

# EU SONHADORA: REFLEXÕES SOBRE UMA EXPERIÊNCIA DE EXPANSÃO ARTÍSTICA E IMAGINAÇÃO ATIVA

Marcia Xavier Bandeira<sup>1</sup>  
Antônio Pereira Rabelo<sup>2</sup>

## RESUMO

O presente artigo tem por objetivo analisar um sonho selecionado de uma coleção original de cinquenta exemplares oníricos. No processo, utilizam-se técnicas de expansão artística, imaginação ativa e compreensão intelectual, sendo que a Grande Mãe e a Criança revelam-se como as forças arquetípicas predominantes. As experiências e as reflexões apontam para um diálogo criativo e transformador entre conteúdos conscientes e inconscientes e testemunham a expansão onírica como possível geradora de função transcendente.

**Palavras-chave:** Sonho. Expansão artística. Imaginação ativa. Arquétipo. Função transcendente.

## ABSTRACT

This article aims to analyze one dream selected from an original collection of fifty oneiric examples. In the process, techniques of artistic expansion, active imagination and intellectual understanding are used, and the Great Mother and Child reveal themselves as the predominant archetypal forces. The experiences and reflections point to a creative and transformative dialogue between conscious and unconscious contents and demonstrate the oneiric expansion as a possible generator of transcendent function.

**Keywords:** Dream. Artistic expansion. Active imagination. Archetype. transcendent function.

---

<sup>1</sup> Designer Gráfica, Artista Plástica, Facilitadora de Arteterapia pelo Método I.am.I de Pintura Espontânea, Pós-graduanda do Curso de Psicologia Transpessoal, Abordagem Integrativa Transpessoal, da ALUBRAT pela Faculdade Vicentina. [olhardamarcia@gmail.com].

<sup>2</sup> Psicólogo (UnB), mestre em Psicologia Clínica e Cultura pela UnB, especialista em Psicologia Clínica de Orientação Junguiana pelo Instituto Junguiano de Brasília, vinculado à *International Association for Analytical Psychology*. [antonio.rabelo256@gmail.com].

## INTRODUÇÃO

O presente trabalho tem por objetivo analisar um conjunto de sonhos da autora, revelados durante o ano de 2015. Nesse período, foram gravados e transcritos 50 sonhos e elaboradas 50 expansões imagéticas com colagens artísticas feitas com estampas de livros e revistas selecionados a priori. As expansões foram realizadas, precedidas por técnicas de expansão de consciência, tais como exercícios de respiração, relaxamento e meditação. O trabalho artístico não teve por objetivo ilustrar literalmente os sonhos; ao contrário, buscou ampliar janelas de percepção e significado.

Durante o ano de 2016, iniciou-se a apreciação objetiva da coletânea, ocasião em que os sonhos foram catalogados e analisados cronologicamente. Ao organizar os cinquenta sonhos por verbete, emergiram dois temas que guiaram todo o processo de elaboração psíquica: O arquétipo da Grande Mãe e o Arquétipo da Criança.

Após a sistematização da coleção, iniciou-se a experiência de imaginação ativa. Mais uma vez, em estado de consciência expandida, a sonhadora permitiu que se aprofundasse um diálogo entre o consciente e o inconsciente.

Posteriormente ao processo intuitivo, passou-se à etapa de compreensão intelectual: experiências análogas foram justapostas, buscou-se correlações teóricas e reuniu-se referências nas áreas da Psicologia Junguiana e da Psicologia Transpessoal.

É relevante assinalar que todo o processo de pesquisa decorreu de forma alquímica, como em uma projeção especular à produção onírica. A razão, a emoção, a intuição e as sensações caminharam juntas no sentido de construir um canal para dar voz a um anseio interno de expressão.

A hipótese inicial cogitava sobre a relevância dos sonhos e das respectivas técnicas de expansão artística e imaginação ativa como ferramentas efetivas no processo de autoconhecimento e autocura. A atual experiência não só confirmou a hipótese como tornou evidente que a aproximação entre conteúdos conscientes e inconscientes promove uma permeabilidade produtiva e criativa, produz expansão de consciência e estimula a função transcendente, ou seja, afasta-nos momentaneamente da dualidade de opostos e propicia a geração de um terceiro elemento, uno e transformador.

Para a concepção do atual artigo, foi selecionado 1 (um) sonho, uma expansão artística e uma imaginação ativa.

Neste artigo, adotamos o olhar da pesquisa participante, pois o material em análise é produto da criatividade e do inconsciente da própria autora. Registre-se que muitos autores em Ciência utilizaram material próprio como elemento de análise, a exemplo de: Freud (1935), quando fez a interpretação de um sonho seu, sonho da injeção de Irma, com o intuito de convalidar sua hipótese científica de que o sonho tinha relação com os desejos humanos; Jung (1971) quando analisa um sonho seu com uma paciente, mostrando aspectos do manejo clínico e da técnica de interpretação de sonhos; e Winnicott (2000), no texto *O ódio na contratransferência*, em que analisa seus próprios sentimentos, em processo psicoterapêutico, como objeto a ser investigado cientificamente.

## 1 OS ARQUÉTIPOS

A partir da ideia de padrões de comportamento (*pattern of behaviour*), de ideias elementares e de ideias inatas, Jung (2002) concebe o conceito de arquétipo como um conjunto de experiências vitais inatas e que, portanto, não são produtos de repressão psíquica do inconsciente pessoal do indivíduo. Essas experiências são esboços que, ao longo da existência, são preenchidas pelo viver e, como consequência, catalisam o processo de individuação, processo esse responsável por transformar o sujeito em um ente singular.

