

**PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DO PARANÁ
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA
ESPECIALIZAÇÃO EM PSICOLOGIA ANALÍTICA**

A ALQUIMIA DOS COMPLEXOS

**CURITIBA - PR
2014**

ELAIDE LABONDE

A ALQUIMIA DOS COMPLEXOS

**Monografia apresentada no Curso de
Especialização em Psicologia Analítica pela
Universidade Católica do Paraná.**

Orientadora: Renata Cunha Wenth

**CURITIBA - PR
2014**

BANCA EXAMINADORA

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DO PARNÁ

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DO PARNÁ

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DO PARNÁ

Agradeço à Renata C. Wenth por colocar à disposição sua sabedoria e conhecimento na orientação do presente trabalho.

Agradeço a minha família pelo apoio incondicional.

Agradeço ao Poder Supremo pela dádiva da existência.

RESUMO

O presente trabalho é uma pesquisa bibliográfica sobre os complexos psíquicos de acordo com a teoria de C. G. Jung. Considerando a importância do tema para a prática da Psicoterapia Analítica o estudo enfatiza o processo de transformação pelo qual passam os complexos no transcorrer da análise e traça uma analogia com a transformação da matéria durante o Opus Alquímico. Apresenta as várias formas de manifestação dos complexos, que vai desde a total inconsciência, passando pelo estado de identidade, projeção e finalmente a confrontação que torna possível sua mudança. Ao lado disso mostra que é possível observar a correlação existente entre os complexos e as fases alquímicas da nigredo, albedo e rubedo, utilizando estudos e imagens dessa antiga e profunda arte de transformação.

Palavras-chave: Complexos, Alquimia, Análise, Transformação.

SUMÁRIO

RESUMO	5
INTRODUÇÃO	8
CAPITULO I	
A TEORIA DOS COMPLEXOS	10
1.1 Breve recorte histórico e filosófico	10
1.2 Teste de Associação de Palavras	12
1.3 Complexos Ideo-afetivos.....	15
1.4 O Complexo e suas manifestações.....	18
1.5 Morbidade e criatividade do complexo.....	21
CAPITULO II	
A TRANSFORMAÇÃO PSÍQUICA SOB A LUZ DA ALQUIMIA	27
2.1 A Nigredo	31
2.2A Albedo.....	33
2.3 A Rubedo	35
CAPITULO III	
A ALQUIMIA/TRANSFORMAÇÃO DOS COMPLEXOS	38
3.1 O complexo inconsciente	42
3.2 O complexo em estado de identidade.....	44
3.3 O complexo projetado	47
3.4 O complexo confrontado pelo ego.....	54
CONSIDERAÇÕES FINAIS	70
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	74

LISTA DAS FIGURAS

Figura 1	
Dois peixes nadam em nosso mar	43
Figura 2	
A luta com o dragão	46
Figura 3	
O autor trabalhando com a salamandra no fogo	53
Figura 4	
O pai sua por causa do filho.....	63
Figura 5	
O pai e o filho agora estão unidos.....	67

INTRODUÇÃO

Este trabalho tem por finalidade a realização de uma pesquisa bibliográfica acerca dos complexos psíquicos e a alquimia/transformação dos mesmos no processo da psicoterapia junguiana.

Ao longo da trajetória do pensamento junguiano a teoria dos complexos ocupa lugar de fundamental importância, sendo os complexos os principais constituintes da psique, junto aos arquétipos.

A Psicologia Analítica busca, entre outros objetivos, tornar possível o processo de crescimento e desenvolvimento das potencialidades reais do sujeito como resultado do tornar-se consciente dos processos psíquicos de si mesmo. Este processo chamado de individuação pressupõe a tomada de consciência dos complexos e, idealmente, a transformação dos mesmos – sua alquimia.

Desta forma, conhecer a natureza dos complexos e como se manifestam é indispensável para a prática da psicologia analítica, uma vez que a transformação dos seus aspectos autônomos e compulsivos diminui o sofrimento causado pela ausência de liberdade que acomete o indivíduo que se mantém vítima de conteúdos, muitas vezes, com forte carga emocional, que caracterizam os complexos.

A alquimia é uma vertente de grande importância na teoria e prática analítica por tornar possível uma correspondência simbólica entre as experiências dos alquimistas e o processo terapêutico.

O riquíssimo acervo de imagens e gravuras alquímicas, bem como as operações e fases pelo qual se processa a obra alquímica, representa simbolicamente o árduo processo de individuação: o indivíduo que se lança no caminho do autoconhecimento. Este processo é a meta principal da psicoterapia e pressupõe a superação e a transformação da “substância” que impede o progresso. Desta forma, o trabalho apresentado busca encontrar pontos de convergência entre os complexos psíquicos e a alquimia/transformação dos mesmos, através do embasamento teórico oferecido pela Psicologia Analítica.

O primeiro capítulo discorre sobre a teoria dos complexos formulada por Carl Gustav Jung, buscando subsídios também em outros autores.

O segundo capítulo apresenta um panorama da transformação psíquica sob a luz da alquimia.

O capítulo três trata da alquimia dos complexos – a possibilidade de transformação dos mesmos.

Finalmente, apresentamos as considerações finais sobre o assunto pesquisado.

CAPITULO I

A TEORIA DOS COMPLEXOS

“Podemos dizer que os nossos complexos são as cartas que o destino nos deu; é com essas cartas e não com outras, que ganhamos ou perdemos o jogo, e, se agimos como se não as tivéssemos ou se pedimos cartas diferentes, somos derrotados antes de começar”.

(Edward Whitmont, A Busca do Símbolo, 2008).

1.1 Breve recorte histórico e filosófico

A teoria dos complexos de Jung ocupa um lugar fundamental dentro da Psicologia Analítica porque os complexos ideo-afetivos, como são chamados, são a origem e o centro da vida psíquica. “Cada um de nós é uma multiplicidade de vozes falando a partir de uma multiplicidade de almas. Jung chamava esses complexos de “o pessoalzinho”. Eles povoam nossos sonhos, criam a dissociação e os conflitos internos, inventam nossos problemas.” (Hillman, 1981, p. 146).

