

CICLICIDADE FEMININA: ARQUÉTIPOS LUNARES COMO UMA FORÇA DAS MULHERES

Helena Cecília de Fraga Verhagen¹
Antonieta Bianchi Mazon²

RESUMO

O presente artigo tem como tema o estudo da ciclicidade como uma força feminina. Seu objetivo é apresentar a contribuição da perspectiva da Abordagem Integrativa Transpessoal no estudo de arquétipos femininos lunares. Apresentar com riqueza a pesquisa da ciclicidade e toda sua força, beleza e cura presentes no inconsciente feminino durante o ciclo lunar ou menstrual. Assim, foram realizadas quatro sessões com uma cliente. Em cada sessão, com duração de uma hora e meia, foi estudado e analisado um arquétipo feminino lunar: anciã, donzela, grande mãe e feiticeira. Para acessar os arquétipos, foi aplicada uma vivência adaptada da "Técnica de Quatro Portas" da Abordagem Integrativa Transpessoal. O aspecto dinâmico, eixos evolutivo e experiencial, são destacados nesse estudo. A cliente demonstrou integrações importantes dos arquétipos femininos. Integrou um fragmento da criança interior que estava presa na infância. Resgatou referências culturais e conexão com suas ancestrais. Desafiada por circunstâncias, colocou em prática sua sabedoria fortalecendo a autoestima. Ao entrar em contato com aspectos que estavam ocultos de sua consciência, a cliente ganhou mais clareza dos aspectos saudáveis de seu Ser, resgatando sentimentos positivos de força, confiança, autoestima e beleza.

Palavras-chave: Psicologia Transpessoal. *Ciclicidade Feminina. Arquétipo Feminino. Arquétipos Lunares.*

ABSTRACT

The present article has as its theme the study of cyclicity as a feminine force. Its objective is to present the contribution of the perspective of Transpersonal Psychology in the study of lunar archetypes. Richly present the research of cyclicity and all its strength, beauty and healing present in the female unconscious during the lunar or menstrual cycle. Thus, four sessions were held with one client. In each session, lasting an hour and a half, a lunar archetype was studied and analyzed: crone, maiden, great mother and sorceress. To access the archetypes, an experience was applied that was an adaptation of the "Four Doors Technique" of the Transpersonal Integrative Approach. Through resource and experience, the evolutionary axes are indicated in this study. The

¹ Escritora e Terapeuta. E-mail: helenaceciliadefragaverhagen@gmail.com.

² Terapeuta Sexual Transpessoal, Escritora, Moon Mother, Facilitadora e guardiã de Workshops e Círculos de Mulheres, com diversos trabalhos autorais. E-mail: abmazon@terra.com.br.

client evidenced important integrations of the feminine archetypes. She integrated a fragment of the inner child that was trapped in her childhood. She rescued cultural references and connections with her ancestors. Challenged by circumstances, she put her wisdom into practice by strengthening her self-esteem. By getting in touch with aspects that were hidden from her conscience, the client gained more clarity of the healthy aspects of her Being, rescuing positive feelings of strength, confidence, self-esteem and beauty.

Keywords: *Transpersonal Psychology. Feminine Cycling. Feminine Archetype. Lunar Archetypes.*

1 INTRODUÇÃO

Entre os diversos males dos milênios de patriarcado, está a desconexão humana da natureza, a Grande Mãe, dentro e fora de si. Para muitas mulheres, a menstruação pode ser um caminho para o autoconhecimento e retomada dessa conexão. Porém, infelizmente, a menstruação feminina ainda é vista como um tabu. Muitas mulheres sentem-se fragilizadas (e doloridas) durante o período de seu sangue e desconhecem a sabedoria da natureza por trás desse precioso evento.

A natureza feminina possui seus movimentos caminham no compasso harmonioso com a lua, segundo Harding (1985). Povos ancestrais consideram da mesma natureza o ciclo menstrual das mulheres e o ciclo da lua, por ambos terem aproximadamente a mesma duração de cerca de vinte e oito dias.