Jung, em seus estudos, objetivou obter uma ampla visão da psique e apreendê-la como um todo. À medida que ele penetrava mais profundamente nas fontes do material inconsciente, principalmente nos sonhos e fantasias, foi levado a teorizar sobre estruturas gerais da mente humana. A camada mais profunda da psique Jung denominou inconsciente coletivo e concebeu seu conteúdo como uma combinação de padrões e forças universalmente predominantes, chamadas arquétipos (Stein, 2000).

Os arquétipos estão presentes nos rituais, mitos, símbolos, sonhos, fantasias e nas realizações criativas do homem desde o início dos tempos. É importante ressaltar que, para Jung (2008) o inconsciente coletivo é a fonte do processo criativo, uma espécie de repositório vivo das experiências humanas.

Os arquétipos não estão isolados uns dos outros no inconsciente; ao contrário, encontram-se num estado de contaminação, de completa interpenetração e fusão recíproca. A contaminação é tanto maior quanto mais fraca é a capacidade de diferenciação da consciência, e tal contaminação vai diminuindo na medida em que a consciência se desenvolve. Jung, em seus últimos estudos, propôs para o arquétipo um conceito estrutural de presença eterna (Jacobi, 2013).

### **1.1 O Arquétipo da Grande Mãe**

Jung propõe que as representações mais características do feminino maternal são a mãe, a avó, a madrasta, a sogra ou a ama de leite. Em um sentido mais amplo, temos Maria, a mãe de Deus, a Igreja, a terra, a matéria, o mundo subterrâneo, a lua, a mata, o poço profundo. Mais especificamente, temos o útero, as formas ocas, o forno, o caldeirão, o vaso e o túmulo. Assim como em todos os arquétipos, a Grande Mãe também expressa aspectos duais como o acolhimento, o cuidado, a sabedoria e o suporte, mas, ao mesmo tempo, o terror e a obscuridade (Jung, 1969).

Segundo Jung, os símbolos são como figuras de linguagem (Jacobi, 2013). O homem ancestral, assim como a criança, percebe o mundo mitologicamente, projetando as imagens arquetípicas. A criança, por exemplo, vivencia o arquétipo da Grande Mãe, primeiramente, em sua própria mãe, ou seja, a realidade de um Feminino numinoso e onipotente do qual essa criança é completamente dependente, e não a realidade objetiva e pessoal dessa mãe, aquela que surgirá somente mais tarde para essa criança quando ela tiver desenvolvido seu ego e sua consciência. (Neumann, 1974).

Segundo Neumann (1974), vinculados ao arquétipo da Grande Mãe, distinguem-se dois tipos de caráter do Feminino: o elementar e o transformador.

O elementar é a base para o lado conservador, estável e imutável que demonstra a tendência de conter para si aquilo a que deu origem. O caráter elementar manifesta-se positivamente no sentido de prover alimento, proteção e calor. Em sua forma negativa, impõe repúdio e privação. (Neumann, 1974)

Para esse autor, o caráter de transformação do Feminino enfatiza o elemento dinâmico da psique que coloca em movimento algo que já existe. Os dois tipos de

caráter não se excluem; ao contrário, eles se integram e interligam sob múltiplas formas. Porém, na maioria das vezes, observa-se a predominância de um deles.

Ainda que o caráter elementar e o de transformação sejam vivenciados na projeção como uma qualidade do mundo, surgem, sobretudo, como qualidade psíquica, precisamente do Feminino. A mulher vivencia o seu caráter de transformação de forma natural e irrefletida durante a gravidez, na sua relação com o crescimento de bebê, e no próprio parto. A mulher é o órgão e o instrumento de transformação, tanto da sua própria estrutura como do infantil, dentro e fora de si. (Neumann, 1974)

O homem vivencia esse lado do Feminino direta e indiretamente como provocante, como uma força que o coloca em movimento e que o impele a uma transformação. Segundo Jung (1925), cada homem sempre carregou dentro de si a imagem da mulher, não a imagem de alguma mulher, mas uma imagem feminina definitiva. Jung referiu-se a Anima como uma figura arquetípica da psique, situando-se além das forças que moldam e dão forma à consciência dos indivíduos, como família, sociedade, cultura e tradição. (Stein, 2000)

A inspiração ativa e a força auxiliadora do Feminino que presidem o novo que está por nascer são expoentes do caráter de transformação, o qual alcança sua forma mais pura na figura da Anima. A imagem da alma que o homem descobre no Feminino é a própria feminilidade daquele homem. (Neumann, 1974)

## **1.2 O Arquétipo da Criança**

Os sonhos estão povoados de arquétipos e, dentre eles, figura o da criança.

Segundo Jung (1999), a manifestação mais clara e significativa do motivo da criança dá-se no processo da maturação da personalidade, denominada por ele de processo de individuação. Trata-se de processos pré-conscientes, os quais passam diretamente para a consciência, pouco a pouco, sob a forma de fantasias, ou se tornam conscientes através dos sonhos.

Ao analisar múltiplos sonhos, Jung (2011) percebeu que o motivo da criança assume várias formas: pedra preciosa, pérola, flor, vaso, ovo dourado, quaternidade, esfera ou o ponto central de uma mandala. Pode apresentar-se também como filho ou filha, recém-nascido, jovem ou uma virgem.