A tese dos complexos foi elaborada e desenvolvida a partir das experiências de Jung com associação de palavras no Hospital Psiquiátrico Burghölzli, Zurique, no qual Jung ingressou como colaborador de Bleuler assim que terminou o curso de Medicina, em 1900.

Douglas (2002), colaboradora do Manual de Cambridge, ao falar dessa fase inicial da carreira de Jung, encontrou uma analogia interessante entre a Suíça e ao que Jung chamava de sua personalidade número Um e personalidade número Dois. A autora relaciona aspectos de ambos – homem e país – como influências importantes na formação da personalidade de Jung, assim como na sua vasta obra.

O primeiro aspecto era a situação econômica e política estável da Suíça que não se envolveu em guerras, a exemplo de seus vizinhos. O espírito prático, racional e austero dos conterrâneos de Jung, bem como tradição cultural em várias áreas, conferia a segurança emocional necessária para o seu crescimento como pessoa e como pensador de renome. Viver na Suíça teve grande repercussão na visão de homem e mundo que Jung desenvolveu

“Jung cresceu na região da Suíça onde se fala alemão e durante o quarto final do século XIX. Embora o resto do mundo estivesse passando por mudanças violentas, dilacerado por guerras nacionalistas e mundiais, durante toda a vida de Jung (1875-1961), a Suíça manteve-se uma federação forte, livre, democrática e tranquila, abrigando com êxito uma diversidade de línguas e grupos étnicos” (Douglas:Young-Eisendrath, 2002,p. 41).

Esse aspecto da Suíça se assemelhava ao seu próprio lado intelectual que Jung chamou de número Um, o aspecto racional, investigativo e preocupado com a comprovação científica de suas pesquisas. Jung tinha uma personalidade compatível com o espírito de sua época – final do século XIX e início do século XX – marcada por grandes transformações nas artes, nas ciências, na política, nas relações de trabalho, assim como o surgimento de novos modelos de relações humanas, sociais, de trabalho, etc.

Por um lado, o nascimento da ciência moderna influenciada pelo positivismo de Comte exigia, entre outras coisas, a comprovação experimental nos moldes das ciências exatas para validar as novas áreas do saber humano, entre elas a Psiquiatria e a Psicologia.

Embora seja unanimidade de que o pensamento de Jung não é compatível com o racionalismo da ciência moderna – ele mesmo assinalou os limites desse método quando utilizado para estudar fenômenos psicológicos – o positivismo proporcionou a ele uma atuação rigorosamente científica.

Isto está bem documentado no seu trabalho com associação de palavras, no qual ele seguia as etapas do modelo científico, como a escolha e delimitação dos objetivos, possíveis variáveis, mensuração, registro e análise dos resultados, cálculo de desvio padrão, uso de grupo-controle, comparação com resultados de outras pesquisas, etc.

Por outro lado, na mesma época, juntamente com o predomínio da ciência positivista, ressurgiu nos países de língua alemã, um movimento oposto, o da filosofia romântica que não aceita o domínio da razão como única perspectiva de compreensão de homem e mundo.

Assim, a influência do pensamento romântico na formação de Jung é comparável ao outro aspecto da analogia de Douglas (2002), ou seja, o outro lado da Suíça, um lado romântico e afetuoso, visível na sua geografia cheia de altas montanhas, vales, rios, lagos, cachoeiras e florestas. Tal como Jung viria a perceber em si mesmo, como sua personalidade número Dois. Esse lado de Jung era

totalmente o oposto do primeiro, atemporal, livre, voltado para o lado misterioso do psiquismo, para as fantasias, sonhos, etc. A aceitação desse aspecto e o mergulho sem reservas no seu interior permitiu a Jung a criação de uma psicologia profunda. “Este segundo aspecto encontra-se à vontade com o inconsciente, o misterioso e o oculto, seja na ciência e na religião herméticas, nas ciências ocultas ou nas fantasias e sonhos” (Douglas: Young-Eisendrath, 2002, p. 42).

“As tendências do Positivismo e do Romantismo guerreavam na educação e no treinamento de Jung, mas também produziram uma síntese dialética na qual Jung podia usar os métodos mais avançados da razão e da precisão científica para determinar a realidade do irracional. Os cientistas de seu tempo permitiam-se explorar o irracional fora de si mesmos enquanto mantinham-se seguros em sua própria racionalidade e objetividade científica. Foi o gênio romântico de Jung, e a personalidade de Número Dois, que lhe permitiram compreender que os humanos, inclusive ele mesmo, poderiam ser ao mesmo tempo "ocidentais, modernos, seculares, civilizados e sãos - mas também primitivos, arcaicos, míticos e insanos" (Roscher e Hillman, apud Douglas: Yong-Eisendrath, 2002, p.44).

Parece que os opostos estavam desde logo presentes na vida de Jung, pois sua trajetória foi influenciada tanto pelo racionalismo da ciência moderna como pela busca da compreensão do irracional através da filosofia romântica.

1.2 Teste de Associação de Palavras

Em 1902, passado dois anos do seu ingresso no Hospital Burghölzli, Jung começou suas experiências com associação de palavras, a pedido de Bleuler que pretendia usar o teste para aprofundar seus estudos sobre a psicose e também como um auxiliar nos diagnósticos dos pacientes do hospital. O teste já era usado por outros pesquisadores com finalidade de estudar o psiquismo, como por exemplo, testar a atenção, a memória e a inteligência.

Para Jung, a experiência com o teste teve enorme importância, pois foi o instrumento que permitiu “confirmar a eficácia da técnica de associação freudiana para determinar a etiologia das neuroses. Isto foi obtido graças ao experimento, que possibilitou o conhecimento dos fatores emocionais das doenças mentais, sediadas no inconsciente.” (Perrone, 2008, p. 40).