A palavra menstruação tem origem do latim, *Menstruum*, que significa solvente. Os antigos diziam que o sangue menstrual servia como um poderoso solvente. Porém, outras culturas chamam a menstruação também de lua. A relação direta entre o ciclo lunar e o menstrual feminino é a prova absoluta do fato dessa natureza semelhante, para Harding (1985).

Na Antiguidade, quando a terra era tida como a Grande Mãe, a Deusa, as mulheres desenvolveram a agricultura justamente por sua conexão íntima com os ciclos. Nesse período, o ciclo menstrual acompanhava perfeitamente as fases lunares. Era tanta a precisão que a gestação era contada por luas.

Do século XII ao XVIII, período da inquisição, praticantes de bruxaria foram mortos. Entre eles, milhares de mulheres que traziam consigo a sabedoria da natureza, do corpo feminino, os conhecimentos de contracepção e da sexualidade, de dar à luz

ou lidar com os ciclos de morte, sabiam receitas para aliviar dores no parto, curas de doenças ou, mesmo, combinações de ervas afrodisíacas. Consideradas bruxas, foram cruelmente dizimadas.

A caça às bruxas foi, portanto, uma guerra contra as mulheres; foi uma tentativa coordenada de degradá-las, demonizá-las e destruir seu poder social. Ao mesmo tempo, foi precisamente nas câmaras de tortura e nas fogueiras, nas quais as bruxas morreram, onde se forjaram os ideais burgueses de feminilidade e domesticidade (Federici, 2004, p. 337-338).

Mesmo que completamente inconscientes de suas forças, poderes e mistérios, mesmo que adormecidas de sua conexão com a lua, com a Grande Mãe, ainda assim, mulheres seguem vivendo ciclos menstruais de vinte e oito dias, que acompanham a lua e, onde houver mais de uma mulher, a natureza alinha o ciclo delas fazendo com que vivam juntas a menstruação.

Mesmo mulheres que não menstruam mais, seja pela menopausa, seja porque retiraram o útero, quando se reencontram com as fases da lua, se reconectam com o feminino interior. Para a autora Miranda Gray, tomar consciência de seu ciclo, ao mesmo tempo que é tomar sua força de volta, é uma responsabilidade diante de demais vidas:

Uma mulher consciente do seu ciclo precisa ser verdadeira com ele, mas ela também é responsável pelo uso de suas energias e suas expressões e pelos efeitos que exercem sobre as outras pessoas. Responsabilidade não significa que ela não deva usar suas capacidades, mas que não deve se esconder atrás do seu ciclo menstrual, usando-o como desculpa. A responsabilidade que vem com esse dom é enorme; é a responsabilidade para consigo mesma e para com as outras mulheres, a comunidade, a Terra e as futuras gerações. (GRAY, 2017, p.64)

O objetivo deste artigo é apresentar a contribuição da perspectiva da Abordagem Integrativa Transpessoal no estudo de arquétipos femininos lunares, com um aprofundamento no eixo experiencial (REIS), do aspecto dinâmico da AIT e, através do estudo de caso, facilitar a integração de conteúdos latentes para desenvolver aspectos saudáveis de seu Ser.

2 ARQUÉTIPOS LUNARES

Para Gray (2017), ao aprofundar os estudos na relação entre o ciclo lunar e o menstrual é importante associar cada fase. Algumas literaturas citam como referência a Deusa Tríplice (Donzela, Mãe e Bruxa), mas, para a autora, essa descrição dos ciclos da vida da mulher ficaria incompleta, sem a quarta fase, o aspecto oculto da Deusa. Trata-se da Mãe Escura ou Mãe Terrível, simbolizada como a morte, para onde tudo retorna para renascer. Então, esse lado oculto do feminino é representado pelo arquétipo da Feiticeira.