Jung também observou algumas características especiais do arquétipo da criança: futuridade, invencibilidade, heroísmo, divindade, abandono, incongruência, começo e fim. Além disso, relacionou o motivo da criança com o pensamento arcaico mítico e com o arquétipo da Mãe. (Hillman, 1981)

O motivo da criança representa o aspecto pré-consciente da infância da alma coletiva. Na individuação, a criança antecipa a síntese dos elementos conscientes e inconscientes da personalidade. É, portanto, um símbolo de unificação dos opostos, um mediador, um propiciador de completitude. (Jung, 1999)

Segundo Jung (1999), o abandono da criança significa, por um lado, um início insignificante e, por outro, o nascimento miraculoso. A emergência do novo conteúdo psíquico se dá por meio de uma explosão de criatividade. Da colisão entre esses opostos, a psique inconsciente cria uma terceira instância irracional. Esse é o caráter numinoso da criança.

O arquétipo da criança é a prefiguração de toda mudança que ocorre profundamente dentro de nós (Hillmann, 1981). Esse novo caminho pode dissolver as leis da vida no tempo e no espaço e trazer de volta o mito do Paraíso Perdido, antes do bem e do mal. (Campbell, 1959).

### **1.3 A Criança Abandonada**

A criança abandonada está nos sonhos: pode se apresentar como nós mesmos, um filho nosso ou uma criança desconhecida, negligenciada, que chora, que passa por perigos ou necessidades. Mesmo abandonada, podemos ouvi-la. A criança não é um vestígio, mas um sistema em funcionamento e um sacramento, algo que existe sempre no agora. Continuamente tenta-se purificar a infância da psique, seu começo e suas reminiscências e retira-se da alma a sua possibilidade imaginal múltipla. Com isso, impede-se a criança de cumprir sua função, que é a de alterar. Tenta-se corrigir a criança em vez de deixá-la nos corrigir. (Hillman, 1981)

Por muitas vezes a criança abandonada é chamada de volta. Emoções fortes, fantasias de novidades, paixões repentinas, doenças e depressões podem ser consteladas por esse arquétipo que, quando se apresenta, traz petulância, teimosia, inadequação e lágrimas. A criança fica escondida na solidão das cavernas, em lugares inacessíveis, onde se sente incapaz de amar e é obrigada a reprimir e aceitar. Segundo Hillman (1981) tende-se a voltar a esses lugares obscuros mesmo

quando, antes ou depois, se tenha entrado em contato com a criança e, aparentemente, mudanças tenham ocorrido.

A criança é uma das faces de Deus, para sempre criança. Se pensarmos que ela nunca cresce, chegaremos à conclusão de que seu abandono e sua necessidade de resgate são estados contínuos. Segundo Hillman (1981), não há como alcançar a independência, mas existe a possibilidade de integração dessas contingências à personalidade amadurecida e plena.

## **2 OS SONHOS**

Segundo Jung (1964), os sonhos compõem o campo mais fecundo e acessível de exploração da simbolização para o ser humano. No sonho, as dimensões de espaço e tempo são diferentes e não há caráter moral, ou seja, não se pretende dizer ao sonhador se ele está certo ou errado em relação a algo. Os sonhos tentam, simplesmente, contrabalançar a natureza desequilibrada da consciência.

Krippner (1990) propõe que olhemos para a relação entre consciência e inconsciência não como uma polaridade, mas como uma transferência contínua entre figura e fundo. Segundo Jung (1969), todo tipo de material subliminar acessado pela psique pode ser matéria-prima para a produção espontânea de símbolos dos nossos sonhos. Esse material pode consistir de urgências, impulsos, intenções, percepções, intuições, pensamentos racionais e irracionais, conclusões, induções, deduções, premissas e emoções. Qualquer um desses elementos é capaz de se tornar parcial, temporária ou definitivamente inconsciente.

Talvez o caminho seja não somente interpretar os sonhos, mas deixar que o sonho tome conta do sonhador, tentando entrar em outro estado de percepção, em que o sonho comece a transmitir a sua própria mensagem (Krippner, 1990).

### **2.1 A Função dos Sonhos**

As imagens oníricas, para Jung (1969), constituem uma ponte pela qual transmitimos conscientemente os nossos pensamentos para uma forma de expressão mais primitiva e emocional. Essas associações constituem o elo entre o mundo racional da consciência e o mundo do instinto. Segundo o mesmo autor, a função geral dos sonhos é tentar restabelecer a balança psicológica, produzindo um

material onírico que reconstitua o equilíbrio psíquico total. Na constituição psíquica, é chamada de função complementar ou compensatória dos sonhos.

Para Krippner (1990), a função principal dos sonhos consiste em harmonizar o ego consciente com suas forças mais intrínsecas, desenvolvendo uma consciência mais profunda das próprias intuições, sentimentos e imagens interiores.

Hillman (1979), por sua vez, propõe a psicodinâmica dos sonhos não como processos físicos, mas como contos míticos, como genealogias, como viagens e lutas e tréguas, como intervenções dos Deuses.

Sonhos podem revelar desejos, medos ou, algumas vezes, prever certas situações. Não é nenhum milagre, nem uma forma de previsão; o fato é que as crises têm um longo caminho inconsciente antes de virem à tona. Às vezes, caminhamos sem perceber os desequilíbrios que se acumulam; entretanto, aquilo que deixamos de ver é captado pelo nosso inconsciente, que pode, por sua vez, transmitir a informação através dos sonhos.

Um dos estímulos de busca por autoconhecimento pode ser justamente essa crise. A transição de um mito pessoal antigo e disfuncional para um novo mito pode trazer sofrimento e ameaça; todavia, essa ferida da psique pode nos colocar em contato com uma história mais abrangente de nós mesmos. A ferida pode tornar-se sagrada quando há disposição para se libertar das antigas histórias que enclausuram e, assim, gerar abertura para o novo, o que pode vir a ser libertador. (Krippner, 1988).

