**O Terapeuta e o Confronto com o Inconsciente**

*Quando quero recriar a mim mesmo,*

*procuro a floresta mais escura, o pântano mais denso,*

*mais interminável e, para o cidadão, o mais sombrio.*

*Eu entro num pântano como em um lugar sagrado,*

*um sanctum sanctorum.*

*Lá está a força, a essência, da natureza.*

*Henry David Thoreau, "Walking"*

Desde o início da humanidade, especulações e encantamento têm ocorrido ao redor do tema da loucura. É de comum acordo que, da mesma forma que causa repulsa e por vezes até nojo nos seres humanos, tem também o potencial de despertar o interesse como de quem olha para o abismo em busca de uma resposta. Sabe-se que a curiosidade pode ter um preço alto, e flertar com a loucura pode ser um caminho irreversível para os que se aventuram ou têm o destino por ela traçado. De religião, rito, mitologia até a bioquímica e as intrincadas redes neurológicas, diversos olhares ocorreram até hoje sobre essa temática. O elemento em comum, porém, talvez seja a potencialidade e o mistério insondável que a loucura encerra em seu interior. Aos que convivem diariamente com essa manifestação*,* pode-se sentir quase como um campo gravitacional ao seu redor, atraindo os corpos inertes ao seu encontro. É desse confronto que iremos nos ocupar neste trabalho, especialmente no âmbito da psicoterapia.

Comecemos a partir de duas imagens. Conta a mitologia grega que, no momento em que Sêmele exigiu que Zeus comprovasse sua divindade, foi carbonizada pela visão de sua potencialidade divina. Por vezes, os deuses disfarçavam-se durante suas aparições aos homens, sabendo da força de seu *mana*. 1,2

A segunda imagem trata-se do mito de Amaterasu, a deusa do Sol do Japão. Conta o mito que Amaterasu, horrorizada com os feitos de seu irmão Susanoo, fugiu e se encerrou dentro de uma caverna, tapando a entrada com uma enorme pedra. O mundo, sem a presença da deusa do Sol, caiu em uma estéril escuridão, sendo atormentado por maus-espíritos que traziam distúrbios. Diversos deuses tentaram estratégias para convencê-la a sair da caverna, sem sucesso. Omohikane, o deus sábio que coordena o pensamento, teve a ideia de pedir à deusa Ama-no-uzume (deusa da Alegria e do Amanhecer) para se despir em uma banheira cheia de saquê. A situação provocou uma imensa agitação, movida a gargalhadas frente à exposição da deusa em um estado de possessão e desnuda. Movida por sua curiosidade, Amaterasu entreabriu a porta da caverna para sondar o motivo da agitação e o que era tão engraçado. Quando Amaterasu abriu mais um pouco a caverna, os deuses ergueram um espelho e a cegaram com sua própria luz. O deus Tajikawa-wo ("Divindade masculina da Mão Forte") agarrou Amaterasu ainda tonta e a conduziu para fora da caverna. Desde então, os deuses interditaram sua reentrada e o mundo pôde voltar a prosperar.3



Fig 1: Utagawa Kunisada (1856): Amaterasu emergindo da caverna.

O encontro com o numinoso, tal como exemplificado nas duas histórias, pode ser descrito como um evento primordial na psique e o ponto de partida de um longo mergulho nas águas da inconsciência. O confronto com os deuses tem um preço tanto a quem a ele comparece quanto a quem procura evitar a qualquer custo seu embate.

O mundo imaginário sempre foi povoado pelas deidades, mas seu reconhecimento por cada sociedade certamente mudou nos últimos séculos. Passamos de um mundo que respirava os anseios dos deuses, sua fúria, seus caprichos, para a morte do deus Pã e o nascimento de uma sociedade baseada no domínio dos deuses do Positivismo, Materialismo e Progresso. À medida em que a peça de teatro ficou desfalcada em personagens principais, brotaram outros espectadores indesejados, tais como os diversos nomes do vocabulário de nossa psicopatologia.⁴