2.1 Relação entre as fases lunares e os arquétipos femininos

Os diferentes aspectos da vida de uma mulher poderiam ser segmentados e representados pelas várias facetas e pelos arquétipos da Divindade. Porém o ciclo lunar também era reconhecido como a expressão da Divindade Feminina com a Terra e dentro mulher, e muitas figuras arquetípicas que representam os diversos aspectos da mulher na fase menstrual podem ser encontradas na mitologia e no folclore. (GRAY, 2017, p.73)

A jovem virgem ou Donzela inocente representa a fase pré-ovulatória da lua crescente. Apresenta as energias da primavera, de renovação e inspiração. A Mãe representa o período da ovulação, da lua cheia, da plenitude e exuberância das energias do verão. Ela contém as energias de fecundidade, nutrição e vigor. Já a Feiticeira está associada à fase pré-menstrual, representa as energias do outono e a escuridão que aumenta com a lua minguante. Nessa fase, a mulher está sexualmente poderosa, representa a retração e a destruição, pode surgir como a iniciadora da morte ou do fim de algo, um desastre necessário para o crescimento. Por fim, a Bruxa Anciã, representa a fase menstrual, ligada ao momento de recolhimento das energias, assim como o inverno também pede. A lua escura, ou nova, fecunda as energias de esvaziamento, transformação e escuridão interior.

A interpretação dos mistérios femininos sob a perspectiva moderna muitas vezes omite a importância e a experiência do ciclo menstrual. Não apenas os ritmos externos e as energias da vida eram

originalmente expressos na mitologia, mas também os ritmos internos e as energias vivenciadas pelas mulheres na fase menstrual. Esses ritmos estavam tão intrinsecamente ligados ao entendimento próprio e basilar que as mulheres tinham da Lua, da Terra e da Deusa da Vida, que a visão superficial da modernidade – relacionada sobretudo a tabus culturais – teria sido impensável para as mulheres do passado. Os arquétipos da Donzela, da Mãe, da Feiticeira e da Bruxa Anciã oferecem o entendimento da verdadeira natureza da mulher e evidenciam o quanto as mulheres precisam se conscientizar dessa natureza. (GRAY, 2017, p.74)

3 ASPECTO DINÂMICO DA AIT

O aspecto dinâmico na Abordagem Integrativa Transpessoal inclui o eixo experiencial e o eixo evolutivo, que reflete a relação entre o desenvolvimento da personalidade, por meio do eixo experiencial (REIS), representando um nível de funcionamento nas ações cotidianas em inúmeras demandas internas e externas, nas diferentes áreas da vida. Já o desenvolvimento da individualidade se processa por meio do eixo evolutivo, com direcionamento vertical, e se refere aos diferentes estados de consciência, dimensão subjetiva e singular, que em sua expansão, permite o despertar da individualidade, aquilo que é indivisível, dimensão essencial do Ser, sua própria espiritualidade. (SALDANHA; ACCIARI. 2019, p.54)

3.1 Eixo Experiencial

Esse eixo (horizontal) é composto por quatro aspectos psicológicos (REIS) inerentes à psique humana e que contribuem no desenvolvimento psicoespiritual na AIT. A Razão refere-se à mente linear, pensamento e sentimento. Há o julgamento e análise e está diretamente ligada ao funcionamento egóico. A Emoção engloba a diversidade emocional humana e inclui também suas reações físicas, como: rubores, sudorese, alteração de batimentos cardíacos e outros. O excesso de identificação emocional revela níveis de identificação com o ego. A Intuição é o conhecimento e percepção diretos e claros. Permite ver a realidade de forma mais ampliada. A Sensação revela as percepções dos cinco sentidos físicos (tato, olfato, visão, audição e paladar). A capacidade de perceber e captar as sensações físicas.

3.2 Eixo Evolutivo

É o eixo (vertical) que fala sobre os distintos estados de consciência, que permite o indivíduo ganhar uma percepção mais elevada da realidade. Através de processos de expansão de consciência, como o recurso técnico da imaginação ativa, o eixo evolutivo é ativado e move o eixo ego-*Self*. Esse movimento estimula aspectos saudáveis, de poder curativo, e é acompanhado de sentimentos positivos como: serenidade, compaixão, alegria, amor, paz, entre outros. É uma instância superior que pode proporcionar resolução para determinados sofrimentos.

