

VIDAS VAZIAS E A BUSCA DE SENTIDO NA CONTEMPORANEIDADE: UMA VISÃO JUNGUIANA¹

Ronaldo Pinheiro de Lima²
Paulo Ferreira Bonfatti³

RESUMO:

Ao longo dos séculos, o ser humano vem experimentando impactos psicológicos significativos com as transformações históricas e culturais da sociedade. A princípio, viveu a perda das tradições e dos mitos coletivos, que atuavam como guias e davam sentido para sua vida. Posteriormente, vieram o Iluminismo, a revolução industrial e o advento da sociedade de consumo capitalista, que culminaram na supervalorização, ou unilateralidade do pensamento racional e conseqüente distanciamento dos conteúdos inconscientes da psique. Assim, a queixa de uma vida vazia e sem sentido passou a ser frequente nos consultórios de psicoterapia, sendo essa considerada uma importante questão coletiva contemporânea. Após anos de prática psicoterápica e estudo de milhares de sonhos de pacientes, Jung observou que, uma reflexão cuidadosa acerca das imagens provindas do inconsciente, produzia efeitos salutares na vida dos indivíduos. Para os que apresentam a queixa de uma vida vazia e sem sentido, a integração à consciência dos conteúdos inconscientes, pode se configurar como uma possibilidade de renovação criativa para suas vidas. Abre-se assim a possibilidade para o ser humano atual talvez se reconectar com suas raízes psíquicas e, quem sabe, encontrar seu próprio sentido. Dessa forma, o presente artigo busca investigar como a psicologia junguiana pode ajudar o indivíduo a lidar com o sentimento de vazio e a falta de sentido na vida contemporânea. Para isso, foi utilizada a revisão narrativa de caráter exploratória, tendo como foco produções bibliográficas de autores junguianos.

Palavras-chave: Sentimento de Vazio. Busca de Sentido. Individuação. Psicologia Junguiana.

EMPTY LIVES AND THE SEARCH FOR MEANING IN CONTEMPORANEITY: A JUNGIAN VISION

ABSTRACT:

Over the centuries, the human being has been experiencing significant psychological impacts with the historical and cultural changes of society. At first, he experienced the loss of collective traditions and myths, which guided and provided meaning to his life.

¹ Artigo de trabalho de conclusão de curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Academia, na Linha de Psicologia Clínica. Recebido em 04/11/2020 e aprovado, após reformulações, em 04/12/2020.

² Discente do curso de graduação em Psicologia do Centro Universitário Academia (UNIACADEMIA). E-mail: rplima.br@gmail.com

³ Doutor em Psicologia Clínica pela Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-Rio) e docente do Centro Universitário Academia (UNIACADEMIA). E-mail: paulobonfatti@hotmail.com

Subsequently, the Enlightenment, the industrial revolution and the advent of capitalist consumer society came, which culminated in the overvaluation, or unilateralism, of the rational thought and the consequent distance from the psyche unconscious contents. Thus, the complaint of an empty and meaningless life became frequent in psychotherapy offices, which is considered an important contemporary collective issue. After years of psychotherapeutic practice and study of thousands of patients' dreams, Jung observed that, a careful reflection about the images coming from the unconscious, produced salutary effects in the lives of individuals. For those who complain about an empty and meaningless life, the integration into the consciousness of unconscious contents can be configured as a possibility for creative renewal for their lives. Perhaps opening the possibility for the current human being to reconnect with his psychic roots and, who knows, to find out his own meaning. Therefore, this article seeks to investigate how Jungian psychology can help the individual to deal with the feeling of emptiness and the lack of meaning in contemporary life. For this, the exploratory narrative review has been used, focusing on bibliographic productions by Jungian authors.

Keywords: Emptiness. Search for Meaning. Individuation. Jungian Psychology.

1 INTRODUÇÃO

“Os dois dias mais importantes da sua vida são:
o dia em que você nasceu,
e o dia em que você descobre o porquê.”
Mark Twain

A sociedade contemporânea foi definida por Bauman (2001) como “modernidade líquida”, por ser baseada em relações fluidas, efêmeras e frágeis. Essas características, que englobam os relacionamentos sociais, afetivos e econômicos, foram constatadas após a Segunda Guerra Mundial e mais intensamente a partir da década de 1960. A modernidade líquida se contrapõe à denominada modernidade sólida, período anterior da sociedade que tinha como principais características as relações longevas e fortemente baseadas em valores morais rígidos.

Bauman assevera que “[...] a família, os colegas de trabalho, a classe e os vizinhos são fluidos demais para que imaginemos sua permanência e os creditemos com a capacidade de quadros de referência confiáveis” (BAUMAN, 2001, p. 209). Dessa forma, nas relações sociais atuais não se estabelecem vínculos fortes que trariam segurança para o dia a dia das pessoas. Seria mais seguro apostar na transitoriedade, já que é mais provável “[...] que o que encontraremos amanhã será

nosso próprio corpo imerso em família, classe, vizinhança e companhia de outros colegas de trabalho inteiramente diferentes [...]” (BAUMAN, 2001, p. 209).

De acordo com Bauman (2001), o paradigma vigente na sociedade capitalista contemporânea é o consumo, cuja principal atividade é a de comprar. Para esse autor, “[...] o comprar compulsivo é também um ritual feito à luz do dia para exorcizar as horrendas aparições da incerteza e da insegurança que assombram as noites” (BAUMAN, 2001, p. 96). A atividade obsessiva de comprar não se limita a roupas, sapatos, carros, aparelhos eletrônicos ou móveis. “A busca ávida e sem fim por novos exemplos aperfeiçoados e por receitas de vida é também uma variedade do comprar, e uma variedade de máxima importância [...]” (BAUMAN, 2001, p. 87).

Na sociedade dos consumidores, os problemas da vida são solucionados através de recursos externos e materiais, isto é, uma nova compra. Assim, surgem os conselheiros, que segundo Bauman (2001) são as pessoas que afirmam “estar por dentro” das novas soluções do momento. Possuem legiões de seguidores, mas nunca tiveram seus conhecimentos de fato colocados à prova publicamente. Como tudo na sociedade líquida, a satisfação com os conselheiros não dura muito tempo: do mesmo modo que podem ser contratados, podem também ser demitidos. Suas soluções para uma vida feliz têm prazo de validade “[...], mas muitos cairão em desuso bem antes dessa data, apequenados, desvalorizados e destituídos de fascínio pela competição de ofertas ‘novas e aperfeiçoadas’” (BAUMAN, 2001, p. 85).

Adicionalmente, é relevante constatar “[...] a renúncia, adiamento ou abandono, pelo Estado, de todas as suas principais responsabilidades em seu papel como maior provedor (talvez mesmo monopolístico) de certeza, segurança e garantias [...]” (BAUMAN, 2001, p. 211) para seus cidadãos. Hollis (2017) sustenta que, na antiguidade, quando a entidade central que ditava os sentidos e rumos da tribo perdia seu papel de provedor, gerava grande ansiedade e medo entre os indivíduos. Além disso, também ocorria a rápida ascensão de embusteiros tentando enganar as pessoas com soluções simplórias para os mais variados problemas⁴. “Tal é o nosso tempo: enquanto houver carros ou salvação à venda, tudo que se tem de fazer é ligar

⁴ Nas palavras do autor: “snake oil salesman, ou vendedores de óleo de cobra (HOLLIS, 2017, p. 169).

os canais a cabo para vê-los com elegância e pompa integrais” (HOLLIS, 2017, p. 169).