O enfoque da psicoterapia passa ao comportamento visível, muito mais do que o questionamento de qual deus estaria ali agindo em determinada situação. Parte da humanidade cai na resposta fornecida pelas religiões, parte cai na instituição da medicina, e o que existe é apenas um vácuo com personagens agora subterrâneos. Sobressaem as saídas pela farmacologia e pelas respostas estruturadas que dizem respeito aos anseios do ego, mas não da alma. Qualquer divindade submetida ao regime egoico de constrição, aprisionamento, adoração ou modificação está fadada a morrer.⁴

Isso não livra o homem do arrebatamento causado pela potencialidade das imagens do inconsciente. Já nas conferências sobre a esquizofrenia de Jung, em "A psicogênese das doenças mentais" (1939), fica descrito que: "o momento em que o paciente se deixa invadir e guiar pelos estranhos conteúdos do inconsciente, ou seja, para de lutar, chegando a se identificar com os elementos mórbidos, ele fica exposto ao risco da esquizofrenia. (...) o eu perde toda a força para resistir à influência de um inconsciente aparentemente mais poderoso". Fica já claro que os conteúdos não são exclusivos dos pacientes, e que espreitam e trazem a possibilidade da doença mental a qualquer um que acesse seus níveis.⁵

A ignorância dos conteúdos pode trazer um certo conforto ilusório, tentando o ego muitas vezes assumir uma posição da divindade que pertence ao Si-mesmo, e de "controlar" o magma inconsciente.⁴

Hillman (1975) descreve algumas formas de negação da psicopatologia que são mais familiares do que imaginaríamos. A primeira é a negação através do Nominalismo, o qual busca categorizar os sintomas e fenômenos individuais em categorias vazias e comuns. A segunda negação é através do que chama de Niilismo, saindo pela conclusão de que a psicopatologia não existe e deslocando muitas vezes o problema à sociedade, que convenciona as classificações de acordo com seus interesses. A terceira negação - talvez mais comum após o advento das filosofias *New Age* e da popularização do pensamento oriental - é a negação pela Transcendência, um movimento que busca ignorar a sombra e os movimentos da profundeza em prol da busca pelo caminho da felicidade.⁶

O que acima Hillman nos descreve são tentativas de lidar com algo que os terapeutas estão bem familiarizados: o desconforto muitas vezes provocado diante do paciente que traz à tona uma enchente de conteúdos. No *setting* terapêutico, o inconsciente do paciente confronta o inconsciente do analista, dando margem ao sentimento de vulnerabilidade deste último. Tal encontro de inconscientes foi caracterizado no *Rosarium Philosophorum* como "encontro da mão esquerda", onde em suas gravuras as pessoas são unidas através da mão esquerda, que simboliza a sombra e o inconsciente.⁷

A qualidade do vínculo terapêutico pode ser decisiva para a condução do irrompimento inconsciente, modificando assim de um curso devastador para a possibilidade de fertilização e de renovação da psique.⁷ Para isso, o terapeuta enfrenta um percurso próprio, tal como Dante que passa por dentro do Inferno e Purgatório antes de chegar finalmente ao Paraíso. Podem ocorrer em sua própria vivência o aparecimento de seres oriundos dos mundos subterrâneos, projetando seu medo através de aranhas, serpentes, ratos, etc. Ao mesmo tempo, a escuridão pode engolir o ego de forma aterradora, mas também, ser o terreno donde surgem novas potencialidades (semelhante ao útero). ⁴

Jung nos alerta: não há um método que funcione para todos - "diante do paciente só existe a compreensão individual".⁸ O caminho é particular e de mão dupla. Passada a cultura derivada do cientificismo e da ânsia pelo conhecimento, nos deparamos com uma das formas de reação diante do subterrâneo inconsciente: a postura de não querer saber de tudo e aceitar trabalhar com o incognoscível. Ao paciente, importa muito estar diante de alguém que se solidariza por seu estado de estar na escuridão, e não procura resolvê-la a qualquer custo.7,8

Também deve-se estar atento aos perigos de cair em um vínculo onde o terapeuta procura compreender o paciente de maneira forçosamente solidária, sem dar espaço para suas próprias reações naturais ao processo. Aniquilar as reações em busca de demonstrar apenas "amor e paciência" pode tornar o processo estéril - reagir é movimentar. Expressar empatia frente ao sofrimento é uma pedra angular na construção do vínculo terapêutico, porém, o perigo aqui se refere ao terapeuta que teme reagir de outras formas frente aos conteúdos, tirando a naturalidade de suas reações que seria tão útil ao paciente.⁷