4 ESTUDO DE CASO

4.1 Método e Pesquisa em Psicologia Transpessoal

O estudo de caso foi realizado online via Google Meet. Foram quatro encontros, um por semana, de uma hora e meia cada. Foi iniciado no primeiro dia do ciclo e depois, a cada sete dias, seguindo as quatro fases do ciclo menstrual. A relação foi feita da seguinte forma:

1. Fase Menstrual - Lua Nova - Inverno - Arquétipo Bruxa Anciã
2. Fase Folicular - Lua Crescente - Primavera - Arquétipo Donzela
3. Fase Ovulatória - Lua Cheia - Verão - Arquétipo Mãe
4. Fase Lútea (TPM) - Lua Minguante - Outono - Arquétipo Feiticeira

Os encontros foram divididos em três momentos. Primeiramente, uma breve avaliação de como a mulher chegava (estado físico, mental e emocional) e troca verbal sobre como passou a semana consciente do arquétipo feminino lunar. Em seguida, foi apresentado um breve resumo sobre o arquétipo a ser abordado na sessão e então, foi realizado um exercício de imaginação ativa, uma adaptação da Técnica das Quatro Portas, finalizado com uma escrita sobre a experiência e partilha verbal.

Na adaptação da vivência de imaginação ativa da Abordagem Integrativa Transpessoal, denominada Técnica das Quatro Portas, a estrada foi substituída por um caminho num jardim e a casa, por um palácio. A cada semana, ela visitava a porta correspondente ao arquétipo trabalhado correspondente àquela semana. Atravessando a porta, a mulher se encontrava com o arquétipo feminino, que lhe recebia com amor e lhe entregava o que ela precisava para seguir na semana. Antes de cada retorno, ela

recebeu um presente de cada arquétipo.

4.2 O CASO

4.2.1 Roteiro

Para a elaboração desta descrição, foi utilizado o roteiro de caso para supervisão da Dra Vera Saldanha.

Joana, 36 anos, mulher heterossexual. Solteira, sem filhos. Espiritualizada. Vive sozinha em Ilhabela, São Paulo, e sua família vive no Chile. Há alguns anos, ela fez uma transição importante de carreira. Possui uma rotina saudável com meditação e yoga regulares. Pratica esportes e usa a bicicleta para se locomover. Após o despertar espiritual, entre 2019 e 2020, mudou-se para o litoral para viver com menos demandas enquanto encontra mais clareza sobre seu propósito e profissão.

Ela possui forte ligação com a natureza e com divindades femininas. Sua família é de origem armênia e ela sente que sua grande libertação foi optar por não se casar e ter filhos, dedicando-se à família, como suas ancestrais fizeram. Não faz uso de anticoncepcional.

Seu ciclo menstrual é regular e tem em média 30 dias. Reconhece sintomas na fase pré-ovulatória e pré-menstrual, como dores suaves nos ovários e útero. Sua menstruação tem duração de aproximadamente seis dias, sendo o segundo e o terceiro dias com o fluxo mais intenso. Menstruada, Joana não faz atividades físicas, se recolhe e sente necessidade de introspecção. Ela relaciona o sangue menstrual com purificação ou limpeza, feminino e terra.

No geral, há um bom equilíbrio no eixo experiencial (REIS):

Razão - Sente-se um pouco perdida quanto à profissão. Mesmo com um plano para dar cursos, ela tem dificuldade de ir para ação e muda constantemente suas prioridades. Seu desafio é aterrar e manter-se motivada no novo caminho de vida.

Emoção - Se emociona com facilidade. É altamente sensível. Tem muita consciência emocional. Quando fala das mulheres de sua família, se emociona por perceber que está seguindo um novo caminho, só seu, rompendo com padrões.

Intuição - Por ter um mental ativo, foram importantes exercícios de aterramento. Uma vez na imaginação ativa, ela tem uma intuição muito refinada, cheia de auto-percepção. Sonha com facilidade e consegue captar as mensagens.

Sensação - Valoriza muito as atividades corporais. É na alimentação que ela foca quando sente desconfortos. Quando menstruada, ela foca em nutrir-se com saúde e acolhimento.