Por outro lado, o trabalho de Jung com associação favoreceu a aproximação com Freud. Ambos estavam investigando simultaneamente pesquisas sobre o

inconsciente e a pesquisa de Jung com o Teste de Associação de Palavras proporcionava à Psicanálise a possibilidade de ser vinculada à Psicologia Experimental. Isto era importante para Freud, uma vez que sua produção acadêmica sobre a existência do inconsciente, até aquele momento, permanecia sem comprovação científica.

Assim, houve uma colaboração entre os dois pioneiros da psicanálise sendo que a pesquisa de Jung com Associação de Palavras possibilitou a comprovação experimental dos distúrbios de atenção e deu base científica à teoria de Freud sobre a repressão do inconsciente.

E, Jung embasou-se na pesquisa de Freud sobre o inconsciente para sua teoria dos complexos. “Destá forma, Freud e Jung apoiavam-se mutuamente. A ideia freudiana de inconsciente usou a teoria junguiana dos complexos para fundamentar-se empiricamente. O conceito junguiano de complexo usou a teoria freudiana da repressão e do inconsciente como base teórica” (Hillman, 1978, p. 214).

O Teste de Associação de Palavras consistia em solicitar ao paciente que respondesse com o que lhe viesse à mente a certas palavras-estímulo que lhe eram apresentadas. Uma lista de palavras foi escolhida por Jung na medida em que ele desenvolveu sua pesquisa e continha tanto palavras simples, de caráter neutro, sem significado emocional presumido, como palavras mais fortes que eram capazes de mobilizar conteúdos afetivos. O tempo que o paciente levava para responder era medido com um cronômetro, pois Jung, a princípio, estava preocupado em medir o tempo de reação entre a palavra-estímulo e a resposta.

Jung esperava que as palavras neutras tivessem o mesmo padrão de velocidade, isto é, mais rápido, e que as palavras mais difíceis apresentassem um padrão mais demorado, uma vez que “objetivo do método era determinar a velocidade média das reações e suas qualidades” (Jung, 2009, § 196, OC 8/2).

No entanto, não foi isso que aconteceu. As palavras neutras podiam apresentar um tempo de reação longo e as mais difíceis podiam ter respostas rápidas. Isso levou Jung a perceber que existiam outras variáveis que se apresentavam a partir dos estímulos, como por exemplo, a pessoa começava a rir, ficava vermelha, não respondia, etc. Estas reações eram refutadas pelos cientistas da época porque eram consideradas como interferências no teste.

E Jung passou a se interessar e estudar justamente estas reações descartadas pelos demais cientistas. Ele descobriu que a presença dessas reações

ocorria porque o experimento provocava no sujeito, dois fenômenos: o da assimilação – quando o sujeito testado interpretava de forma equivocada o objetivo do teste, ele poderia pensar que sua inteligência estava sendo testada e, se não estivesse seguro dela (complexo de inferioridade), tentava manipular suas respostas, para falar o que seria esperado de uma pessoa inteligente. O outro fenômeno que ocorria era o da constelação – quando a palavra-estímulo provocava reações afetivas porque tocava conteúdos emocionalmente perturbadores.

Assim, os estudos mostraram que um tempo de reação mais longo ocorria sempre que a palavra-estímulo dizia respeito a assuntos vergonhosos, constrangedores e que provocavam algum tipo sofrimento psicológico que a pessoa testada não gostaria de abordar. Quando isso ocorria a pessoa não sabia o que responder, ou respondia de maneira automática, ou mudava a resposta várias vezes.

Isso indicava que as palavras que não tocam em questões complicadas para o sujeito não produzem as reações que são “indicadores de complexos”, ou seja, não causam interferências no teste e as palavras que tocam em processos psíquicos complicados, constelam reações frente a elas.

Jung (2009) afirma que, alguns indivíduos são capazes de ocultar certos estados psicológicos, através de habilidades intelectuais ou dissimulação, conseguindo produzir respostas rápidas ou desinteresse principalmente quando se trata de conteúdos importantes.

No entanto, quase todos os que são submetidos ao Teste de Associação “não conseguem evitar que seus complexos pincem certas palavras-estímulo e as dotem de uma série de sintomas de perturbações, sobretudo, com tempo de reação prolongado” (Jung, 2009, p. 29).

Desta forma, a associação de palavras levanta conteúdos, quase sempre inconscientes, com forte carga emocional que foram denominados por Jung de complexos, pois, “toda constelação de complexos implica um estado perturbado de consciência” (Jung, 2009, p. 30).

Esses conteúdos tornam difícil a utilização dos mecanismos da vontade e a própria memória pode ser afetada. Jung, ao aplicar o Teste da Associação de Palavras e comparar os resultados de pacientes psicóticos e pessoas saudáveis, conseguiu demonstrar cientificamente não apenas a existência do inconsciente como a existência de complexos afetivos.

No entanto, não é necessária a aplicação do Teste de Associação de Palavras para descobrir a existência e a intensidade de um complexo. Qualquer pessoa que desenvolveu a habilidade de se observar e de observar o outro é capaz de perceber em si mesma e no outro, certas situações que, independente de sua vontade, mobilizam sentimentos estranhos, confusos, desconcertantes. É possível também perceber quando são tocados durante a análise, provocando principalmente resistência, modificações corporais, emoções fortes.

1.3 Complexos ideo-afetivos

Por complexo ideo-afetivo Jung (2009) se referia às ideias e afetos agrupados em torno de certos temas significativos para o sujeito. Ele percebeu no Teste de Associação de Palavras que os pensamentos, quando associados às emoções deixavam de ser racionais e lineares. Eles produziam certas reações emocionais e tinham a tendência de se agruparem em torno de núcleos com significados semelhantes.

Hoje em dia, o significado psicológico de complexo caiu no senso comum, e a palavra *complexo* tornou-se uma expressão corriqueira para rotular o sujeito que reage de forma típica e/ou exagerada a certos comentários e situações. Assim é comum ouvir, por exemplo, que tal pessoa é complexada ou que fulano tem um complexo de inferioridade.