Essas condições de vida levam homens e mulheres a procurarem por modelos a serem seguidos, principalmente nas pessoas que estão sob os holofotes, não importando por qual motivo. Espera-se que elas forneçam respostas para “as coisas que importam” na vida (BAUMAN, 2001). É natural que, diante da intimidante grandiosidade e dos mistérios insondáveis da vida, se busque mediadores, “[...] o Estado, gurus, evangelizadores de cabelo arrumado -, todos eles com sua própria agenda de lucro” (HOLLIS, 2017, p. 57).

Nos grandes centros urbanos, onde os indivíduos parecem viver cada dia mais distanciados de seus valores naturais, Franz (2016) observa que um número crescente de pessoas experimenta um sentimento de vazio. “Algumas vezes tudo parece bem externamente, mas no seu íntimo a pessoa está sofrendo de um tédio mortal que torna tudo vazio e sem sentido” (FRANZ, 2016, p. 219). Para se distraírem, ocupam-se de atividades variadas: filmes, séries, mídias eletrônicas, espetáculos esportivos e discussões políticas acaloradas. Porém, o efeito dessas distrações é limitado e após algum tempo elas voltam a se deparar com a aridez de suas próprias vidas, pois já estão desiludidas e cansadas de tentarem preencher o vazio interior consumindo distrações (FRANZ, 2016).

O mal-estar gerado pela percepção de que a própria vida como um todo está vazia, que carece de sentido ou significado, pode ser definido como vazio existencial. Esse vazio, que também pode ser experienciado de forma inconsciente e não explicitamente declarado, é capaz de causar impactos na vida do indivíduo, diminuindo ou mesmo anulando a satisfação que ele experimenta nas atividades diárias, seja nos relacionamentos afetivos, no trabalho e nas relações sociais. De um simples autoquestionamento existencial em determinado momento crítico da vida, pode se transformar em ruminações mentais persistentes, e, dependendo da persistência desses pensamentos, poderá gerar quadros psicopatológicos, chegando até mesmo a aumentar significativamente o risco de suicídio (PACCIOLLA, 2015).

Jung (2016) considera que o indivíduo tem necessidade de carregar consigo convicções que lhe tragam um significado à vida e o auxiliem a encontrar seu próprio caminho no mundo. Para Franz (2016), a vida não seria plenamente compreendida

levando em consideração somente os processos racionais ou os instintos isolados como o sexo, o poder, a fome e a sobrevivência. A realização principal do ser humano não se encerraria nesses mecanismos: o que o colocaria acima desses processos seria a ideia de que a vida tem um propósito mais elevado. Jung (2016) é enfático ao afirmar que, a partir dessa convicção, o ser humano poderia suportar até mesmo sofrimentos terríveis, pois visualizaria um sentido na experiência dolorosa. Entretanto, se não tiver essa certeza, pode se sentir arrasado, desorientado e infeliz. “É o sentido que nos sustenta na vida: enquanto houver um sentido, pode-se viver, mesmo em condições muito pouco favoráveis” (FRANZ, 2018, p. 82-83).

O presente artigo tentará lançar luz sobre a questão da perda do sentido na vida contemporânea, assim como esboçar um possível caminho de busca de sentido individual, utilizando-se os preceitos da psicologia junguiana. Hollis (2017, p. 49) aponta que a psicologia de orientação psicodinâmica contemporânea, “[...] compreende que somos todos buscadores de sentido, criaturas criadoras de sentido, e quando experienciamos a perda do sentido, nós sofremos”. O autor complementa ao afirmar que, o principal objetivo da psicologia junguiana “[...] é solicitar o sentido, o mistério, da psique em todos os seus intentos, especialmente na patologia, em suas expressões simbólicas” (HOLLIS, 2017, p. 50). Assim, diante da complexidade da sociedade contemporânea, a psicologia junguiana se apresenta como valioso recurso para o indivíduo refletir sobre as circunstâncias da própria existência. Através da dialética consciente-inconsciente, ele poderá procurar pistas que o assistam na busca por uma vida psicologicamente mais rica e com sentido. A jornada não é simples; cada um deverá encontrar seu próprio caminho e enfrentar deuses e demônios metafóricos rumo à constante ampliação de consciência.

2 A PERDA DE SENTIDO NA VIDA CONTEMPORÂNEA

O ser humano originário considerava deuses e demônios como realidades indiscutíveis, uma vez que sua consciência ainda pouco desenvolvida era diariamente inundada por fenômenos inconscientes inexplicáveis, que o afetavam profundamente (JUNG, 2013c). “Nossos ancestrais intuíram esses poderes autônomos e, às vezes, até lhes deram nomes” (HOLLIS, 2004, p. 63). Os índios Tupinambá, um dos povos

originários brasileiros, cultuavam: Tupi, que se apresentava sob a forma do som do trovão; Jacy, divindade representada pela lua, protetora das plantas e da reprodução; Guaracy era o sol e representava a pureza, a verdade e a luz; e Ruda, deus do amor que flechava os corações das índias para prepará-las para viver a união conjugal (CARIBÉ, 2020). “Esses grandes e implacáveis poderes se opunham e frequentemente frustravam o desenvolvimento do destino das pessoas” (HOLLIS, 2004, p. 64).

Desse modo, diante de poderes e ameaças insondáveis, o indivíduo se perguntava: “[...] ‘Qual é o deus que está agindo aqui?’ Sua intuição era de que alguma força mais profunda do que a consciência estava ativa, de que havia uma mão invisível agindo, e que o sujeito precisa conseguir algum tipo de reconciliação com ela” (HOLLIS, 2004, p. 154). Nesse contexto, as tradições religiosas tinham papel fundamental em personificar essas avassaladoras forças psíquicas inconscientes, dando sentido e direcionamento tanto para a vida do mundo exterior, quanto do mundo interior, isto é, psicológico do sujeito (HOLLIS, 2004).

Com o fim da Idade Média, quando havia uma hegemonia teocêntrica criadora de sentido, e o advento do Iluminismo, “[...] se passou a negar a existência real dos deuses e a considerá-los como projeções. Foi o fim dos deuses, mas não da função psíquica correspondente, que ficou reprimida no inconsciente” (JUNG, 2013c, p. 106). E a cultura ocidental presenciou a crescente diminuição dos poderes da Igreja e do Estado. Essas instituições, que antes amparavam e orientavam a vida dos indivíduos, hoje exercem pouca influência sobre eles (HOLLIS, 2004). Assim, “[...] nós não somos mais como uma tribo indígena que tem seu mito e seu mundo e, mais ainda, seu cosmo. [...] um cosmo completo, onde tudo tem sentido [...]” (FRANZ, 2018, p. 38).

Para Jung (2016), o ser humano contemporâneo se considera independente das tradições que, para ele, são ultrapassadas. Não há espaço mais para rituais no seu dia a dia e muitos dispensaram a oração diária em busca de suporte divino. Entretanto, nesse processo ele também ficou desorientado, sem aqueles símbolos que, através de suas crenças, o conectavam às suas raízes intrapsíquicas deixando-o, assim, sem suas bases morais. Johnson (1989, p. 18) reforça apontando que “[...] sonho, visão, ritual e experiência religiosa – estão em grande parte perdidas para nós, menosprezadas pela mente moderna como primitivas ou supersticiosas”. Jung (2016)

ainda afirma que quando esse fenômeno ocorria em sociedades ditas primitivas, inúmeras vezes os indivíduos começavam a perder o sentido da vida, a entrar em decadência moral e a vida social a se desintegrar.