Como está em um momento solitário, em busca de reencontro com o feminino saudável dentro de si, aceitou participar deste estudo. Seu principal desejo era se aprofundar na conexão espiritual e conhecer suas sábias internas.

4.2.2 O desenvolvimento do caso, sessão por sessão

Sessão 1 - Arquétipo Bruxa Anciã

Após ouvir uma breve descrição sobre o arquétipo da Bruxa Anciã, foi iniciada a técnica de imaginação ativa. Na partilha, ela descreveu:

No jardim, vi uma jovem de uns dez anos, com cabelo comprido, de vestido leve branco, corria e rodopiava, tinha flores cor-de-rosa e vermelha nas mãos. O palácio era uma pirâmide e dentro havia quatro portas. Ao entrar na porta da Bruxa Anciã, notou que havia uma meia luz. Tinha um ar e decoração de oriente médio e em um trono de rainha estava a anciã. Ela tinha uma fisionomia turca/armênia e vestia roupa árabe e possuía bastante jóias com um toque cigano. Me ajoelhei e segurei as mãos dela que não disse nada. Pedi conselhos mas a Anciã permaneceu em silêncio. Na despedida, de presente, ela entregou uma lâmpada mágica (como aquelas que tem um gênio dentro), saiu uma fumaça com uma imagem borrada e a sensação que ficou foi: eu vou encontrar... logo terei a resposta completa. Na saída, a pirâmide se transformou em um saguão de prédio comercial e para sair eu passei por uma catraca. No jardim, era eu, vestida de calça preta, blusa marrom, mais masculina, de tênis e com visual mais pesado. A emoção mais latente era a confiança de que vou ter a resposta.

Sessão 2 - Arquétipo Donzela

Durante a semana até essa sessão, menstruada, Joana sonhou que sua mãe a levava para uma eutanásia. Ela chorava muito, mas sua mãe dizia que o procedimento era necessário. Após o procedimento, ela se viu no "nada", apenas rodeada de luz e se deu conta que não tinha morrido, que era apenas uma passagem e acordou com a seguinte compreensão "A morte não é o fim, mas um recomeço. O começo de algo novo."

O arquétipo da Donzela foi brevemente descrito e em seguida a técnica de imaginação ativa aplicada. Na partilha, ela descreveu:

"No jardim, novamente vi a jovem de uns dez anos, com cabelo comprido, de vestido. Muitos arco-íris, o jardim estava florido, a paisagem era a mesma da semana anterior, e a menina estava com vestido branco, esvoaçante e dessa vez com meia-calça e sapatinho boneca. Bem angelical. O palácio mudou para rosa e tudo era redondo e curvado. Ao entrar na porta da Donzela, vejo ela como uma Medusa (me lembrou o personagem do filme Monstros SA). Seu cabelo era formado por cobras, a roupa furta cor e a parte debaixo estilo sereia nas cores azul, roxo, rosa e verde água. Havia uma arara azul que voava atrás da Donzela e um arco-íris. Na saída ela me presenteou com um cristal transparente que iluminado criava um prisma e uma chave dourada para ser usada como medalha. O que fazer com o presente? E a donzela respondeu "segue seu coração". Então me vi vestida como me visto normalmente com calça jeans preta, blusa marrom, mas me senti mais esbelta. Sai sorrindo, me sentindo feliz, bonita e bem com meu corpo. Ciente que devo seguir meu coração."

Após a partilha, Joana foi questionada sobre a mesma menina de cabelos longos que ela via, e que se referia como "ela" e não como "eu" ou "minha criança interior". A apelidou de Mary Louise, enquanto se refere a sua criança como Mary Jane. Aos poucos, associou Mary Louise a um padrão de beleza das meninas bonitas e populares de sua escola, na infância. Ela se sentia feia comparada a essas meninas pois era morena, tinha cabelos escuros encaracolados. Foi então que apercebeu-se que Mary Louise era uma parte negada de si, pois era exatamente como ela queria ser quando menina. Mary Louise tinha o corpo, o cabelo, o nariz e o jeito leve de caminhar saltitante que tanto desejou.