Embora o complexo de inferioridade atinja diretamente a autoestima da pessoa, possuir este ou outro complexo não significa ser inferior, porque eles são eventos naturais e importantes da vida psíquica e todos os indivíduos os possuem ou são possuídos por eles de alguma forma. Assim, ter um complexo,

“Quer dizer apenas que existe algo discordante, não assimilado e conflitivo, um obstáculo talvez, mas também, um incentivo para novos esforços, e, com isso, talvez nova possibilidade de sucesso [...]. Eles mostram ao indivíduo os problemas não resolvidos, o lugar onde sofrem, ao menos provisoriamente, uma derrota, onde existe algo que ele não pode esquecer ou superar, enfim, *um ponto fraco* no mais amplo sentido da palavra” (Jung, 2013, § 990).

Quando um complexo é ativado, a pessoa realmente reage de modo emocionalmente exagerado porque não está reagindo apenas à situação do

momento, mas a todas as experiências semelhantes que foram marcantes no que tange ao tema do complexo no decorrer da sua vida. A experiência atual é intensificada porque ativa “os centros de energia construídos em torno de um cerne de significado afetivo, supostamente provocados por uma dolorosa colisão do indivíduo com uma exigência ou evento no mundo circundante para os quais não está preparado” (Kast, 2013, p.47).

Os complexos interferem na capacidade cognitiva, nos relacionamentos, no trabalho, na visão que temos de nós, dos outros e do mundo. Ele tira a liberdade de ação e a pessoa fica a mercê dos impulsos que não consegue controlar, pois são autônomos e carregados de energia psíquica.

Para Jung a energia psíquica que ativa os complexos tem um caráter único e dinâmico e é a mesma que se manifesta não apenas sexualmente como Freud defendia, mas na realidade do indivíduo como um todo – corpo, mente, sentimento, intuição.

Jung percebeu através do Teste de Associação de Palavras, que as reações variavam em intensidade, dependendo da carga de energia psíquica que continham e que também “era possível observar que uma palavra ligada a uma ideia, portanto a uma energia psíquica ou mental, mobilizava reações físicas, tais como contrações musculares, sudorese, alteração dos batimentos cardíacos, etc.” (Ulson 1988, p. 28).

Jung descobriu que no psiquismo não estavam presentes apenas o complexo de Édipo, mas que havia também inúmeros outros, como os complexos paternos, maternos, de inferioridade, de poder, e que inclusive o ego podia ser considerado, um complexo por aglutinar todas as representações psíquicas do eu. Embora o complexo do ego seja o mais consciente e por isto o mais livre, essa liberdade pode ser solapada quando um complexo adquire muita energia psíquica, relativizando a o aspecto emancipado do eu. Isto acontece quando um complexo é constelado.

O complexo aponta na pessoa os problemas não resolvidos, seu ponto fraco, e “surge do choque entre uma necessidade de adaptação e a constituição especial e inadequada do indivíduo para suprir essa necessidade” (Jung, 2013, § 991, OC 6).

Os conteúdos inconscientes de um complexo constelado tem a capacidade de gerar crises emocionais, porque dizem respeito às experiências dolorosas, geralmente reprimidas. Assim, toda a vivência que contém certa carga de energia psíquica, pode ser considerada como complexo, inclusive aquelas menores, que se

repetem constantemente, causando desconforto para a pessoa e também aquelas que não têm uma natureza totalmente negativa.

Um complexo pode ser deflagrado quando ideias, lembranças e fantasias atingem conteúdos inconscientes e se tornam autônomos porque tem mais carga energética que o complexo do ego. Quanto maior a energia psíquica aglutinada num complexo, maior é a sua autonomia. Neste caso, “todas as conexões inconscientes são ativadas (consteladas) junto com sua correspondente emoção de toda história de vida e dos resultantes modos de comportamento desajustados, que se desenrolam de forma estereotipada” (Kast, 2013, p. 49).

Entende-se que a constelação de um complexo é desencadeada por fatores externos e internos que tem a capacidade de aglutinar e atualizar determinados conteúdos psíquicos os quais assumem o comando dos pensamentos, gerando emoções que não mais correspondem à vontade consciente do indivíduo. A constelação, “é um processo automático que ninguém pode deter por própria vontade [...] indica que o indivíduo adotou uma atitude preparatória e de expectativa com base na qual reagirá de forma inteiramente definida” (Jung, 2009, § 198, OC 8/2).

Além de reações emocionais, a constelação de complexos provoca também respostas fisiológicas como “aumento da pressão arterial, aumento na circulação, mudança no funcionamento de órgãos internos: a grande variedade das reações “psicossomáticas”. O detector de mentiras baseia-se em tais respostas fisiológicas mensuráveis” (Whitmont, 2008, p. 58).

A ativação de um complexo desencadeia na pessoa o medo ser invadido por forças desconhecidas, vergonha por perceber que não controla a si mesmo, temor de ser julgado, de ser derrotado, de não encontrar conforto para seu desespero. Enfim, toca nos problemas não resolvidos, naquilo que Jung chamou de “ponto fraco”. Isto acontece porque a situação externa que está sendo vivida no momento é semelhante àquilo que foi vivido no passado, mas não foi elaborado, integrado.

1.4 Os Complexos e suas manifestações

Os complexos têm muitas facetas, uma delas é a maneira **autônoma** como se manifestam. Quando um complexo é ativado, o indivíduo se percebe sem liberdade para agir porque se sente invadido por emoções carregadas de energia psíquica, muito superior à energia do seu eu consciente.

Justamente porque o que promove a movimentação dos complexos é a **energia psíquica** neles constelada e quanto mais inconsciente eles forem, maior é a sua autonomia, podendo se manifestarem em sintomas, atos falhos, lapsos de memória, lembranças, sonhos, possessões.

Dada a sua natureza inconsciente, os complexos dão a impressão de não pertencerem ao ego e, quanto mais intensa a energia psíquica constelada, mais são capazes de dominar o eu e por isso Jung falou que não é o sujeito que possui um complexo, mas é o complexo que possui o sujeito.