Por outro lado, à medida que foi se desconectando dos fenômenos inconscientes, compreendendo-os como vestígios de um mundo retrógrado e anacrônico, o ser humano contemporâneo foi supervalorizando e desenvolvendo a racionalidade e uma consciência unilateral. Aprendeu a transformar suas ideias em ações, a executar seu trabalho de forma eficiente, e o seu lema passou a ser *querer é poder* (JUNG, 2016). Conquistou avanço tecnológico surpreendente, acesso contínuo a enormes quantidades de informações e ainda manipulou radicalmente a natureza para atingir seus objetivos de progresso. Dessa forma, a intelectualidade se fortaleceu de tal maneira que se tornou presa fácil para uma fantasia de onipotência (HOLLIS, 2004). “[...] Cheios de orgulho e arrogância, com profunda crença em nossa razão inabalável, cortamos as nossas origens no inconsciente e nos desligamos da parte mais profunda de nós mesmos” (JOHNSON, 1989, p. 18). Segundo Franz (2018, p. 20), “[...] mais ou menos desde os tempos de Descartes, adquirimos esse racionalismo e uma cesura que nos isola do inconsciente”.

Hollis (2004) observa que, se antes as torres dos castelos e das igrejas guiavam os ocidentais, hoje são as torres comerciais, os impérios das empresas de tecnologia que estendem seu poder através de redes de computadores invisíveis. As pessoas são incentivadas a focar suas energias no sucesso profissional, a dominar as novas tecnologias, construir uma família, conquistar a segurança financeira, e é garantido a elas que um dia tudo fará sentido. “Tentamos nos relacionar com todos os assuntos da vida através de medidas externas – conseguindo mais dinheiro, tornando-nos mais poderosos, arranjando um caso amoroso ou ‘realizando alguma coisa’ no mundo” (JOHNSON, 1989, p. 18). Hollis (2004) considera a boa saúde e o dinheiro como os deuses atuais do ocidente. E quando o sujeito se depara com a perda de um desses importantes agentes psíquicos da cultura, nele emergem grandes questões relacionadas ao significado de sua vida. Essas perdas acabam por forçá-lo de volta ao caminho da natureza, quer ele queira ou não. “Quando dançamos conforme a sedutora música do dinheiro ou da saúde, estamos vivendo um sistema mitológico que tem pouco a ver com a jornada da alma” (HOLLIS, 2004, p. 63).

Jung (2016) sustenta que o ser humano não está mais em contato íntimo com a natureza e os fenômenos que não estão fundamentados na racionalidade são muitas vezes ridicularizados. No entanto, a psique humana é muito mais do que só a razão. Uma análise detalhada mostra que muitos desses elementos originários ainda subsistem e estão agindo nos processos mentais. “Nós ainda vivemos nesse plano mitológico, porque somos criaturas profundas e não superficiais, não importando se a consciência está disposta a reconhecer esses agentes invisíveis ou não” (HOLLIS, 2004, p. 64). Não reconhecer e entrar em conflito com essas verdades inconscientes, “[...] equivale à negação consciente dos instintos, isto é, a um desenraizamento, a uma desorientação, à falta de sentido da existência, ou que outros nomes possam ter estes sintomas de inferioridade” (JUNG, 2013a, p. 372).

Apesar de toda a força e capacidade adaptativa da racionalidade, o ser humano não percebe que sua falta de introspecção ainda o subjugava a deuses e demônios psíquicos internos que lhe tomam o controle, trazendo inquietação e preocupações sem razões aparentes. Esses demônios, que antes assustavam os ancestrais, agora se apresentam com outros nomes, e assim o ser humano se depara “[...] com complicações psicológicas, com uma insaciável necessidade de pílulas, álcool, fumo, alimento e, acima de tudo, com uma enorme coleção de neuroses” (JUNG, 2016, p. 103). Mesmo com todo o desenvolvimento racional, a fantasia da mente dita primitiva ainda vive sob a consciência civilizada. Os indivíduos continuam sedentos por mágica: a religião certa, a terapia certa, a dieta certa, a meditação certa, o medicamento certo, o relacionamento certo, ou seja, soluções instantâneas para transformar, resgatar e proteger suas vidas (HOLLIS, 2004).

Certamente, um retorno a uma hipotética e paradisíaca época dourada seria um equívoco e negaria todo um percurso feito pela humanidade. Assim sendo, cumpre dizer que a psicologia junguiana propõe que não se deve negar os avanços indispensáveis da racionalidade e voltar ao estado natural, mas conservar o desenvolvimento da consciência já alcançado e enriquecê-lo com o conhecimento da psique originária (JUNG, 2013a). Desse modo, Jung (2013c) assevera que não cabe ao ser humano atual tornar a considerar os fenômenos inconscientes como realidades concretas, assim como fazia o ancestral encarando-os como deuses e demônios reais, pois isso seria um retrocesso. Porém, deve-se reconhecê-los como realidades

psíquicas, porque de fato atuam na vida dos indivíduos. Franz (2018) enfatiza que esse também não é um movimento contra a racionalidade, visto que a razão é uma função importante da psique que deve ser empregada em diversos momentos da vida. O ponto é reconciliar a vida racional (consciente) com a irracional (inconsciente), pois também “[...] há momentos em que se deve deixar viver o sentimento, a fantasia, a fantasia criativa, sobretudo para se encontrar um sentido [para a vida]” (FRANZ, 2018, p. 23-24).

A queixa de falta de sentido na vida foi observada por Jung (2013b) em sua prática clínica da psicoterapia. De acordo com o psicoterapeuta suíço, um terço dos pacientes que o procurava não apresentava uma neurose bem definida, todavia estavam adoecidos devido a uma falta de sentido ou conteúdo nas suas vidas. Geralmente eram pessoas maduras, bem sucedidas, inteligentes, adaptadas socialmente e que se queixavam que suas vidas estavam estagnadas. Elas já tinham passado por tratamentos psicoterápicos anteriores baseados em métodos racionais, mas agora se encontravam resistentes a eles, obtendo resultados parciais ou até mesmo negativos (JUNG, 2013b). Franz (2018) corrobora ao afirmar que em muitos dos seus analisandos não foram encontrados sintomas psiquiátricos ou psicopatológicos, porém, a queixa principal era de uma vida sem sentido e vazia. Para a autora, “[...] a pior neurose não são os sintomas, mesmo que sejam muito desagradáveis, mas a pior neurose é ter o sentimento de que minha vida não tem sentido” (FRANZ, 2018, p. 23).