Segundo Jung (1969), o equilíbrio mental depende da interligação equilibrada entre consciência e inconsciência; se essas duas linhas paralelas se separam ou se dissociam, surgem distúrbios psicológicos. Nesse particular, os símbolos oníricos são mensageiros fundamentais da parte instintiva da mente para a sua parte racional. Sua interpretação enriquece e expande a nossa limitada consciência, fazendo-a compreender novamente a esquecida linguagem dos instintos.

## **2.2 Análise e Expansão de Sonhos**

Segundo Jung (1969), para analisar os sonhos é fundamental aprender tudo sobre símbolos e, ao mesmo tempo, no momento da análise, esquecer todos esses pressupostos. É de enorme importância terapêutica captar a mensagem particular do sonho com a maior exatidão possível, explorar o seu conteúdo em detalhes e



impedir ao máximo o fluxo das próprias associações e reações, para não contaminar o fluxo livre e pessoal do sonhador.

Toda vez que quebramos conceitos e sonhos de forma analítica, dividimos realidades unitárias em pedaços e, conseqüentemente, diminuimos sua força transformadora (Krippner, 1990). O indivíduo é a única realidade. (Jung, 1969)

Ao trabalhar com sonhos, uma das propostas interessantes é lidar diretamente com a totalidade de cada sonho, único em si mesmo e específico para o sonhador individual, que representa a culminação da vida do sonhador até o momento do sonho. Essa abordagem permite ver o sonho como um processo pleno, ou seja, como parte de um organismo pleno. (Krippner, 1990)

Segundo o mesmo autor, podemos trabalhar os sonhos em quatro níveis inter-relacionados: contextual, pessoal, transpessoal e holístico. O nível contextual é o campo onde se representa a ação onírica. Já o nível pessoal seria o campo das associações pessoais com o processo ou com a história do sonho. O nível transpessoal, por sua vez, reflete o modo pelo qual todo o organismo do sonhador está sintonizado à dimensão arquetípica da experiência. Por fim, o nível holístico engloba todos os três níveis anteriores, chegando a uma experiência viva, quando o sonhador encontra-se completamente unido ao processo.

### **2.3 Sonhos e Arquétipos**

Segundo Jung (1971), a experiência do arquétipo, que pode acontecer em sonhos, é uma espécie de experiência primordial do não-eu da alma, de um confronto interior. Essas imagens se formaram a partir do sofrimento e da alegria dos antepassados e querem voltar de novo à vida em forma de experiência e ação. Todavia, tais imagens não podem ser traduzidas imediatamente para o nosso mundo por causa de sua oposição à consciência; é preciso achar um caminho intermediário conciliatório entre a realidade consciente e a inconsciente.

Os sonhos e os arquétipos têm a capacidade de unir imagens e emoção, e, por esse motivo, atribuem uma energia muito grande a fatos que talvez passassem despercebidos de outra maneira. Os sonhos podem trazer mensagens e pistas por fazerem a ponte entre o passado e o futuro da humanidade. Diante de um mundo dissociado, em que nos afastamos do sagrado, os sonhos podem ser uma

oportunidade de aproximação da mente primitiva e, conseqüentemente, o resgate e equilíbrio individual e coletivo. (Jung, 1971)

Quando entramos em contato com os fragmentos oníricos, adquirimos a possibilidade de ativar nossa história antropológica. Jung (1971) denomina isso de função transcendente, pois equivale à evolução progressiva para uma nova atitude.

Segundo Campbell (1990), criamos sem cessar uma história interior para explicar o passado, compreender o presente e antecipar o futuro. Essa história cria o sentido de quem se é. No passado, a possibilidade de habitar o mundo interior com vontade e consciência de si era reservada apenas aos sábios, aos xamãs e aos profetas. Hoje, existe a possibilidade de empreender a jornada interior por intermédio das capacidades racionais para refletir sobre o milagre da mitologia pessoal em evolução. (Krippner, 1990)

## **2.4 Os sonhos do mundo**

Segundo Campbell (2014), os mitos são os sonhos arquetípicos do mundo que lidam com os magnos problemas humanos. Os mitos nos ensinam como reagir diante de certas crises de decepção ou sucesso, nos dizem onde estamos e nos guiam rumo a nós mesmos.

De acordo com Hillman (2011), na Grécia, os pacientes iam aos templos para encontrar cura por meio dos sonhos. Eles incubavam por um período de tempo, devotando-se a um chocar focado e a procedimentos corretos de forma a serem abençoados por sonhos benéficos. Segundo Jung, os sonhos não só revelam a causa básica da desarmonia interior e da angústia emocional como também indicam o potencial de vida latente do indivíduo, apresentando soluções criativas para os problemas diários e ideias inspiradas para o potencial criativo de cada um. (Franz, 1988)

A nossa vida onírica cria uma espiral sinuosa na qual temas aparecem, desvanecem-se e tornam a aparecer. Se acompanharmos essa trajetória durante um longo período, perceberemos a ação de uma espécie de tendência reguladora ou direcional oculta, gerando um processo lento e imperceptível de crescimento psíquico – o processo de individuação. O centro organizador de onde emana essa ação reguladora foi denominado por Jung de *self*. (Franz, 2008).

Os sonhos falam, por um lado, das relações entre as condições permanentes, no interior da própria psique e, por outro, das condições particulares da vida, no momento. Os sonhos são uma fonte inexaurível de informação espiritual sobre cada um de nós (Campbell, 1990).