Nessa situação, a autonomia de um complexo mais se parece com uma **possessão**, como estar possuído por uma força incontável, impossível de compreender e quando ativada, a energia psíquica associada ao complexo, segue seu curso sem que se consiga controlar ou reprimir. Nos casos mais graves há perigo de uma **dissociação** do ego. Quando isso acontece o ego não consegue mais cumprir seu papel e o sistema de auto regulação da psique falha.

De acordo com Jacobi (1986) a autonomia de um complexo pode ser bastante variada, alguns podem ser completamente inconscientes e não manifestar nenhuma desordem, enquanto outros, também inconscientes, podem provocar enorme perturbação psíquica e há ainda aqueles que já se tornaram parcialmente conhecidos, mas nem por isso, menos perturbadores.

O efeito perturbador de um complexo depende tanto da sua autonomia, como da intensidade do afeto associado a ele e também da capacidade do sujeito suportar esse afeto. Se a origem do complexo for um “trauma grave ou precoce, seu afeto terá uma intensa ansiedade, que tem um efeito dissociativo sobre o ego porque perturba o equilíbrio homeostático das sensações corporais das quais depende a coerência do ego” (Kalsched, 2013, p. 171).

Portanto, quanto menos consciência temos de um complexo, maior é o seu caráter independente, autônomo e perturbador, e, enquanto se mantiver assim,

sempre retornará de maneira imprevisível, principalmente se for investido de uma forte carga energética.

Whitmont (2008) explica que a autonomia de um complexo também está relacionada a um **estado de identidade** no qual o indivíduo não consegue perceber a diferença entre agir por vontade própria e agir através de impulsos inconscientes. Só quando se sente envergonhado, constrangido ou culpado pelo seu comportamento é que se dá conta que agiu sem pensar, impulsivamente.

O estado de identidade com um complexo pressupõe total inconsciência em relação a ele e a pessoa não pode fazer escolhas nem se relacionar de forma consciente porque desconhece totalmente a “existência do impulso como algo separado da sua capacidade de raciocínio” (Whitmont, 2008, p. 53).

Por outro lado, o estado de identidade está vinculado à **compulsão**, presente quando nossas atitudes são automáticas e sem reflexão, nesta situação não há diferença entre o “eu” e o impulso, tampouco questionamentos sobre “os motivos pelos quais estamos nos movendo ou para onde estamos indo: há apenas resposta automática a um impulso” (Whitmont, 2008, p. 54),

A compulsão pode estar associada a um estado de confiança absoluta, chamada em psicologia analítica de **inflação**.

“A inflação descreve um sentimento de poder no qual somos inflados por uma força desconhecida que não é nossa, nem do nosso julgamento ou escolha, ela nos faz sentir infalíveis e autoconfiantes. Apenas quando esse sentimento acaba é que podemos nos perguntar: o que deu em mim? A não ser, é claro, que tenha sido “totalmente culpa dele” e eu não poderia ter agido de outra maneira!” (Whitmont, 2008, p.54)

Whitmont (2008) afirma que enquanto o complexo permanecer inconsciente, o ego se mantém inflado e compulsivo podendo ser percebido nos comportamentos inadequados e destrutivos, porque o impulso que se expressa no estágio primitivo é regredido, indiferenciado e projetado em pessoas ou coisas.

Assim, a **projeção** é outra forma de manifestação dos complexos. Quando os conteúdos do inconsciente chegam até a consciência e não condizem com a imagem idealizada que temos de nós e que, portanto, não podemos aceitar como nossos, o complexo inconsciente se projeta em algo externo a nós.

Quando uma experiência produz uma emoção forte, também produz uma projeção forte, pois a projeção sempre diz respeito a um complexo ativado que faz a

pessoa se sentir incomodada com algo ou alguém. “Nossa reação é determinada pelo afeto e somos, portanto, incapazes de reagir adequadamente em relação a uma pessoa ou situação; não conseguimos nem aceitar, nem modificar, nem abandonar essa pessoa ou situação.” (Whitmont, 2008, p.55).

Apesar dos aspectos inadequados da projeção, ela pode ser considerada a primeira etapa da consciência. O inconsciente de alguma maneira foi fisgado por algo que corresponde ao campo energético do complexo e projetou-se no exterior, numa coisa ou pessoa, gerando uma maior possibilidade de desenvolvimento.

Os complexos se tornam visíveis através da emoção, dos sintomas, do comportamento, mas principalmente através da fantasia que aparece no símbolo. “Pois onde há emoções, também há imagens. Os complexos se fantasiam, por assim dizer em símbolos” (Kast, 2013, p. 48).

Para Jung, os complexos tem a capacidade de criar **fantasias** e podem também ser definidos como uma imagem personificada da **emoção**. No sono a fantasia aparece como **sonho**, mas também quando estamos acordados produzimos fantasias relacionadas a conteúdos inconscientes. Desta forma, os complexos podem se manifestar através de imagens das personagens que aparecem nos nossos sonhos e são também “as vozes na nossa cabeça, as figuras visionárias que aparecem nos momentos de estresse, a personalidade secundaria das neuroses, os daimons, fantasmas e espíritos que assediam ou veneram a chamada mente primitiva” (Kalsched, 2013, p. 171).

Hillman, ao falar da produção de fantasia, diz que o complexo tem dois lados: um é o lado dos problemas que pede uma solução, porque causa perturbação e, o outro seria o lado da fantasia criativa,

“que aparece em nossos sonhos como temas e personagens, alimenta esperanças, ilusões, depressões, projeções. Elabora história e constrói mitos, coloca-nos em toda sorte de papéis, tornando a vida excitante e irreal. Estas fantasias constituem uma serie de motivos condutores, regulados em ultima instancia, por padrões arquetípicos básicos [...] as fantasias obstinadas que se impõe e nos aborrecem – como os complexos tendem a fazer – transformam-se em problemas a solucionar. Neste sentido podemos dizer que cada problema é mais uma fantasia que se petrificou, transformando-se em objeto, ou objeção, com que o ego terá de lidar. Um problema seria uma fantasia, que o complexo fez receber mais energia, mais atenção, mais crédito, amor e força de vontade” (Hillman, 1978, p. 147).