Sessão 3 - Arquétipo Mãe

Durante a semana até essa sessão, Joana viveu desafios relacionados a sua autoestima e ferida de rejeição. Ao mesmo tempo que se sentiu rejeitada em uma relação, se percebeu comprometida consigo mesma e que esse posicionamento era uma importante virada de chave (referindo-se a sessão anterior). Também refletiu sobre sua postura de competição com outras mulheres, relacionando Mary Jane e Mary Louise.

O arquétipo da Mãe foi brevemente descrito e em seguida a técnica de imaginação ativa aplicada. Na partilha, ela descreveu:

"Ao chegar no jardim, lá estava Mary Jane em uma versão esvoaçante que nunca tinha visto. Saltitava feliz. O palácio tinha uma atmosfera de oca e formato de pirâmide. Ao entrar na porta da Mãe, o chão era de terra. Parecia uma caverna com uma atmosfera egípcia. A Mãe, que estava de costas em uma poltrona, se virou para me receber. Seu corpo era como de índia, tinha pinturas tribais de linhas com cores. Estava completamente nua e pintada. Seu cabelo estava preso com um rabo no alto da cabeça. Na saída, a Mãe me presenteou com um colar de pedrinhas azuis, como um japamala de lápis lazúli. Na saída, novamente passei por uma catraca como de um edifício comercial. Eu estava vestida de calça jeans, blusa cor terra, segurando o colar no peito que passava força e fé, protegendo meu coração. Caminhei rodopiando como Mary Louise.

Sessão 4 - Arquétipo Feiticeira

Durante a semana até a sessão, Joana enfrentou sua timidez e insegurança, avançando na criação de um curso. Percebeu sua preocupação e medo sobre o que os outros iam pensar e falar dela. Iniciou um curso de danças étnicas e usou um colar com pedras azuis que já tinha.

O arquétipo da Feiticeira foi brevemente descrito e em seguida a técnica de imaginação ativa aplicada. Na partilha, ela descreveu:

Eu caminhava no jardim com uma blusa cor terra, calça jeans e descalça; a Mary Louise rodopiava ao meu lado esquerdo. Percebi que havia mais plantas à direita

e eu ia passando minhas mãos nelas. A porta da Feiticeira era preta com detalhes em roxo, um ar Halloween. Do lado de dentro era bem escuro e tinha uma luminária de lua rosa que iluminava o caminho. Ela vestia uma máscara de pano de bruxa e dava uma risada destrambelhada. Quando tirou a máscara parecia a Mortícia, com uma mecha de cabelo branco na frente, bonita, em um estilo da cantora Cher. Muito chique, usava um batom vinho e ria. Pediu a minha mão e soprou um pó branco que subiu pela minha mão até o braço. Senti força e entendi que era força para ação. Força para escrever era o que o pó trazia. Na saída, me deu de presente uma caneta de pena branca, preta e cinza. Na saída, novamente o saguão de um prédio tecnológico. No jardim, estavam Mary Jane e Mary Louise juntas. As duas rodopiavam felizes comigo. Associo a saída do prédio com um ambiente profissional, de trabalho, e que estou em um momento de me focar e expandir profissionalmente.

4.2.3 Conclusão após a aplicação de todo o método

(Imaginação Ativa) É um método de introspecção psíquica pelo qual o inconsciente desenvolve imagens mentais, aparentemente aleatórias, mas estão sendo criadas e contornadas pelas motivações mais profundas dos diferentes níveis de consciência do próprio indivíduo, que possibilita a integração de conteúdo do inconsciente no consciente. É um trabalho que potencializa os aspectos da consciência de vigília, possibilita uma percepção mais ampla da realidade na qual se estimula a presença da ordem mental superior e promove a atualização psíquica.(SALDANHA; ACCIARI, 2019, p.62).