Diante da estagnação insuportável de uma vida sem sentido, que Jung concorda em chamar de neurose contemporânea generalizada, a consciência do indivíduo já teria esgotado todas as formas possíveis de encontrar uma saída viável. De modo geral, são pessoas que se dedicaram em demasia ao pensamento racional, ou seja, unilateralmente à parte consciente de sua psique (JUNG, 2013b). Esses indivíduos estão isolados de seus instintos e suas vidas se tornam maçantes e cerceadas pelas muralhas da razão. Impedido de viver satisfatoriamente os seus dias, essa “[...] limitação gera no indivíduo o sentimento de que é uma criatura aleatória e sem sentido, e esta sensação nos impede de viver a vida com aquela intensidade que ela exige para poder ser vivida em plenitude” (JUNG, 2013a, p. 338). O que se aponta é que o distanciamento do inconsciente “[...] produz uma agitação neurótica cujos

exemplos abundam em nossos dias. Esta agitação, por sua vez, gera a falta de sentido da existência, falta esta que é uma enfermidade psíquica [...]” (JUNG, 2013a, p. 372).

3 REDESCOBRINDO O INCONSCIENTE

Perante uma vida paralisada, vazia, sem sentido, que privilegiou unilateralmente as necessidades da consciência, o inconsciente poderá ser investigado à procura de pistas sobre o que fazer para sair desse cenário. Franz (2016) atesta que o ser humano só encontrará um caminho que o tire do tédio de uma vida estagnada, se viver a aventura de encarar o lado profundo de sua psique inconsciente, que abriga as experiências irracionais tão desvalorizadas na contemporaneidade (FRANZ, 2016). Assim, ele terá a possibilidade de “[...] desencavar de novo as imagens fantasiosas do inconsciente que a nossa mente racionalista havia rejeitado” (JUNG, 2013a, p. 338). O contato com essas imagens pode representar o reencontro com a parcela de natureza psíquica que habita em nós, “[...] e que aparentemente jaz sepultada em nosso passado, e contra a qual nos entrincheiramos por trás dos muros da *ratio* [razão]” (JUNG, 2013a, p. 338-339).

A consciência busca seu elemento oposto e complementar, isto é, o inconsciente, para regular novamente o fluxo da vida. Isso faz parte de uma lei natural que foi observada na antiguidade pelo filósofo grego Heráclito. Ele chamou essa função de *enantiodromia*, que significa *correr em direção contrária*, e compreendeu que tudo retorna a seu contrário em algum momento da vida (JUNG, 2013c). Jung (2013c) percebeu que essa é também uma lei autorreguladora da psique, que contém inúmeros elementos opostos funcionando de forma complementar ou compensatória, como por exemplo: consciente e inconsciente, racional e irracional, pensamento e sentimento, extroversão e introversão, masculino e feminino. Assim, a psique abrange os dois polos e o caminho não seria a unilateralidade, seja ela da consciência ou do inconsciente.

Na compreensão de Jung (2013c), não há nada que prove que o destino e a vida como um todo flui somente baseada na direção da razão humana. O autor sustenta que, ao observar os acontecimentos irracionais, chamados de acaso, há evidências que mostram que a filosofia causal e condicionada se aplica apenas a

algumas situações. Desse modo, a totalidade da vida também estaria sujeita à lei compensatória dos opostos, pois ela teria tanto aspectos racionais quanto irracionais, e “[...] quanto mais prolongarmos o rumo escolhido pela razão, tanto mais excluiremos a possibilidade de viver a vida irracional, que, no entanto, tem o mesmo direito de ser vivida.” (JUNG, 2013c, p. 61).

Os elementos racionais e irracionais, assim como todos os outros pares de contrários psíquicos, “[...] não são contrapostos apenas em seu conteúdo, mas também em relação à sua intensidade energética” (JACOBI, 2013, p. 91). A psique regula as relações entre eles através dos constantes movimentos e transformações da energia psíquica, que é sempre mantida em um estado de tensão (JACOBI, 2013). A energia psíquica possui significado amplo e se manifesta nos fenômenos da psique. Pode ser compreendida como a totalidade “[...] daquela força que impulsiona e liga todas as formas de atividades desse sistema psíquico [...] a intensidade do processo psíquico, seu *valor psicológico* [...]” (JACOBI, 2013, p. 87, grifo do autor). O conceito de energia não tem nenhuma relação com a metafísica, é utilizado como forma de compreensão psicológica. A energia psíquica “[...] é apetite, é instinto permanente de vida que se manifesta pela fome, sede, sexualidade, agressividade, necessidades e interesses os mais diversos” (SILVEIRA, 1981, p. 36).

Para a psicologia junguiana, a psique (compreendendo consciente e inconsciente) é “[...] um sistema energético relativamente fechado, possuidor de um potencial que permanece o mesmo em quantidade através de suas múltiplas manifestações, durante toda a vida” (SILVEIRA, 1981, p. 39). A quantidade e a mobilidade da energia psíquica são constantes, variando apenas sua distribuição, ou seja, “[...] se a energia psíquica abandona um de seus investimentos virá reaparecer sob outra forma” (SILVEIRA, 1981, p. 39).

No processo neurótico da unilateralidade, a consciência do sujeito sofre um decréscimo repentino de energia psíquica, “[...] toda atividade exercida até então perde o interesse e se torna sem sentido. De repente, suas metas perdem todos os atrativos” (JUNG, 2013b, p. 55). De modo compensatório, o inconsciente fica inundado pelo excesso de energia, que por sua vez gera “[...] repercussões na psicologia do

indivíduo. Pelo refluxo dessa libido⁵, o inconsciente se fortalece extraordinariamente, passando a exercer uma influência colossal sobre a consciência [...]” (JUNG, 2013c, p. 106). Conteúdos inconscientes reprimidos são revigorados, e então passam a ter autonomia sobre a consciência, podendo causar distúrbios como as neuroses (JACOBI, 2013). E “[...] é por isto que tantas vidas não vividas caem sob o domínio do inconsciente” (JUNG, 2013a, p. 338).

O movimento da energia psíquica é sempre dirigido, podendo ocorrer no sentido da progressão ou da regressão. A progressão é orientada pela consciência e consiste em um avanço contínuo relacionado às necessidades de adaptação ao mundo, resoluções de conflitos e tomadas de decisões variadas. Já a regressão ocorre quando há fracasso nessa adaptação consciente, quando o ego, que é o centro da consciência, é frustrado ou quando há repressão. Esse processo pode resultar em “[...] um represamento unilateral da energia [...], tendo como consequência que os conteúdos do inconsciente são carregados de energia mais do que o aconselhável, tornando-se inflados” (JACOBI, 2013, p. 95). De forma geral, “a progressão está fundamentada na necessidade de adequação ao exterior e a regressão, à necessidade de adaptação interior [...]” (JACOBI, 2013, p. 96).

No movimento de regressão, é necessário que a consciência intervenha na tentativa de absorver e integrar os conteúdos inconscientes recém-iluminados (JACOBI, 2013). Quando a consciência se mantém, invariavelmente, na atitude psíquica unilateral, não há conscientização e “[...] isso pode fazer o indivíduo regredir a um estágio anterior de seu desenvolvimento, formar neuroses, ou, quando se dá uma inversão total, [...] levar a uma psicose” (JACOBI, 2013, p. 95). O sujeito não reconhece que “[...] *tudo o que é humano é relativo, porque repousa numa oposição interior de contrários, constituindo um fenômeno energético*” (JUNG, 2013c, p. 87, grifo do autor). A energia psíquica, porém, só é produzida quando há tensão entre os contrários. Não havendo reconhecimento do oposto da atitude consciente, simplesmente não há criação de energia. Assim, para que a vida siga seu caminho o “[...] consciente procura, talvez sem perceber, o seu oposto inconsciente, sem o qual

⁵ “Enquanto Freud atribui à libido significação exclusivamente sexual, Jung denomina libido à energia psíquica tomada num sentido amplo. *Energia psíquica e libido são sinônimos*” (SILVEIRA, 1981, p. 36, grifo da autora).

está condenado à estagnação, à obstrução ou à petrificação. É no oposto que se acende a chama da vida.” (JUNG, 2013c, p. 65).