Os complexos também podem ser “vistos” quando surgem **sintomas**, que mais parecem uma encarnação dos complexos, eles são experimentados na carne, no corpo, mesmo quando se trata de neuroses e psicoses. Os sintomas podem ser entendidos como defesas do ego para evitar mudanças que são necessárias para o desenvolvimento, mas que são sentidas pelo ego como ameaçadoras. Assim, os complexos se manifestam também no comer demais, beber demais, consumir demais, estar ansioso demais, irritado demais, inferiorizado demais, fóbico demais, rígido demais, arrogante demais e toda sorte de emoções que são perceptíveis nas posturas, sensações corporais e doenças psicossomáticas.

1.5 Morbidade e criatividade do complexo

Embora os complexos possam perturbar nossa existência de inúmeras maneiras, desde pequenos incômodos que constantemente nos machucam, até uma grave dissociação, eles não são necessariamente apenas negativos.

Praticamente todos os autores junguianos consultados para a presente pesquisa reservam um espaço para falar da importância dos complexos, porque os consideram como a origem de toda a vida psíquica. Jung costumava dizer que sem os complexos não haveria vida psíquica nem evolução da consciência e que eles só se tornam patológicos quando não sabemos que eles existem. Porque assim estamos inconscientes de suas movimentações e, portanto, à mercê deles.

“O fato de ter complexos não implica uma neurose, pois normalmente são os complexos que deflagram o acontecimento psíquico e seu estado dolorido não é sinal de distúrbio patológico. Sofrer não é doença, mas o polo oposto normal da felicidade. Um complexo só se torna patológico, quando achamos que não o temos” (Jung, 2009, § 179, OC 16/1).

Quando aceitos como um aspecto natural do psiquismo que está presente em todas as pessoas, os complexos revelam também o lado criativo da vida. Portanto, ao tornar-se consciente deles, a pessoa libera a energia que estava presa nos sintomas, nas compulsões, nas projeções a qual fica disponível para ser usada de maneira construtiva.

Podemos dizer que mesmo a constelação de um complexo perturbador pode ser positiva porque representa uma possibilidade de elaborar conteúdos inconscientes. Se um complexo com forte carga de energia psíquica nunca puder se manifestar, ele permanece no inconsciente, acumulando ainda mais energia e, por não encontrar um meio de expressão direto, pode muito bem se manifestar através de sintomas psicossomáticos.

Apesar de haver complexos de fundo positivo, de maneira geral, os complexos podem tanto perturbar como promover a vida psíquica dependendo da história da pessoa e da capacidade dela em lidar com os afetos que o complexo constela. Mesmo um complexo positivo pode ser perturbador, pois é a quantidade de energia que determina seu movimento.

Quando, por exemplo, um complexo materno positivo está muito sobrecarregado de energia, a pessoa se torna unilateral nesta questão, dando excessiva atenção a tudo o que se relaciona ao materno. Talvez essa pessoa seja superprotetora ou excessivamente amorosa, esquecendo-se de si mesma e se importando demais com os outros a ponto de ser inadequada.

De acordo com Jung (2008), o complexo materno na filha pode gerar uma intensificação de todos os instintos femininos, principalmente o instinto materno. Nesse caso, algumas características positivas do arquétipo materno como a proteção e a bondade podem adquirir um caráter negativo, porque se configura um estado de identidade com a tarefa materna. Tudo o que não se refere ao cuidado com os outros se tornam secundário, inclusive sua própria personalidade e sua relação com o sexo oposto. “Primeiro ela leva os filhos no ventre, depois se apega a eles, pois sem os mesmos não possui nenhuma razão de ser. Tal como Demeter que extorque dos deuses um direito de propriedade sobre a filha” (Jung, 2008, § 167, OC 9/1).

Portanto, o aspecto positivo do complexo levanta a questão do que determina a forma como as pessoas lidam com seus complexos. Sabe-se que irmãos que tiveram experiências muito parecidas com seus pais, reagiram de maneira totalmente diferente. Jung achava que o complexo parental não explicava muita coisa a respeito dos tipos de complexos que se desenvolvem em função do ambiente familiar.

“A existência de um complexo parental nos diz o mesmo que nada sobre a constituição adequada do indivíduo. A experiência prática logo nos mostra que o essencial não está no fato da existência de um complexo parental, mas no modo especial como o complexo atua no indivíduo. E aqui se verificam as mais diferentes variações que podemos atribuir, apenas em grau ínfimo, à constituição especial da influência dos pais porque, frequentes vezes, mais crianças são expostas concomitantemente à mesma influência e, apesar disso, reagem da maneira mais diversa que se possa imaginar” (Jung, 2013, OC. 6, § 993).

Apesar dos aspectos relacionados ao ambiente familiar, social, cultural serem muito importantes, eles não explicam tudo, pois as diferenças individuais também determinam quais conteúdos afetarão o sujeito de forma perturbadora, assim como “a casca do complexo e a força e capacidade do ego para assimilá-los” (Whitmont, 2008, p. 64).

Não há como livrar-se dos complexos e dos arquétipos, pois eles são os conteúdos da psique e todos vivem através deles. Jung afirma que “os complexos são focos ou entroncamentos da vida psíquica que não gostaríamos de dispensar, que não deveriam faltar, caso contrário a atividade psíquica entraria em estado de paralização fatal” (Jung, 2013, § 990, OC 6).

Até o ego é um complexo – como os demais. Ele aglutina a sua volta todo o conjunto de afetos que temos consciência e surge das experiências que fazem parte da história pessoal. O ego seria a casca do complexo que Whitmont chama de “complexo de identidade” e “tenta exercer sua própria influência energética, muitas vezes sem considerar o equilíbrio psíquico total, tende a comportar-se como se fosse a única estrutura psíquica central, ou pelo menos, a mais essencial” (Whitmont, 2008, p. 208).