### **3 EU SONHADORA**

Para esse artigo, foi selecionado um exemplar de uma coleção de 50 sonhos ocorridos no ano de 2015. Essa escolha foi embasada na proposição de Krippner de que cada sonho pode ser único e pleno de conteúdos e significados em si mesmo (Krippner, 1990). O processo de expansão artística consistiu na leitura de cada sonho; a partir daí, as expansões foram feitas com recorte e colagem de imagens, retiradas sempre de uma mesma coleção de livros e revistas.

É importante mencionar que as imagens não foram escolhidas racionalmente e tampouco houve a intenção de ilustrar literalmente os sonhos. As imagens constituem a maneira mais aproximada de representar os conteúdos oníricos por sua capacidade de conter em si vários significados latentes.

No momento em si da expansão, afloram novos sentimentos e *insights* e ocorre o tecer de uma rede que propicia a expansão de consciência. Cada vez que entrecruzamos conteúdos oníricos com referências de realidade, cada vez que falamos sobre sonhos, dançamos, meditamos, pintamos, imaginamos e sentimos um sonho, criamos e ampliamos uma ponte entre os mundos consciente e inconsciente. Com essa aproximação, cria-se uma intimidade e inicia-se um aprendizado da linguagem onírica. Mensagens que inicialmente pareciam completamente cifradas começam a fazer sentido quando apreciadas em um conjunto progressivo. Consegue-se perceber uma espiral de sonhos, um roteiro e uma evolução psíquica. Os sonhos trazem todas as perguntas e, igualmente, todas as respostas para as questões da alma.

A partir de janeiro de 2016, a sonhadora começou a sistematizar a coleção onírica. Os sonhos foram catalogados e analisados cronologicamente. Ao organizar os cinquenta sonhos por verbetes, surgiram dois temas mais frequentes:

1. A Criança – presente em dezesseis dos cinquenta sonhos;
2. A Mãe – presente em dezessete dos cinquenta sonhos;

Após a sistematização, iniciou-se a experiência da Imaginação Ativa. Mais uma vez a sonhadora leu cada sonho em estado de expansão de consciência induzida por relaxamento, respiração e músicas meditativas; olhou para cada colagem atentamente e deixou outras imagens, emoções, *insights* e memórias virem intuitivamente à sua mente. Saldanha (2008) observa que estaremos mais receptivos a acolher, perceber, sentir e intuir os conteúdos do nível supraconsciente quando em estado de consciência ampliada.

A imaginação ativa é uma técnica que foi utilizada pelos alquimistas e mais tarde revista e muito utilizada também por Jung. Segundo Saldanha (2008), os conceitos da imaginação ativa também foram incorporados e são amplamente utilizados pela Psicologia Transpessoal. Essa técnica possibilita ao inconsciente desenvolver imagens mentais, aparentemente aleatórias, mas que estão sendo criadas e contornadas pelas motivações mais profundas dos diferentes níveis do próprio indivíduo.

Na imaginação ativa há uma interação com os conteúdos do inconsciente através de sua personificação. Não se trata de uma interpretação intelectual, mas sim, uma abordagem emocional e intuitiva, um confronto com as questões que nos chegam a partir do olhar interno. Jung (1990) propõe que a imaginação ativa seja a melhor maneira de se ativar a função transcendente, que envolve uma espécie de síntese das funções da consciência, um encontro e grande interação com self.

De acordo com Jung (2000), quando a consciência é confrontada com os produtos do inconsciente, produz-se uma reação que pode ir em direção à formulação criativa. Os materiais obtidos multiplicam-se e potencializam-se, resultando numa espécie de condensação dos motivos em novos símbolos e significados.

A função transcendente constitui-se em um complemento valioso do tratamento psicoterapêutico, além de oferecer ao paciente a inestimável vantagem de poder contribuir, por seus próprios meios, no seu processo de cura. Trata-se de uma maneira de se libertar pelo próprio esforço e encontrar a coragem de aproximar-se de si mesmo. (Jung, 2000)

### 3.1.1 A Mãe Adormecida



Figura 1 – expansão artística do sonho “A mãe adormecida”

### 3.1.2 Sonho de 6 de dezembro de 2015

Eu sou uma senhora de mais ou menos sessenta anos e estou com muita raiva. Eu chego a uma casa e venho para acertar contas. Há uma **criança** menina dentro dessa casa. A casa toda explode: voa o telhado, caem as paredes, cai o muro. Eu sou a responsável pela explosão. Há uma caminhonete nova, vermelha, estacionada em frente à casa. Com a explosão, parte da caminhonete também voa e é estilhaçada. Há algo dentro da casa que precisa ser resgatado. Depois da explosão, começo a subir e descer lentamente um morro. Separo o lixo, arrumo e limpo, subo e desço várias vezes. Não tenho mais para onde ir, a não ser voltar para a casa dos meus pais. Chego a meu quarto de infância e vejo minha **mãe** deitada, dormindo na minha antiga cama. Eu, **criança**, fico em pé, olhando para ela e sinto que não tenho mais para onde ir.