Os conceitos de progressão e regressão não devem ser entendidos como positivo e negativo, respectivamente. Para a psicologia junguiana, os dois movimentos são igualmente necessários e fazem parte da lei natural do fluxo energético da psique. A regressão da energia pode ser sintoma de um transtorno psíquico em algumas circunstâncias, principalmente quando ocorre uma paralisia unilateral nesse estágio. Por outro lado, ela pode ser também o caminho para restabelecer a harmonia psíquica, e até mesmo para ampliar a personalidade (JACOBI, 2013). “Isso porque é a regressão que, por exemplo, no sonho, traz a lume as imagens do inconsciente, vivificando-as e possibilitando um enriquecimento da consciência” (JACOBI, 2013, p. 96).

Assim, os sonhos também são utilizados na prática clínica da psicoterapia contemporânea, eles são um dos caminhos de acesso ao aspecto irracional, ou inconsciente, da psique⁶. Segundo Jung (2013b), a opção pelos sonhos não é porque exista uma teoria misteriosa que vai dar todas as respostas sobre o que está acontecendo na vida psíquica do indivíduo, e sequer é uma questão de querer impor esse método a todo custo. O autor observou que uma reflexão profunda e verdadeira sobre o sonho geralmente produz bons resultados⁷ que, na prática, mostram ao paciente para onde o inconsciente está apontando. Não é possível se prender na questão de analisar esses resultados como cientificamente comprováveis ou não, o que realmente importa é saber se eles fazem sentido para o paciente e contribuem para possivelmente tirá-lo de uma vida estagnada (JUNG, 2013b).

O sonho é um produto natural criado espontaneamente pela psique e não guiado pela vontade consciente. Ele não consiste em um simples processo causal, mas também em um processo de condução teleológica, isto é, se dirige a uma finalidade. Os sonhos fornecem indicações de certas orientações básicas da atividade

⁶ O inconsciente não se manifesta apenas através dos sonhos, são inúmeras as suas expressões, como por exemplo: mitos, contos de fadas, dogmas e ritos religiosos, manifestações artísticas em geral, fantasias, imaginação ativa, atos falhos, chistes, sintomas psíquicos e somáticos (SILVEIRA, 1981).

⁷ Jung calculava ter analisado ao menos oitenta mil sonhos (FRANZ, 2016), e ainda assim afirmou: “[...] o que eu sei a respeito dos sonhos é muito pouco. Vejo apenas a sua eficácia sobre o paciente” (JUNG, 2013b, p. 56).

psíquica em curso com imagens e associações de pensamentos (JUNG, 2015). Além disso, “[...] a grande maioria dos sonhos é de natureza compensatória. Eles sempre acentuam o outro lado, a fim de conservar o equilíbrio da alma [psique].” (JUNG, 2013c, p. 116). Quando a psique está tendendo unilateralmente para os conteúdos conscientes, os sonhos poderão evidenciar atitudes opostas e ideais contrários aos defendidos até então. Amores podem ser reconhecidos como inimizades, as verdades da razão podem ser reconhecidas como inverdades e onde havia valor pode se encontrar desvalor (JUNG, 2013c).

Através da análise dessas imagens compensatórias provindas dos sonhos, muitos acabam tomando decisões radicais em suas vidas, tentando negar tudo o que parecia bom e desejável anteriormente, ou seja, tentando viver no extremo oposto da sua antiga atitude. “Mudanças de profissão, divórcios, conversões religiosas, apostasias de todo tipo são sintomas desse mergulho no contrário.” (JUNG, 2013c, p. 87). Jung (2013c) discorre que o problema dessa mudança radical é que toda a vida passada, que agora parece inadequada, será reprimida e esse movimento psíquico poderá acabar gerando outro desequilíbrio na vida do indivíduo, tendendo novamente para a unilateralidade exagerada. A psique, sendo autorregulada pela lei dos opostos, abarca os dois polos da vida, não é só um ou o outro. A solução, portanto, não seria se transformar no seu contrário, isto é, adotar uma atitude rigorosamente oposta àquela anterior, mas a conservação dos antigos valores somados ao reconhecimento do seu oposto, “[...] é preciso achar um caminho intermediário conciliatório entre a realidade consciente e a inconsciente.” (JUNG, 2013c, p. 91).

O canal de comunicação estabelecido entre o consciente e o inconsciente, com o objetivo sintético de buscar o equilíbrio psíquico, foi chamado por Jung (2013c) de função transcendente. O emprego da palavra transcendente, nesse caso, não tem nenhum sentido metafísico. É utilizada para designar a criação de uma passagem de uma atitude antiga para uma nova. É “[...] uma função que, fundada em dados reais e imaginários ou racionais e irracionais, lança uma ponte sobre a brecha existente entre o consciente e o inconsciente” (JUNG, 2013c, p. 92). É um processo natural de unificação dos contrários, que visa assimilar à consciência os conteúdos de fantasia produzidos espontaneamente pelo inconsciente. E para que isso ocorra, não basta

que a consciência entenda intelectualmente os conteúdos iluminados no inconsciente: é necessário assimilá-los e, sobretudo, vivenciá-los (JUNG, 2013c).

A conscientização das imagens poderá ajudar a restabelecer o equilíbrio da psique, revelar detalhes valiosos da existência que estavam ocultos à luz da razão, e, nesse processo de assimilação, pode ser encontrada até mesmo uma forma de superar a tristeza de uma vida vazia (JAFFÉ, 2016). Desse modo, a personalidade do indivíduo seria ampliada, novos valores agregados e sua vida talvez se tornaria menos rígida e mais rica psicologicamente (JUNG, 2013c). Assim, as imagens inconscientes atuariam como transformadoras de energia, alterando novamente a direção do movimento energético para a progressão (JACOBI, 2013).

A oportunidade de adentrar a camada irracional da vida teria um valor incomensurável para alguém que se encontrava paralisado na unilateralidade racional e não conseguia experimentar nenhum sentido ou satisfação nisso (JUNG, 2013b). A atenção voltada às fantasias oriundas do inconsciente, mesmo que a princípio incompreendidas, já poderia modificar o dia a dia do indivíduo, trazendo novos interesses, visto que “[...] a maioria das coisas depende muito mais da maneira como as encaramos, e não de como são em si. Vale muito mais a pena viver as pequeninas coisas com sentido, do que as maiores, sem sentido algum” (JUNG, 2013b, p. 58).