Jung afirma que para entender como cada indivíduo reage diante dos seus complexos, é necessário entender o modo como a pessoa reage diante de obstáculos. Ele explica que cada um tem sua própria singularidade, e que esta depende, principalmente, da constituição psíquica individual que influencia a tomada de decisões, da mesma forma que o aparelho psicomotor define o alcance do movimento físico. “As opiniões divergem muito sobre a composição desse aparelho; certo é apenas que todo indivíduo tem seu modo costumeiro de tomar decisões e superar dificuldades” (Jung, 2013, § 996, OC 6).

Whitmont (2008) no livro *A Busca do Símbolo*, cita o exemplo de um paciente que apresentava um complexo paterno. O paciente tinha dificuldade com qualquer figura que representasse autoridade porque a relacionava a seu pai pessoal,

percebido como desleal e explorador, sem perceber o aspecto construtivo e arquetípico da autoridade. “Quando a autoridade se torna identificada com a deslealdade e a exploração, o ego é forçado a rejeitá-la em vez de aceitá-la, se não quiser perder seu sentido básico de integridade” (Whitmont, 2008, p. 65).

É que o tema do arquétipo paterno foi literalizado, virou uma atitude concreta o que permitiu a associação e por isso não pode ser assimilado ao ego. Isso “significa que a autoridade – todo o complexo de emoções, fantasias e potenciais de reação – se torna um elemento sobrecarregado, problemático e inaceitável, como um câncer estranho, perturbador, que se multiplica e causa a doença no organismo psíquico” (Whitmont, 2008, p.65).

A forma como os indivíduos lidam com seus complexos depende, entre outras variáveis, da situação do ego. Uma pessoa com um “eu” forte consegue lidar com as emoções sem lançar mão de muitos mecanismos de defesa, é capaz de suportar conscientemente a força opressiva dos conflitos e está em condições de assumir riscos e de perceber sua responsabilidade em relação a eles.

Por outro lado, quando o “eu” é frágil, os complexos ativados acionam rapidamente mecanismos de defesa precoces como a dissociação e a negação. “A forma mais vivenciada de dissociação é aquela em que nos declaramos exclusivamente bons e, os outros, exclusivamente maus. Esses mecanismos de dissociação indicam que há enorme ansiedade, mas uma escassa tolerância a ela, que deve ser reprimida a todo o custo” (Kast, 2013, p. 130).

Para Jung, o dinamismo dos complexos não estava atrelado apenas às experiências pessoais do indivíduo, como traumas e choques emocionais ocorridos na infância ou acontecimentos conflitantes atuais. Para ele, além de colocar uma predisposição/fragilidade individual frente a determinados conflitos todos os complexos tinham duas esferas.

Uma girava em torno da personalidade propriamente dita, que ele chamou de aspecto dinâmico ou casca do complexo, mais rasa e mais visível através das reações e sintomas. O outro, mais profundo e de acesso mais difícil girava em torno de um núcleo arquetípico que ele chamou de aspecto formal ou núcleo do complexo.

A casca do complexo diz respeito ao inconsciente pessoal e está associada às nossas experiências de vida:

“A casca com o qual o complexo nos confronta consiste na soma total do condicionamento ocorrido durante a infância em relação ao padrão instintual particular em questão. Ela sempre aponta para experiências pessoais e é uma rede de associações emocionalmente carregadas, constituídas a partir da história e do condicionamento pessoais agrupadas em torno de certas situações geradoras de afeto” (Whitmont, 2008, p. 60).

Os complexos vão se formando ao longo da vida do indivíduo com determinado tema arquetípico. Assim, a casca ou inconsciente pessoal fala das experiências que modelaram os complexos, e o núcleo do complexo, por outro lado, diz respeito ao padrão humano universal chamado de arquétipo.

“O aspecto formal se expressa, entre outras coisas, por imagens de fantasias que são surpreendentemente semelhantes e podem ser encontradas praticamente em toda parte e em todas as épocas, como seria de se esperar. Como os instintos, essas imagens tem um caráter relativamente autônomo [...] escolhi o termo arquétipo devido a esse aspecto formal do instinto”. (Jung apud Whitmont, 2008, p 62).

Os arquétipos são semelhantes aos instintos, isto é, existem a priori e a sua dinâmica é igual para todos, não importa a raça, a época, a geografia e por isso são coletivos. Seu significado não pertence a uma pessoa em particular, mas são inerentes à capacidade da psique humana para gerar alguns tipos de representações simbólicas.

O fato de haver um número limitado de complexos ocorre porque eles pertencem quase sempre a determinadas categorias arquetípicas. No prefácio do livro de Jacobi, Jung afirma que a existência de complexos “bem caracterizados e reconhecíveis indica que eles se baseiam em fundamentos típicos correspondentes, isto é, em prontidões emocionais, respectivamente instintos/arquétipos” (Jacobi, 1986, p. 9).

A Psicologia Analítica está sempre voltada para a totalidade da psique e para o complexo total – casca e núcleo – pois ambos são importantes no processo de cura. O menor dos conflitos pode mobilizar a psique como um todo. Jung “não reduz os conflitos em geral a um único fator instintivo, mas considera-os como conseqüências do distúrbio do conjunto de todos os fatores da psique total” (Jacobi, 2013, p. 161).

Por um lado, é a casca, relacionada ao inconsciente pessoal que vai determinar se o complexo vai se manifestar de forma saudável ou mórbida. Por outro lado, os arquétipos em si mesmos contêm todas as possibilidades do ser, não sendo mórbidos em si, mas a forma como são vividos é que “vai determinar se o conteúdo energético do complexo total pode ser harmonizado com o restante dos impulsos, ou se essa energia é obrigada a operar como se fosse um intruso perturbador” (Whitmont, 2008, p. 63).