### 3.1.3 Imaginação ativa

Na expansão imagética, há uma mulher deitada, amarrada por cordas em uma cama com dossel. Mesmo amarrada, ela faz pose, como se estivesse pronta a ser resgatada por um príncipe. No centro da colagem há uma madona, uma rainha sensual, uma mulher bela, completamente ornamentada, plena e poderosa. Por trás dela, há dois rostos femininos, um claro e o outro escuro, de onde nasce uma nova menina, a criança divina, que cheira uma flor e absorve profundamente o seu aroma. À direita da madona, há vários porta-retratos com imagens antigas de infância. No alto, uma jovem de porcelana, nua e voltada para si mesma, observa a metamorfose do feminino que se abre em leque. Na base do trabalho, à direita, há uma mãe sem rosto que aponta ou busca debilmente sua filha que está no seu extremo oposto. As duas estão muito afastadas e costuram. Aqui, como propõe Jung (1969), podemos perceber a presença do Arquétipo da Grande Mãe expresso nas figuras da Madona, da mulher madura, da mãe e da jovem.

No sonho, há uma casa. A casa pode simbolizar a psique e, também, as lembranças e experiências que nos definem como seres humanos, bem como representar a nossa identidade, nosso território e nosso contorno. A casa pode representar nossos limites. A casa ou o lar é esse lugar onde buscamos proteção, conforto, segurança, refúgio e acolhimento.

No sonho, há muita raiva. A senhora com raiva tem contas a acertar e explode a casa para expor conteúdos que precisam ser revisitados. Não há como reter essa raiva, que vem com a força de um vulcão; e dentro dos destroços dessa casa, está a criança que precisa ser resgatada. Nesse momento, aparece o Arquétipo da criança abandonada, apontado na literatura por Hillman (1981), Jung (1999) e Neumann (1974).

Depois do caos, chega o momento de organizar, limpar e separar os conteúdos de sombra que surgiram após a explosão. A criança, finalmente exposta, mas completamente frágil, sentiu-se desamparada e teve que voltar para a casa dos seus pais. Ao chegar ao quarto de infância, ao invés de encontrar um ambiente acolhedor e protegido, deparou-se com a mãe deitada e dormindo em sua própria cama. Aqui, os sonhos revelam, como estudado por Franz (1988), um estado de desarmonia interior e angústia emocional da sonhadora.

Pode-se fazer uma relação dessa parte do sonho com o conto de fadas “A Bela Adormecida”. No conto, a princesa está sozinha no momento em que a maldição se cumpre. Ela fura o dedo na roca e é levada a um sono que dura 100 anos. Conforme Bettelheim (2007), a ausência temporária de ambos os pais simboliza a incapacidade de protegerem a criança das várias crises de crescimento pelas quais todos os seres humanos têm de passar. A menina volta ao seu quarto de infância em busca de proteção, mas encontra sua mãe completamente adormecida, entorpecida, inconsciente e sem forças para cuidar de alguém que não seja ela mesma. Nesse instante, constela-se, segundo Neumann (1974), o caráter elementar do arquétipo da Grande Mãe, manifestando-se em sua forma negativa.

A mãe é a bela adormecida infantilizada, simbolicamente no reino dos mortos por 100 anos, tentando buscar sua maturidade inacabada, sem conseguir se mover e crescer rumo ao estado adulto. A bela adormecida dorme e tudo em volta dorme, como em seu castelo. Bettelheim (2007) propõe o adormecimento como um tempo de maturação e proteção contra um despertar sexual precoce. Von Franz (2010) também segue nesta linha, ressaltando que o tempo é essencial em situações que dependem do princípio feminino e que nada deve tentar prolongar ou reduzir este tempo.

Winnicott (1975) fala-nos sobre o complexo da mãe morta, onde não há a morte real da mãe, mas ela parece psiquicamente morta aos olhos da criança em consequência de abandono ou da incapacidade de cuidar. Esse abandono materno é vivenciado pela criança como um trauma, uma desilusão antecipada pela perda do amor da mãe num momento em que ela ainda não consegue explicar o que ocorreu. A mãe morta traz um esforço enorme ao psiquismo infantil no sentido de manter a imagem materna e não se desvencilhar dela, num processo de diferenciação. Gera-se um luto branco – a angústia dos estados de vazio gerados pela ausência materna - diferente da angústia da castração, que gera a ferida e a libertação para a vida.

A criança foi abusada pelo avô aos 13 anos. O tempo de maturação do feminino sofreu uma ruptura precoce. Criou-se um muro de proteção contra os invasores externos. Muitos conteúdos interessantes e criativos ficaram intramuros. A mulher madura acessa a raiva e explode a casa e a carapaça que protegia os conteúdos escondidos. Os conteúdos vêm à tona. Os sentimentos estão explodindo dentro da criança e a mãe não está junto a ela. A criança está nos escombros. Ela sobrevive, claro, e começa a refazer a organização dos conteúdos. A criança é frágil.

Ela precisa da mãe. A mãe dorme o sono dos 100 anos. Mais uma vez, confirmando os estudos de Hillman (1981), o Arquétipo da Criança abandonada volta da sombra e relaciona-se com o Arquétipo da Grande Mãe expresso em sua vertente mais obscura.

Que partes dessa mãe interna estão adormecidas? Que partes dessa criança interna ainda esperam que a mãe adormecida saia da sua cama para que ela, criança, possa amadurecer e se libertar? Que partes do feminino adormecido da mãe continuam adormecidas na filha? Qual será a mãe real? A mãe débil, a diva, a perversa, a perdida, a que busca, a delirante? Todas? Qual será o modelo que a menina absorveu da mãe? Que parte desse feminino foi perdida e deseja ser resgatada? Talvez a criança divina possa renascer da união entre a fragilidade e a potência, entre o feminino espiritual e o carnal, entre a simplicidade e a luxúria.