Jacobi (2013) afirma que o inconsciente, para Jung, não se apresenta somente como o local de despejo dos conteúdos reprimidos da consciência. É principalmente “[...] a instância primária e criativa do ser humano, a fonte de toda arte e de todo criar humano, que jamais seca” (JACOBI, 2013, p. 162). Nesse contexto, a fantasia possui enorme importância, pois, em última análise, nela se desvela o poder criativo do ser humano. “Toda obra humana é fruto da fantasia criativa. [...] O poder da imaginação, com sua atividade criativa, liberta o homem da prisão da sua pequenez, do ser ‘só isso’, e o eleva ao estado lúdico” (JUNG, 2013b, 58). A fantasia está em comunhão com a base instintual e animal profunda do ser humano, e, sendo assim, em sintonia com sua natureza psíquica (JUNG, 2013b).

4 ENCONTRANDO O SENTIDO INDIVIDUAL

No decurso de anos de trabalho psicoterápico, atendendo um grande número de pessoas e estudando seus sonhos, “[...] Jung descobriu não apenas que os sonhos dizem respeito, em grau variado, à vida de quem sonha, mas também que são parte de uma única e grande teia de fatores psicológicos” (FRANZ, 2016, p. 210-211). Além disso, quando os sonhos do indivíduo são analisados em conjunto, eles parecem expressar também um esquema maior, uma configuração que tende a uma finalidade específica para cada um (FRANZ, 2016). Percebe-se “[...] uma espécie de tendência reguladora ou direcional oculta, gerando um processo lento e imperceptível de crescimento psíquico – o processo de individuação” (FRANZ, 2016, p. 211). De acordo com Jung (2013c), esse processo se desenvolve naturalmente com uma meta, que direciona o ser humano para a revelação de seu significado. “O sentido e a meta do processo são a realização da personalidade originária [...] É o estabelecimento e o desabrochar da totalidade originária, potencial.” (JUNG, 2013c, p. 123).

Segundo Franz (2016), a tendência que autorregula o crescimento psíquico e provoca a constante ampliação da personalidade, parece se originar de um centro energético organizador, “[...] uma espécie de ‘núcleo atômico’ do nosso sistema psíquico. É possível denominá-lo também de inventor, organizador ou fonte das imagens oníricas” (FRANZ, 2016, p. 212). A esse ponto central psíquico, que também expressa a totalidade absoluta da psique, Jung denominou *self*⁸. “Intelectualmente, ele [o *self*] não passa de um conceito psicológico, de uma construção que serve para exprimir o incognoscível [...]” (JUNG, 2015, p. 129). Jung (2015) aponta que é inevitável a dificuldade em definir algo que ultrapassa os limites da compreensão humana. Para o autor, “[...] o *si-mesmo* também pode ser chamado ‘o Deus em nós’. Os primórdios de toda nossa vida psíquica parecem surgir inextricavelmente deste ponto e as metas mais altas e derradeiras parecem dirigir-se para ele” (JUNG, 2015, p. 129, grifo do autor).

Franz (2016) considera que o ser humano, desde recuados tempos, teve intuição da existência desse centro regulador. No decorrer da história, o *self* recebeu nomes distintos. “Os gregos o chamavam de *daimon*, o interior do homem; no Egito ele estava expresso no conceito de *alma-Ba*; e os romanos adoravam-no como o

⁸ Encontram-se distintas versões nas obras junguianas no Brasil. Utiliza-se o termo *Self* que, por vezes, quando traduzido do inglês para a língua portuguesa encontra-se o termo *si-mesmo*. No original, em língua alemã, *Selbst*.

‘gênio’ inato em cada indivíduo” (FRANZ, 2016, p. 212). Nos povos originários, o *self* era frequentemente imaginado como um espírito protetor encarnado em um animal ou um fetiche. Os índios *naskapi*, atualmente habitantes do Canadá, também teriam a intuição natural da essência do *self*. Por viverem muito isolados, apenas em pequenos grupos familiares, não desenvolveram crenças e rituais coletivos. Assim, não há mestres religiosos para ditar costumes e tradições. Quando o caçador *naskapi* está na floresta, conta apenas com suas vozes interiores, ou as revelações do seu inconsciente, para obter conselhos inestimáveis. Esse companheiro interior é chamado por eles de “meu amigo” ou “Grande Homem” (FRANZ, 2016).

Para os poucos que ainda se sentem genuinamente conectados às tradições religiosas coletivas, a “voz” protetora e orientadora do *self* talvez seja encontrada em algumas religiões. De acordo com Zacharias (2020), todas as religiões afro-brasileiras atuais reverenciam os índios originários como entidade espiritual protetora, através da figura do caboclo. Principalmente na umbanda, religião genuinamente brasileira marcada por forte sincretismo, caboclos e caboclas são as principais entidades-guia da casa. Talvez como forma de compensação psíquica, o índio foi elevado à condição de divindade ancestral e espírito protetor. “Ainda hoje estes indígenas míticos veem [sic] nos terreiros salvar as gentes simples dos males que as afligem; muitas vezes representam os únicos médicos e terapeutas a que essas pessoas têm acesso” (ZACHARIAS, 2020, p. 113).

Inicialmente, o desenvolvimento da dimensão criativa e total da psique surge apenas como um potencial inato. O quanto o indivíduo irá se aproximar dessa totalidade depende se o ego vai assimilar ou não as imagens inconscientes produzidas pelo *self* (FRANZ, 2016). Isto é, caso o indivíduo não fique paralisado na unilateralidade e suporte a tensão e os conflitos ao encarar as imagens dos opostos, a função transcendente poderá ocorrer. Assim, pode haver o crescimento psíquico em direção à totalidade inerente de sua personalidade. “[...] O nosso Grande Homem inato torna-se mais real aos que o ouvem do que aos que o desprezam. Ouvindo-o, tornamo-nos seres humanos mais completos” (FRANZ, 2016, p. 213).

Nessa atitude, “[...] a orientação vem do inconsciente [*self*]. A crítica, a escolha e a decisão ficam reservadas ao consciente [ego]” (JUNG, 2013c, 123). Para realizar a totalidade, o ego tem papel ativo, pois ele lança luz ao sistema psíquico como um

todo, permitindo que os conteúdos ganhem consciência e sejam realizados (FRANZ, 2016). “Se, por exemplo, possuo algum dom artístico de que meu ego não está consciente, este talento não se desenvolve e é como se fosse inexistente. Só posso trazê-lo à realidade se o meu ego o notar” (FRANZ, 2016, p. 213). Desse modo, a totalidade inata, como finalidade e possibilidade psíquica, é diferente daquela totalidade efetivamente vivida e concretizada. Apesar de o processo acontecer de forma autônoma e inconsciente, ele só é verdadeiro quando o sujeito tem consciência e conserva uma conexão ativa com ele, inclusive cooperando e tomando livremente decisões para beneficiá-lo (FRANZ, 2016).

Segundo Franz (2016), a experiência subjetiva do processo de individuação sugere a manifestação de alguma instância superior ao ego, que atua de forma criativa em nossa vida. O sentimento subjetivo é que o *self* nos guia de acordo com uma intenção secreta. “É como se algo estivesse nos olhando, algo que não vemos mas [sic] que nos vê – talvez o Grande Homem que vive em nosso coração e que, através dos sonhos, nos vem dizer o que pensa a nosso respeito” (FRANZ, 2016, p. 214). O ego precisa renunciar ao utilitarismo consciente, não buscar um propósito ou objetivo, para cuidadosamente perceber e se entregar ao processo de crescimento interior. É um impulso poderoso que domina o indivíduo e está em harmonia com a aspiração de uma autorrealização criadora e única (FRANZ, 2016).