A reação implica na premissa básica do respeito com o paciente e com o deus manifesto. As imagens primordiais e os arquétipos são fonte inesgotável para o trabalho com os conflitos, e devem ser tratadas como tais, pois aceleram o processo da terapia. Honrar os conteúdos, principalmente os repulsivos, faz com que estes percam sua força de funcionar de forma autônoma. A repressão alimenta os monstros no inconsciente, fazendo com que o objetivo de "eliminar" os maus pensamentos tenha um efeito contrário.4,7

Deve-se também atentar para os efeitos da inundação inconsciente na relação mente-corpo. Fierz (1991) acredita que a ciência médica faz o intermédio com o corpo da mesma forma que os mitologemas (o cerne simbólico de um mito) o fazem para com o nível psicológico, dando uma orientação de alguma forma.4,7

O terapeuta, que segue o curso natural de sua vida e depara-se com esse encontro inconsciente esperado (porém não menos impactante), precisa saber olhar para seu caos interior a fim de ter condições de realizar um trabalho transformador com o paciente. Compreender a si mesmo é essencial, mesmo que este seja um processo que nunca findará. Quando se é acostumado a trabalhar guiado pelo racional, pela construção de hipóteses diagnósticas e pela busca do reconhecimento rápido de padrões, deixa-se de lado essa escuridão que é também o cerne da fertilidade em termos de transformação psíquica. Perguntar-se "como meu inconsciente vive essa situação?" pode ser útil para não perder de vista esse elemento subterrâneo. Disponibilizar ao paciente apenas a persona do terapeuta dificilmente bastará em termos mais profundos: "só o ferido cura" - nos alerta Jung em Memórias, Sonhos e Reflexões (1961). Claramente, essa disponibilidade da parte ferida à serviço da terapia necessita de um comprometimento emocional, entrando aqui a necessidade da análise didática no processo de formação do terapeuta. Lidar com as divindades, entender seus anseios, raivas, angústias, exige que o terapeuta não seja carbonizado a cada confronto com essas potencialidades. Nisso, o simples ensino da técnica e teoria não tem qualquer chance de alcance - apenas um processo também de diálogo próprio com seus deuses guia o terapeuta para essa relação através dos pacientes.⁸

Neste percurso da análise, as resistências são companhias garantidas na estrada. Podem ser enxergadas como obstáculos a serem ultrapassados, porém, também podem ser entendidas como elementos de sinalização no percurso, principalmente quando são persistentes em determinado local. Não é por acaso que a separação ego e inconsciente ocorre na neurose, visto que o risco de inundação é real.⁸ Muitas vezes, percebemos na clínica a necessidade gradual do olhar e dar condições ao ego primeiramente, antes de promover o embate com o inconsciente. Tentar quebrar a resistência diante de uma consciência fragilizada pode ter um efeito devastador - mesmo atividades como análises dos sonhos e ativação de fantasias podem ter que esperar sua vez para serem utilizadas. Aqui, o paciente dita o ritmo - uma vez que ele se sinta à vontade para permitir que os conteúdos inconscientes tomem corpo, cabe ao terapeuta acompanhá-lo da melhor forma possível.7,8

Como já citado anteriormente, honrar os conteúdos simbólicos, encontrar as imagens dos deuses nos conteúdos trazidos e dialogar com eles despotencializa, pelo menos em parte, seu potencial devastador e torna possível estabelecer uma relação fecunda na terapia. Quando o deus não é reconhecido, seus afetos envolvidos podem tomar magnitudes que são inconcebíveis à consciência. Uma vez que se reconhece seu "nome", existe a possibilidade do fazer consciência e do diálogo, podendo dessa forma canalizar uma transformação psíquica que ocorre em todas as camadas do ser.4,7 Enxergar a capacidade de cura por trás da psicopatologia é essencial para empreender essa jornada, algo que Jung relata em Memórias, Sonhos e Reflexões (1961): "visto de fora, só se manifesta no doente mental a trágica destruição de que é vítima; raramente aparece a vida, o lado da alma que não está voltado para nós".⁸