Em muitas mitologias, esse mistério do útero era representado pela imagem de um recipiente mágico ou transformador. Na lenda do Santo Graal, ele toma a forma de um cálice, ou graal; nos mitos celtas mais antigos, ele toma a forma de um caldeirão; e, em alguns textos alquímicos, toma a forma de um frasco ou um alambique. Cada um desses recipientes oferecia abundância, fertilidade, vida, transformação, inspiração espiritual e iniciação. (GRAY, 2017, p.84)

Após o ciclo lunar de vinte e oito dias, aplicando semanalmente a técnica de imaginação ativa das Quatro Portas com Arquétipos Femininos Lunares, alinhada às fases do ciclo menstrual de Joana, foi observado uma evolução tanto no eixo experiencial (REIS), quanto no Eixo Evolutivo.

Ao final de cada sessão, após ter experienciado na imaginação ativa o arquétipo feminino lunar, sua capacidade de associar as experiências com fases passadas e atuais de sua vida, mostra a ampliação da razão. O desenvolvimento da emoção ficou mais evidente nas falas de retorno às sessões, quando relatou ter vivido desafios e confrontado suas inseguranças, gatilhos de rejeição e medo. Sua intuição fluiu para que encontrasse sua sabedoria latente para lidar com tais dores. O sonho em que viveu uma eutanásia, comentado na segunda sessão, fortalece o aflorar da intuição. Já as sensações, bastante presentes nas descrições, se mantiveram presentes e em consciência após o início de aulas de danças étnicas e o uso de colar de pedras azuis, fortalecendo a relação de Joana com seu corpo. Com esses elementos ativados (REIS) e integrados, o ego saudável foi visivelmente desenvolvido.

O contato com aspectos do feminino que estavam ocultos, lhe fizeram desenvolver com mais clareza aspectos saudáveis de seu Ser, resgatando sentimentos positivos de força, confiança, autoestima e beleza.

Já com o eixo evolutivo ativado, partes da psique que estavam fragmentadas foram plenamente integradas por sua consciência. Reconhecer as facetas femininas lunares em si, simbolicamente estabelecendo um fluxo de uma ordem mental superior, facilitou a integração com um aspecto de sua criança interior (caso de Mary Jane e Mary Louise juntas e felizes na última sessão). Uma reconexão com sua ancestralidade ocorreu quando trouxe elementos do oriente médio, que se fizeram presentes no arquétipo da Bruxa Anciã (mulher velha com aparência turca/armênia) e nas descrições com referências egípcias, reforçando o desenvolvimento de sua individualidade consciencial e, ao mesmo tempo, fortalecendo seu sentimento de pertencimento.

A cada saída, se ver vestida com suas roupas usuais e em estado de consciência positiva, fez com que Joana trouxesse para o estado de vigília uma atualização de si mesma. Essa visão integral de seu Ser saudável, ilustra a interação e integração destes dois eixos imaginários (experiencial e evolutivo).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

No caso estudado, são claras a riqueza e a potência presentes no acesso ao feminino interior, através de seu inconsciente. A cliente possuía familiaridade com divindades femininas de diversas culturas mas, ao visitar os arquétipos lunares originados por seus conteúdos internos, através da imaginação ativa estruturada pela Abordagem Integrativa Transpessoal, abriu-se um campo fértil para a expansão de sua consciência.

O aspecto dinâmico da AIT foi o fundamento para sustentar o movimento no eixo *ego-Self*. Enquanto os arquétipos femininos lunares oferecem uma reconexão com sabedorias ancestrais, foi através da observação dos eixos evolutivo e experiencial, com a aplicação da imaginação ativa, que criou-se um abundante fluxo entre o consciente, o inconsciente e a mente superior de Joana.

Com o REIS ampliado e integrado, a cliente demonstrou mais equilíbrio e harmonia, favorecendo os aspectos saudáveis de seu ego. A consciência trazida ao seu ciclo, a permitiu seguir mais confiante, leve e desperta, mesmo diante de desafios.

A aplicação das quatro portas, voltada para os arquétipos femininos lunares, permitiu que Joana ouvisse novas vozes, mais saudáveis e sábias para sua jornada enquanto mulher.

Que mais mulheres despertem para sua totalidade, reconhecendo a potência que habita em sua essência feminina. Que mais mulheres possam: conhecer suas próprias necessidades, fluir com suas emoções, aplicar sua sabedoria ancestral, assim, respeitando e honrando seus ciclos e os ritmos naturais da vida.