Franz (2016) afirma que a experiência de dedicar diariamente certa parcela da atenção focada na realidade do *self*, se assemelha a uma tentativa de viver concomitantemente em dois mundos distintos. Ao mesmo tempo que realizamos as tarefas cotidianas do mundo exterior, “[...] mantemo-nos alertas às insinuações e sinais, tanto dos sonhos quanto dos acontecimentos exteriores que o *self* utiliza para simbolizar suas intenções – a direção para onde se move o fluxo da vida” (FRANZ, 2016, p. 282). Talvez essa experiência diária com o *self*, ainda se encontre viva intuitivamente nas mulheres do povo indígena *Huni Kuin*. Segundo Rocha (2020), esse povo é conhecido também pelos antropólogos como *Kaxinawá* e atualmente vive na Floresta Amazônica, desde o Peru até o Acre. A autora relata que visitou as aldeias e observou que as mulheres realizam toda a rotina da floresta de uma forma sagrada. Assim, “[...] para colher o algodão, as mulheres cantam para ‘os donos’ do algodão, seu espírito; para fiá-lo, cantam para a aranha; para tingi-lo, cantam para o jenipapo

e o urucum; para comer, agradecem com a dança da fartura e da colheita” (ROCHA, 2020, p. 120).

Franz (2016) sustenta que, cada indivíduo tem sua própria forma de autorrealização, mesmo os problemas humanos sendo muitas vezes parecidos, eles nunca são exatamente iguais. É dispensável olhar como o outro está realizando seu processo de individuação, com o intento de imitá-lo. É possível admirar e se inspirar pela forma autêntica pela qual ele se entrega a seu próprio desenvolvimento, mas “[...] o fato é que cada pessoa tem que realizar algo de diferente, exclusivamente seu” (FRANZ, 2016, p. 216).

Para quem não se sente mais integrado a uma tradição religiosa ou um mito coletivo, pode ser preciso descer às profundezas de si próprio e se perguntar *qual é a imagem inconsciente que pode me servir como um guia?* “Os hindus diriam: ‘Você deve encontrar seu guru interior [...] e encontrar seu mito’” (FRANZ, 2018, p. 39). Franz (2018) complementa afirmando que, o mesmo ocorre no processo psicoterápico analítico, porque não se trata apenas de tentar curar os sintomas do analisando, “[...] trata-se sempre de encontrar o mito da pessoa e, também, o sentido, a criatividade ou o lugar em que se possa ser criativo na sociedade” (FRANZ, 2018, p. 39). As indicações inicialmente vêm pelos sonhos e “[...] se alguém encontrou seu mito, ele não vai impô-lo aos outros. Ele não irá às ruas dizer: ‘Agora tenho uma nova religião, um novo mito e vocês devem crer nela’, mas dirá: ‘Esta é a minha verdade’” (FRANZ, 2018, p. 40).

Conforme exposto, a maioria dos indivíduos contemporâneos sentiu, psicologicamente, a perda das tradições e dos referenciais mitológicos, isto é, os guias que antigamente auxiliavam os povos originários a mapear suas jornadas (HOLLIS, 2004). Então, a responsabilidade de encontrar as próprias verdades, ou o próprio mito “[...] caiu sobre o indivíduo. Ou criamos nossos mitos, nossas ficções [...], ou seremos escravizados pelos mitos e ficções de outrem” (HOLLIS, 2004, p. 104). Contudo, talvez exista a possibilidade de resgatar o local de onde essas imagens mitológicas surgiram, que para a psicologia junguiana seria a psique. “A descoberta do inconsciente, no entanto, compensa a perda dessas ilusões tão queridas, abrindo-nos um enorme e inexplorado campo de realizações [...]” (FRANZ, 2016, p. 306). Ao introduzir essas imagens inconscientes na vida consciente, aos poucos o *self* pode ir

se revelando e o ego experimentando um impulso interior que contém oportunidades e potencialidades de transformação e renovação da personalidade (FRANZ, 2016).

O trabalho pelo qual o ser humano atual é chamado a fazer, não é somente aquele emprego pelo qual ele é pago. O trabalho fundamental, *opus*, “[...] é a busca pelos deuses, a busca pela nossa vocação, o rastreamento do invisível. É o trabalho de crescimento pessoal e encontro pessoal” (HOLLIS, 2004, p. 148). Buscar um deus para servir, não significa a procura literal de uma entidade metafísica, mas de personificar, nomear e honrar aquela energia psíquica poderosa que tem o poder autônomo de encarnar nos indivíduos e assumir o controle de suas vidas. Honrar esse deus é estar consciente, ao invés de escravizado (HOLLIS, 2004). “Quando podemos usar tais ficções de maneira consciente, então podemos permanecer despertos em nossa jornada [...]. Uma ficção que vale a pena leva-nos a uma vida que vale a pena” (HOLLIS, 2004, p. 106).

“Saber o que é verdadeiro para nós, sentir o que realmente sentimos, acreditar no que realmente dá sentido à nossa singular jornada – essa é a essência de viver uma vida de integridade [...]. Não é fácil, não é comum” (HOLLIS, 2004, p. 95). Para Franz (2016, p. 299), “[...] encontrar o sentido profundo da vida é mais importante para um indivíduo do que tudo o mais, e é por esse motivo que o processo de individuação deve ter prioridade”. Individuar-se compreende um dos maiores empreendimentos que o ser humano contemporâneo pode realizar e tornar-se si mesmo passaria a ser uma prioridade, visto que, potencialmente, poderia libertá-lo da estagnação e auxiliá-lo na busca do sentido profundo de sua vida (FRANZ, 2016). Esse processo “[...] permite de repente fazer da sua vida, até então desinteressante e apática, uma aventura interior sem fim, repleta de possibilidades criadoras.” (FRANZ, 2016, p. 265).

A busca pelas próprias verdades e pelo sentido profundo da vida, parece se assemelhar ao estágio último de uma análise na prática clínica. Adler (1977) aponta que, conforme o processo analítico avança, o analisando vai se preocupando menos com os problemas neuróticos, adquirindo confiança para trabalhar e compreender por conta própria o material do seu inconsciente. Nesse estágio da análise, “[...] o paciente transcendeu a relação paciente-analista e se tornou um parceiro maduro na busca comum de sua própria verdade e do sentido próprio de sua vida” (ADLER, 1977, p. 85). A capacidade de elaborar os próprios sonhos ou fantasias provindas do

inconsciente, denota uma atitude de independência em relação ao analista. Seria também um sinal de maturação do processo analítico. “O indivíduo maduro tem agora acesso independente às manifestações criativas do inconsciente e irá querer ficar em contato com as mesmas” (ADLER, 1977, p. 86).

Não é possível esperar que todos os analisandos cheguem a esse estágio último ideal no processo analítico. Esse grau de maturidade “[...] pode estar fora do alcance de muitos pacientes, e muitos deles estarão apenas muito contentes de terem seu sintoma curado e de estarem livres do jugo do inconsciente” (ADLER, 1977, p. 86). Contudo, até para esses analisandos, a busca é sempre pela autonomia e independência em relação ao analista. Seria recomendável oferecer-lhes “[...] pelo menos, alguma maneira de compreenderem seus processos inconscientes por si mesmos, caso eles os descubram vindo para a superfície” (ADLER, 1977, p. 86).