Jung chama de "homens-deuses" àqueles que incorrem à uma inflação do ego diante do evento primordial, causando uma atitude pretensiosa e deiforme que é intolerável para a sociedade. Esses indivíduos muitas vezes acabam encerrados nas instituições mentais, onde sua deidade é contraposta com a impotência que resulta muitas vezes do ambiente controlador do cuidado psiquiátrico.⁷

Podemos refletir sobre as características desse confronto com o inconsciente também na esfera coletiva. O olhar à insanidade dá voz à fantasia criativa que sempre moveu o mundo, mesmo que de forma inconsciente. Enxergar o acontecimento dos eventos primordiais como "loucura" no outro impossibilita à sociedade acessar o potencial transformador das imagens inconscientes.⁷ Novamente a repressão entra em cena, encerrando a deusa do Sol na caverna, deixando o mundo estéril e vulnerável à toda sorte de conflitos. Deixar quem passa por essas experiências à margem da comunidade é tão eficaz e mortífero quanto encerrar Amaterasu à caverna por medo de ser cegado em seu encontro. Negligenciar a loucura como absurda, simplesmente porque parece incompreensível à primeira vista, priva a sociedade da possibilidade de acessar o potencial criativo intrínseco das imagens primordiais. Tal potencial se faz extremamente necessário, principalmente em épocas como a nossa onde existe o reinado da normose, esse conjunto de atitudes comuns da sociedade que causam algum sofrimento ou prejuízo.

Faz parte do processo do terapeuta poder encontrar uma forma criativa de se comunicar com as profundidades. Aqui, cabe dizer que esse movimento muito nos lembra a característica de Hermes em conduzir como ponte o acesso entre os mundos de consciente e inconsciente, acompanhando Perséfone durante sua volta à superfície. Omohikane só é mais eficaz em tirar Amaterasu da caverna por utilizar sua criatividade e sedução para fazê-la sair por si só, semelhante à esperteza que encontramos em Hermes e que é responsável por não deixar passar despercebida uma oportunidade, ou melhor, poder enxergá-la no escuro.⁹

Tatear o caminho entre os dois mundos - trazer Amaterasu de volta ao exterior - exige por certo algumas qualidades do terapeuta que mais se assemelham às de um artesão. Não há guia, não há método. A persona do terapeuta não alcança esse diálogo. A consciência apolínea, dentro de toda sua distinção, não alcança esse diálogo. Só Hermes em sua esperteza e audácia dá conta de percorrer o caminho, de olhar para a destruição e enxergar a criatividade necessária para o transformar. O risco de quem procura outros caminhos é, face a face com o inconsciente, ver o outro afundar e deixar-se afundar também.

Trago por fim, um trecho e citação encontrados no livro Mitologemas (2004) de Hollis⁴, que sintetiza nosso papel na relação com o inconsciente:

"Aos deuses onipresentes somos obrigados a trazer nossas almas recalcitrantes, todos os dias, em todas as suas humilhações e triunfos insignificantes, e confessar:

Seu aluno, embora lento, tem boa vontade,

o único aluno que você terá na vida."

(Carl Dennis, "A Chance for the Soul", em Pratical Gods, pg 31)

Andressa Martins dos Santos

Referências:

1. BRANDÃO, J. S. Mitologia grega, volume II. 22a edição. Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.
2. MIGLIAVACCA, E. M. Jogo de opostos: uma aproximação à realidade mental através do mito de Dioniso. *Psicologia USP*, São Paulo, v. 10, n.1, p.297-309, 1999.
3. PHILIP, N.; WILKINSON, P. Guia ilustrado Zahar: mitologia. 1a edição. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 2008.
4. HOLLIS, J. Mitologemas: encarnações do mundo invisível. 1a edição. São Paulo: Paulus, 2005.
5. JUNG, C. G. Psicogênese das doenças mentais. 4a  edição. Petrópolis, RJ: Vozes, 2011
6. HILLMAN. J. Re-vendo a psicologia. Petrópolis, RJ: Vozes, 2010
7. FIERZ, H. K. Psiquiatria junguiana. São Paulo: Paulus, 1997
8. JUNG, C. G. Memórias, sonhos e reflexões. 30a edição. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2016
9. BARCELLOS, G. Mitologias arquetípicas: figurações divinas e configurações humanas. 1a edição. Petrópolis, RJ: Vozes, 2019