A ferida branca do complexo da mãe morta ameaça sempre retomar o centro da cena. Talvez a integração da raiva contida por tantos anos possa transformar a ferida branca na ferida vermelha da castração, libertar a criança para a aceitação da ausência real da mãe e criar o espaço psíquico pessoal que poderá abrigar o verdadeiro *self*. O resgate da mãe pessoal – assim como o resgate da mãe interna e da capacidade de auto cuidado – podem sugerir um caminho a seguir. Aqui, fazemos alusão a Krippner (1988) em sua proposta de libertação do trauma enclausurado a partir do deslocamento da vítima para o protagonismo de tornar a ferida sagrada.

### **3.2 Síntese**

É interessante perceber que, apesar do processo de evolução psíquica ser supraconsciente – o ser humano pode ser também um participante consciente do seu desenvolvimento quando o ego já for capaz de ouvir e entregar-se ao impulso interior de crescimento. A individuação significa tornar-se um ser único, despojando o *self* dos invólucros falsos da persona, assim como do poder sugestivo das imagens primordiais. Os sonhos podem ser uma ferramenta muito potente nesse processo de evolução. (Jung, 2008).

Os processos de expansão imagética e de imaginação ativa sobre os conteúdos oníricos abrem novas janelas simbólicas e potencializam as capacidades dos sonhos como ferramenta de expansão de consciência e acesso à supraconsciência. O sonho ajusta-se ao relacionamento com objetos no mundo real,



e viver no mundo real ajusta-se ao mundo onírico por formas que são bastante familiares. Jung (2008) discorre que o essencial não seria a interpretação e a compreensão dos sonhos, mas a vivência que lhes corresponde.

Conforme Jung (2008), nosso *self* não só contém o sedimento e a soma de toda vida vivida, como também é o ponto de partida de toda vida futura e cujo pressentimento se encontra tanto no sentimento subjetivo como no aspecto histórico.

Quanto mais conscientes de nós mesmos nos tornarmos por intermédio do autoconhecimento, tanto mais se reduzirá a camada do inconsciente pessoal que recobre o inconsciente coletivo. Desta forma, vai emergindo uma consciência livre do mundo pessoal do eu, aberta para a livre participação de um mundo mais amplo de interesses objetivos (Jung, 2008). Essa consciência ampliada não é mais de caráter pessoal, mas sim, transpessoal. Nesse estágio, podem ser ativadas questões arquetípicas que exigirão compensação coletiva. É então que podemos constatar que o inconsciente produz conteúdos válidos, não só para o indivíduo, mas para outros, para muitos e talvez para todos.

#### **4 CONCLUSÃO**

Aproximar-se dos sonhos, gravá-los, transcrevê-los, expandi-los artisticamente, relê-los e imaginá-los ativamente possibilita um encontro fluido e produtivo entre os conteúdos inconscientes e conscientes. A interface, antes inacessível entre esses dois estados de consciência, revela-se mais e mais e torna-se permeável e menos enigmática a cada experiência de expansão. A linguagem onírica – simbólica e misteriosa – passa a oferecer-se à leitura por meio do preenchimento de suas lacunas com os conteúdos conscientes, quer seja por imagens, quer seja por emoções prazerosas ou conteúdos traumáticos. Lembramos de Krippner (1990) que propõe deixarmos que o sonho tome conta do sonhador.

Jung (2000) observa que enquanto os conteúdos conscientes e inconscientes são mantidos afastados um do outro a função transcendente não é desenvolvida, porque tal função requer a aproximação dos opostos. Saldanha (2008) segue a mesma linha quando propõe a importância da expansão de consciência via sonhos para proporcionar a emergência da pulsão de transcendência.

O sonho é um produto puro do inconsciente; oferece-se a todos os sonhadores como matéria-prima a ser trabalhada em rumo livre à construção da unidade fundamental do Ser. Segundo Saldanha (2008), a unidade fundamental do Ser ou Consciência da Unidade é o pressuposto básico da Psicologia Transpessoal. O Conceito de Unidade representa o ápice da dimensão superior da consciência, o aspecto necessário ao desenvolvimento mais pleno: a dimensão transpessoal. Esse processo se efetiva por acesso a estados de consciência, tais como sonhos e suas expansões, meditação, relaxamento e exercícios de sensibilização, os quais possibilitam a emergência da pulsão de transcendência, acessando conteúdos que não estão disponíveis na consciência de vigília.

Assim como os sonhos, a expansão artística e a imaginação ativa podem gerar novos simbolismos, novas compreensões, oferecer novos pontos de vista em relação a comportamentos e traumas e ajudar o sonhador a transformar alquimicamente padrões e emoções doentios ou estagnados. Segundo Jaffé (2008), na expressão artística – assim como nos processos alquímicos – projeta-se parte da psique sobre a matéria ou sobre objetos inanimados, a ponto de eles ganharem vida, tornarem-se objetos mágicos ou serem invadidos pela alma secreta das coisas.

Jung (2000) lembra-nos que não é suficiente explicar apenas o contexto conceitual dos sonhos. Muitas vezes, será necessário esclarecer conteúdos obscuros, imprimindo-lhes uma forma visível. É possível fazer isto ao desenhá-los, pintá-los ou modelá-los. Ao modelar um sonho, podemos continuar a sonhá-lo com mais detalhes, em estado de vigília, e um acontecimento isolado, inicialmente ininteligível, pode ser integrado na esfera da personalidade total. A formulação artística renuncia à ideia de descobrir um único significado e possibilita a apreensão de novos pontos de vista.