Desse modo, na prática clínica é importante refletir sobre o conceito de cura. “Nós empregamos o critério do sintoma curado, ou pensamos realmente em termos de maturação e integração?” (ADLER, 1977, p. 87). É natural, diante de sintomas bem definidos, que o analisando se autoavaleie como curado após a eliminação dos sintomas. Porém, quando a queixa não é tão clara, quando há um mal-estar geral, quando há o sentimento de vazio ou de falta de sentido, fica mais complexo refletir sobre o que seria a cura (ADLER, 1977). Assim, Adler (1977) complementa constando que a cura, no sentido convencional da eliminação dos sintomas, nunca é o objetivo da análise, mesmo quando alcançada. O real objetivo da análise seria a maturação do indivíduo, e a maturação “[...] está sempre estreitamente ligada à uma questão especial: a questão do significado da vida, da vida em geral, e da vida individual” (ADLER, 1977, p. 88).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O modo de vida contemporâneo parece ser baseado em excessos ou em uma unilateralidade que distancia o indivíduo de suas raízes psíquicas. Consumo desenfreado, uso como uma panaceia utilitarista das religiões, exploração irresponsável da natureza, padrões de saúde e beleza inalcançáveis, ingestão diária

de drogas lícitas e ilícitas e vícios de todos os tipos, são alguns aspectos dessa maneira de viver que se assemelha a uma corrida que não possui uma linha de chegada ou objetivo conhecido pelos seus participantes.

Difícilmente essas atividades isoladas servirão de apoio para responder às questões mais profundas de suas vidas, e conseqüentemente resgatá-los do tédio, do vazio e do sentimento da falta de sentido na vida. É importante evidenciar uma vez mais que, não se trata de negar todos os importantes avanços materiais e tecnológicos ocorridos nos últimos séculos, nem de uma possível nostalgia da vida de outrora. Trata-se de tentar compensar esse modo de ser suportando uma constante tensão, que reconhece os excessos e se conscientiza dos valores contrários, que até então não eram admitidos, mas que também repousam na psique.

Cada vida humana é singular e complexa, constituída por uma combinação única de aspectos biológicos, sociais, históricos e psíquicos. Assim, não parece viável o uso de respostas pré-fabricadas por outros indivíduos, mesmo que com boas intenções, para responder as questões fundamentais da própria vida. A jornada em busca de si mesmo, através da conscientização das imagens que emergem espontaneamente do inconsciente, a princípio pode se configurar complicada, mas se apresenta como um caminho autêntico de reconexão com o indivíduo originário psiquicamente esquecido nos dias de hoje. Em 1964, Marie-Louise von Franz opinou: “[...] parece-me certo que a descoberta do processo de individuação pelo dr. Jung é um fato que as gerações futuras terão de levar em conta se desejarem evitar a estagnação ou mesmo uma possível regressão” (FRANZ, 2016, p. 307).

É importante ressaltar que esse é um processo que o próprio indivíduo deve realizar, inclusive no contexto clínico. Não é o analista que oferta o sentido para a vida do analisando, não se trata de mais um guru vendendo uma verdade engessada. O analista será um apoio, poderá oferecer algumas ferramentas para que o analisando consiga, aos poucos, compreender seu próprio processo, encontrar seu caminho único, seu mito pessoal e sua própria verdade.

A questão do sentido da vida pode parecer fugir do contexto do tratamento analítico, ser considerada objeto da filosofia ou das religiões, porém, tendo em vista que a psicologia clínica lida com a saúde mental e bem-estar dos indivíduos, esta questão se mostra bastante relevante nas condições de vida contemporânea.

Portanto, a busca pelo sentido seria também a busca por uma cura, a cura do ser humano dos excessos, que talvez tenha se perdido no reluzente caminho do progresso científico e tecnológico, se esquecendo de suas poderosas raízes psíquicas arquetípicas.

REFERÊNCIAS

ADLER, Gerhard. Métodos de tratamento na psicologia analítica. *In*: WOLMAN, Benjamin B. **Técnicas psicanalíticas**: as técnicas não-freudianas e técnicas especiais e resultados. Rio de Janeiro: Imago, 1977. p. 52-92.

BAUMAN, Zygmunt. **Modernidade líquida**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 2001.

CARIBÉ, Tereza. Somos todos Tupinambá. *In*: OLIVEIRA, Humbertho. **Morte e renascimento da ancestralidade indígena na alma brasileira**: psicologia junguiana e inconsciente cultural. Petrópolis: Vozes, 2020. p. 33-62.

FRANZ, Marie-Louise von. **A busca do sentido**: entrevistas radiofônicas. São Paulo: Paulus, 2018.

FRANZ, Marie-Louise von. O processo de individuação. *In*: JUNG, Carl Gustav. **O homem e seus símbolos**. 3.ed.especial. Rio de Janeiro: HarperCollins Brasil, 2016. p. 207-308.

HOLLIS, James. **Assombrações**: dissipando os fantasmas que dirigem nossas vidas. São Paulo: Paulus, 2017.

HOLLIS, James. **Nesta jornada que chamamos vida**: vivendo as questões. São Paulo: Paulus, 2004.

JACOBI, Jolande. **A psicologia de C.G. Jung**: uma introdução às obras completas. Petrópolis: Vozes, 2013.

JAFFÉ, Aniela. O simbolismo nas artes plásticas. *In*: JUNG, Carl Gustav. **O homem e seus símbolos**. 3.ed.especial. Rio de Janeiro: HarperCollins Brasil, 2016. p. 309-368.

JOHNSON, Robert Alex. **Sonhos, fantasia e imaginação ativa**: a chave do reino interior. São Paulo: Mercuryo, 1989.

JUNG, Carl Gustav. **A natureza da psique**. 10.ed. Petrópolis: Vozes, 2013a.

JUNG, Carl Gustav. **A prática da psicoterapia**: contribuições ao problema da psicoterapia e à psicologia da transferência. 16.ed. Petrópolis: Vozes, 2013b.

JUNG, Carl Gustav. Chegando ao inconsciente. *In*: JUNG, Carl Gustav. **O homem e seus símbolos**. 3.ed.especial. Rio de Janeiro: HarperCollins Brasil, 2016. p. 15-132.

JUNG, Carl Gustav. **O eu e o inconsciente**. 27.ed. Petrópolis: Vozes, 2015.

JUNG, Carl Gustav. **Psicologia do inconsciente**. 23.ed. Petrópolis: Vozes, 2013c.

PACCIOLLA, Aureliano. **Psicologia contemporânea e Viktor Frankl**: fundamentos para uma psicoterapia existencial. São Paulo: Cidade Nova, 2015.

ROCHA, Sílvia Renata Medina da. Alquimia da floresta: uma história vivida. *In*: OLIVEIRA, Humbertho. **Morte e renascimento da ancestralidade indígena na alma brasileira**: psicologia junguiana e inconsciente cultural. Petrópolis: Vozes, 2020. p. 115-151.

SILVEIRA, Nise da. **Jung**: vida e obra. 7.ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1981.

ZACHARIAS, José Jorge M. A divinização do excluído: o caboclo na umbanda. *In*: OLIVEIRA, Humbertho. **Morte e renascimento da ancestralidade indígena na alma brasileira**: psicologia junguiana e inconsciente cultural. Petrópolis: Vozes, 2020. p. 103-114.