiralada vermelha que escapa para fora do papel como sendo parecida com o fluxo menstrual. Esse fluxo, vermelho, representaria o trânsito de sua raiva, assim como àquela visível na polaridade ativa?

Durante a *Integração*, feita através dos recortes dos dois trabalhos anteriores, Maria conversava enquanto colava as partes. Em determinado momento colou “sua vagina” em cima da grande raiva contida na pintura feita anteriormente (Figura 3). Abriu,

com a tesoura, uma passagem no contorno preto e vermelho e colou parte da espiral verde, penetrando no vacúolo. Na abertura já existente, na qual havia uma pequena barreira, ela colou a espiral vermelha (que estava junta com as setas azuis), acrescentando na ponta a parte recortada do contorno preto e vermelho. Durante o inquérito, Maria achou essa parte parecida com um pênis e tratou de colocar uma “barreira” para proteger sua vagina. “Agora, com esse papelzinho, ela está protegida. Eu abro ela quando quiser, quando tiver desejo.”. Nesse momento relata a experiência de, algumas vezes, manter relações sexuais com seu marido sem ter vontade e afirma que não mais iria fazer isso consigo. Mostrou outra vez a barreira que erigiu, abaixando e levantando enquanto dizia: “Agora só quando eu quiser.”.



Figura 3

Foi significativa a forma que Maria deu ao recorte de parte da espiral rosa, a qual se tornou muito semelhante aos ovários, sendo colada logo abaixo da vagina. Esse conjunto de imagens, nessa configuração, apontou nitidamente para uma relação sexual. Seria um indício de fecundação da *Anima* pelo *Animus*, para nascer um novo modo de relação entre ambos, tal qual aludem o mito dos “dois gêmeos”? Em razão da frequência de uma cena sexual aparecer na maioria dos trabalhos feitos, sou levado a pensar que



sim. Caso, de fato, isso ocorra, estamos diante de uma técnica que poderá ajudar as pessoas em seu processo de *individuação*.

IV. Considerações finais

A partir dos Arquétipos *Anima* e *Animus*, pode-se compreender o que há de masculino e de feminino em homens e mulheres. Esses aspectos herdados pela cultura humana quando encontram equilíbrio conduz ao processo que Jung chamou de *individuação*. Nessa perspectiva, a técnica de *Integração das Polaridades com Arte* pode produzir um movimento que vise uma espécie de conciliação entre *Anima* e *Animus*.

Durante a consecução desse trabalho de integração com Arte, um tema recorrente foi o sexual relacionado à fecundação. Imagens de pênis, vagina, espermatozoide, óvulo e útero apareceram em 54% dos trabalhos, sempre acompanhados de comentários sobre uma relação sexual. Já no momento da execução do recorte e colagem, nenhuma dessas imagens foi descartada.

Com isso, penso ser de algum modo importante para o processo integrativo e de equilíbrio a ocorrência de desenhos que acenem para um processo reprodutivo. Provavelmente reprodução de novas maneiras de se relacionarem *Anima* e *Animus*. A partir da junção (cópula) desses aspectos na colagem dos recortes, surge a possibilidade de se compreender uma fecundação metafórica e, conseqüentemente, um processo gestacional da *psique*.

Outro fato curioso foi o descarte. Este procedimento se revestiu de extrema importância, tendo em vista ser disponibilizada a oportunidade de, simbolicamente, algo ser deixado: algum aspecto psicológico, uma ideia, um comportamento, alguém. A fim de que fosse compreendido aquilo que se estava abandonando, foi estimulado um diálogo de despedida, no qual se podia reconhecer as partes descartadas como importantes durante



certo período de tempo, mas que agora elas precisavam partir para dar lugar a novas formas, modelos, padrões.

Ao reunir todos os 55 trabalhos, observei que algumas imagens se repetiam. A mais recorrente delas foi o círculo, que apareceu em 85% das produções, sendo que apenas 15% deles não foram transportados para o terceiro trabalho, que era o da colagem dos dois anteriores. O círculo é um símbolo universal com inúmeros significados, dentre os quais: noções de totalidade, inteireza, perfeição, o *Self*, o infinito, a eternidade. Sua incidência pode denotar a busca pela totalidade. Desse modo, pode-se pensar que as projeções inconscientes que chegam ao papel sob uma forma circular trazem tanto um desejo de equilíbrio quanto um movimento cíclico em direção a ele.

Penso que essa técnica de *Integração das Polaridades com Arte* seja apenas um impulso, dentre vários. Um movimento que pode gerar outros, agregando novas descobertas e mudanças. Quem sabe com materiais diferentes, formas distintas ou construções variadas. Por enquanto, gostaria de observar mais detidamente esse movimento da alma. Essa necessidade humana de integrar partes dissonantes para resistir às mudanças intermináveis que fazemos em nossa vida humana. Se a arte expressiva pode ajudar nessa tarefa, e acredito que sim, possuímos um recurso esplêndido!

Data de recebimento: 11 de setembro de 2013.

Data de aceite: 23 de janeiro de 2014.

Referências

BÍBLIA SAGRADA. Rio de Janeiro: Imprensa Bíblica Brasileira, 1974.

HALL, Calvin S. & NORDBY, Vernon J. **Introdução à psicologia Jungiana**. São Paulo: Cultrix, 1980.

JUNG, C. G. **O eu e o inconsciente**. Petrópolis: Vozes, 1987.



JUNG, C. G. **O homem e seus símbolos**. Rio de Janeiro: Ed. Nova Fronteira, 1995.

MACHADO, A. M. **Os dois gêmeos**. São Paulo: Ática, 1996.

MARTINS, B. Q. Os dois gêmeos: o jogo dos opostos na criação do mundo dos Iroqueses. In: Diniz, Lúcia (org.). **Mitos e Arquétipos na arteterapia: os rituais para se alcançar o inconsciente**. Rio de Janeiro: Wak editora, 2010.

MANNONI, M. [et al]. **As identificações na clínica e na teoria psicanalítica**. Rio de Janeiro: Relume-Dumará, 1994.

PAÍM, S. e JARREAU, G. **Teoria e técnica da arte-terapia: a compreensão do sujeito**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1996.