A apropriação dos sonhos, a criação das imagens e a percepção das emoções que se escondem por trás das imagens promovem uma sensação de unidade entre consciência e inconsciência. Essa unidade gera bem-estar, promove a percepção de *insights* e cria confiança no sentido de dar-se continuidade ao processo de autoconhecimento.

A construção do presente trabalho deu-se como em um processo alquímico: respeitando-se os fluxos divinos, aprofundando-se em relação aos conteúdos estudados e acolhendo-se novos elementos e significados surgidos a cada análise onírica, a cada expansão artística, a cada nova compreensão intelectual. A

convivência mantida e desejada entre conteúdos arquetípicos e conscientes mostrou-se muito fecunda na geração do novo e ofereceu à sonhadora o vislumbre da potência dessa aproximação. Essa potência, nos lembra Jung (1999), nasce como um símbolo de unificação dos opostos, gerando uma sensação de completude.

Observou-se também a extensão e a intensidade, mantida e transformadora, dos conteúdos inconscientes, que foram sonhados durante o ano de 2015 e analisados somente em 2017. No ambiente onírico, não há linearidade de espaço e tempo; não subsiste disparidade entre passado, presente e futuro; não se conhecem finitudes ou polaridades. Tudo o que existe simplesmente se manifesta em convivência caótica e bela. Arquétipos, emoções e imagens simbólicas mantêm-se íntegros e absolutos, bastando apenas que entremos em contato para que eles possam voltar a nos iluminar com sua certeza de infinito.

Saldanha (2008) propõe que o acesso ao todo ou à unidade é a meta. A plena consciência das partes que compõem o todo é necessária para a compreensão dessa relação complexa e dinâmica entre consciência e inconsciência. A unidade existe por si. Resta-nos acessá-la num processo contínuo de expansão de consciência.

Segundo Huxley (1973), a psicologia encontra na alma algo similar à divina realidade; a ética que coloca a finalidade do homem no conhecimento da base imanente e transcendente de todo o ser. Saldanha (2008) discorre que o elemento intrínseco de todas as tradições postula a existência de uma unidade fundamental. Esse equilíbrio recupera a inteireza do ser humano, conceito que sugere um estado saudável e harmonioso na vida humana, levando ao restabelecimento da sua unidade com o cosmos (Weil, 1995).

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CAMPBELL, Joseph. *O poder do mito*. São Paulo: Palas Athena, 1990.

\_\_\_\_\_. *As máscaras de Deus: mitologia primitiva*. São Paulo: Palas Athena, 2014.

BETTELHEIM, B. *A psicanálise dos contos de fadas*. São Paulo: Paz Terra, 2007.

FRANZ, Marie Louise Von (1988). *O caminho dos sonhos*. São Paulo: Cultrix, 1988.

\_\_\_\_\_. *O feminino nos contos de fada*. Petrópolis; Vozes, 2010.

\_\_\_\_\_. O processo de individuação IN: Jung, Carl G. *O homem e seus símbolos*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2008.

FREUD, Sigmund. *Interpretação dos sonhos e outros ensaios*. Rio de Janeiro: Editora Guanabara, 1935.

HILLMAN, James. *The Dream and the Underworld..* Nova York: Harper & Row, 1979.

\_\_\_\_\_. *Estudos de psicologia arquetípica*. Rio de Janeiro: Achiamé. 1981.

\_\_\_\_\_. *Psicologia alquímica*. Petrópolis: Vozes, 2011.

HUXLEY, Aldous. *A filosofia perene*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1973.

JACOBI, Jolande. *A Psicologia de CG Jung: uma introdução às obras completas*. Petrópolis: Vozes, 2013.

JAFFÉ, Aniela. O simbolismo nas artes plásticas IN: Jung, Carl G. *O homem e seus símbolos*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2008.

JUNG, Carl Gustav. *Seminários sobre psicologia analítica*. Petrópolis: Vozes, 1925.

\_\_\_\_\_. *O homem e seus símbolos*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1964.

\_\_\_\_\_. *Psicologia do inconsciente*. Petrópolis: Vozes, 1971.

\_\_\_\_\_. *Mysterium Conjunctions*. Petrópolis: Vozes, 1990.

\_\_\_\_\_. *A natureza da psique*. Petrópolis: Vozes, 2000.

\_\_\_\_\_. *Arquétipos e o inconsciente coletivo*. Petrópolis: Vozes, 2002.

\_\_\_\_\_. *O eu e o inconsciente*. Petrópolis: Vozes, 2008.

\_\_\_\_\_. *O homem e seus símbolos*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2008.

JUNG, Carl G e KERÉNYI, Karl. *A criança divina*. Petrópolis: Vozes, 2011.

KRIPPNER, Stanley e FEINSTEIN, David. *Mitologia pessoal: a psicologia evolutiva do self*. São Paulo: Cultrix, 1988.

KRIPPNER, Stanley. *Decifrando a linguagem dos sonhos*. São Paulo: Cultrix, 1990.

NEUMANN, Erich. *A Grande Mãe*. São Paulo: Cultrix, 1974.

STEIN, Murray. *Jung - O mapa da alma: uma introdução*. São Paulo: Cultrix, 2000.

SALDANHA, Vera. *Psicologia transpessoal: abordagem integrativa, um conhecimento emergente em psicologia da consciência*. Ijuí: Unijuí, 2008.

WEIL, Pierre. *A morte da morte*. São Paulo: Gente, 1995.

WINNICOTT, D.W. *O brincar e a realidade*. Rio de Janeiro: Imago, 1975.

\_\_\_\_\_. *Da pediatria à psicanálise*. Rio de Janeiro: Imago, 2000.