REFERÊNCIAS

ACCIARI, Arlete S. e SALDANHA. Vera P. **Abordagem Integrativa Transpessoal: Psicologia e Transdisciplinaridade**. São Paulo: Inserir, 2019. 118 p.

ALMEIDA, Elyne. **Nutrir-se da Lua: caminhos de reconexão com o feminino criativo através da arteterapia**. Monografia (especialização em arteterapia) - POMAR/FAVI. Rio de Janeiro, 2017.

<https://arteterapia.org.br/wp-content/uploads/2017/12/Elyne-Colares-Monografia.pdf>

ARAÚJO, Daisy Vieira de. **Eu sou cíclica: conhecendo minhas fases lunares**. Projeto de Extensão - UFRN / FACISA. Santa Cruz, 2021.

<https://repositorio.ufrn.br/handle/123456789/45353>

BETH, Rae. A luz da Deusa. Rio de Janeiro: Ed. Nova Era, 2008. 240p.

BRIDEN, Lara. **O Que Nunca Te Contaram Sobre Seu Ciclo Menstrual**. Rio de Janeiro: Bambual Editora, 2021. 392 p.

DIEGUEZ, Roberta Siqueira Mocaiber; PALETTA, Gabriela Cabral.

“O que a psicologia tem a dizer sobre isso?”: deslocamentos e provocações sobre pobreza menstrual entre duas psicólogas e um grupo de mulheres universitária. Palestra. Campinas: Unicamp, 2021

<https://ocs.ige.unicamp.br/ojs/react/article/view/3805>

ESTÉS, Clarissa Pinkola. **Mulheres que Correm com os Lobos**. Rio de Janeiro: Ed. Rocco, 1994. 627p.

FEDERICI, Silvia. **Calibã e a Bruxa**. São Paulo: Ed. Elefante, 2019. 460 p.

GRAY, Miranda. **Lua Vermelha: As energias criativas do ciclo menstrual como fonte de empoderamento sexual, espiritual e emocional**. São Paulo: Pensamento, 2017. 296 p.

HARDING, Mary Esther. **Os mistérios da Mulher**. São Paulo: Ed. Paulinas, 1985. 312 p.

KOLTUV, Barbara Black. **A Tecelã: Uma Jornada Iniciática Rumo à Individuação Feminina**. São Paulo: Cultrix, 2020. 144p.

MENNA, Fernanda. **O retorno da cultura matrística**. Carta Capital. São Paulo, 2019.

<https://www.cartacapital.com.br/blogs/sororidade-em-pauta/o-retorno-da-cultura-matristica/>

OWEN, Lara. **Seu sangue é ouro: Despertando para a sabedoria da menstruação**. Lótus 22. Viamão, 2008.

SALDANHA, Vera P. **Psicologia transpessoal: abordagem integrativa transpessoal: um conhecimento emergente em psicologia da consciência**. Ijuí: Unijuí, 2008. 341 p.

REIS, Carla Anahí Ortega. **A nutrição dos aspectos fisiológicos e arquetípicos da mulher como suporte para o ciclo menstrual saudável e processos de individuação.** Monografia (Especialização em Teorias e Técnicas para Cuidados Integrativos). Universidade Federal de São Paulo. São Paulo, 2018.

SIMONS, Eva Raquel. **Como a TPM pode influenciar no bem-estar físico e psíquico da mulher.** Monografia (graduação em Psicologia) - PUC. São Paulo, 2018.

<https://sapiencia.pucsp.br/bitstream/handle/18708/2/Eva%20Raquel%20Simons.pdf>

VILLAC, Luana. **A Mulher e o Enigma: Caminhos e descaminhos da feminilidade.** Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental. São Paulo, 2014.
https://www.researchgate.net/publication/272397605_A_mulher_e_o_enigma_Caminhos_e_descaminhos_da_feminilidade

WINCKLER, Laura. **Os deuses interiores: como identificar seu arquétipo pessoal.** Belo Horizonte: Edições Nova Acrópole, 2017. 336p.