O trabalho com o aspecto mais externo dos complexos, a casca, é capaz de gerar mudanças através da conscientização das dificuldades pessoais, mas os complexos não deixarão de produzir perturbação. É necessário também elaborar as imagens arquetípicas do complexo.

Hillman, em Estudos de Psicologia Arquetípica, baseado nas hipóteses de Jung sobre o aspecto pessoal e arquetípico do complexo, afirma que os conteúdos pessoais são organizados por uma imagem arquetípica, em torno da qual se acumula, com energia instintiva a nível somático.

“Por exemplo, meu complexo materno constrói-se a partir de minhas experiências com minha mãe e de minhas associações com o mundo dela. Mas a padronização dessas experiências e a imensa carga emocional que esse padrão contém referem-se à imago arquetípica da grande mãe e aos desejos instintivos, aos tabus e à magia envolvida na relação mãe-filho, junto com as ricas fantasias coletivas e com os papéis relacionados com a natureza, a amamentação, o crescimento, a proteção, a imunização, o açambarcamento, a sufocação, etc.”(Hillman, 1978, p. 215).

Por conseguinte, a transformação dos conteúdos psíquicos inconscientes constelados pelos complexos é o principal objetivo da análise. O trabalho psicoterapêutico busca uma mudança profunda através de um processo que na alquimia é chamado de “**Opus**” e que Jung chamou de **Individuação**. De maneira geral, a análise aborda em primeiro lugar, os conteúdos pessoais ou casca do complexo, tornando e mantendo consciente os conflitos, mas a verdadeira transformação só acontece quando o trabalho atinge também o núcleo arquetípico do complexo.

CAPÍTULO II

A TRANSFORMAÇÃO PSÍQUICA SOB A LUZ DA ALQUIMIA

“viver é superdifícil
o mais fundo
está sempre na superfície”.
(Paulo Leminski, O ex-estranho, 2009).

Do ponto de vista da Psicologia Analítica, o caminho que leva ao crescimento e à maturidade emocional passa necessariamente pela transformação dos complexos. Esse impulso para a mudança faz parte da natureza humana na busca de uma existência melhor e mais plena.

Nesse sentido, o **opus** alquímico é uma metáfora que retrata o que se passa com o indivíduo durante análise, sendo possível traçar uma analogia entre a discriminação e a dissolução dos complexos psíquicos com as fases de transformação da prima matéria da alquimia.

A própria transformação do alquimista era grandemente considerada no processo como um todo, e por isso é possível comparar o seu trabalho nos laboratórios com o processo de psicoterapia.

A ideia dos alquimistas como homens esquisitos e misteriosos com um quê de loucura, que pretendiam transformar chumbo em ouro, ainda faz parte do senso comum. No entanto, um olhar mais demorado e profundo sobre a arte alquímica revela que eles buscavam bem mais que isso.

As inúmeras mudanças da matéria prima até se transformar em ouro são retratadas em imagens e correspondem à transformação dos aspectos inconscientes da psique em uma vivência mais profunda destes.

Gustavo Barcellos, tradutor do livro de Hillman (2011) escreve na seção *notas* que a alquimia é a arte da transformação. A alquimia pretende, com suas fases e operações bem detalhadas, elevar a matéria a um nível superior. Diferente do método da moderna ciência cartesiana, que separa trabalho do trabalhador, no processo alquímico nada está separado. No decorrer da obra tudo é afetado e se transforma em algum nível – o material, o trabalho e o trabalhador.

No seu livro *Anatomia da Psique*, Edinger (2006) afirma que os alquimistas buscavam o significado profundo da vida e por isso viam a si mesmos como alguém

fortemente comprometido com um trabalho sagrado. Os textos da alquimia deixavam claro a necessidade de uma consciência elevada da psique para além do ego. Isso significa que é necessário uma orientação para o si-mesmo e não apenas para o ego, o que é também o objetivo da Psicologia Analítica.

Nas suas Memórias, Sonhos e Reflexões, Jung (2006) conta que só ao descobrir a alquimia pode compreender que a relação do ego com os conteúdos do inconsciente torna possível o desenvolvimento e transformação da psique.

“Nos casos individuais é possível seguir esse processo através de sonhos e fantasias”. No mundo coletivo, tal processo se encontra inscrito nos diferentes sistemas religiosos e na transformação de seus símbolos. Mediante o estudo das evoluções individuais e coletivas, e mediante a compreensão da simbologia alquimista cheguei ao conceito básico de toda minha psicologia, o “processo de individuação” (Jung, 2006, p. 240).

O Museu Hermético é uma obra alquímica que foi editada pela primeira vez em Frankfurt em 1625 e nele encontra-se a afirmação de que os filósofos herméticos, como também eram chamados os alquimistas “[...] podem ser entendidos de modo mais livre, senão mais evidente e mais claro, como um discurso mudo ou sem discurso, através da ilustração dos mistérios com enigmas figurados do que através de palavras. [...] A alquimia pretende atingir o intelecto e os sentidos, através de imagens do pensamento” (Horlacher, apud Roob, 1997, p.11).

Por isso a alquimia é uma metáfora valiosa para retratar a psique aos olhos da Psicologia Analítica. Jung encontrou nas misteriosas e enigmáticas gravuras e textos dos alquimistas da Idade Média, um correlato para a psique e foi quem “primeiro elaborou em profundidade e de forma pioneira, um exame consistente daquilo que havia de alquimia na psicologia profunda ou vice e versa, entendendo projetivamente os conteúdos psíquicos presentes nos estados alquímicos” (Barcellos in Hillman, 2011, p. 8).

Jung (2006) começou a estudar alquimia a partir de imagens propostas por seus próprios sonhos. Nas suas memórias, ele fala do encontro com a alquimia como uma experiência decisiva para compreensão tanto do seu processo interior como para sua obra psicológica – um processo que certamente revela que o relacionar-se consigo mesmo é a meta.

Jung encontrou na alquimia a base histórica da sua psicologia sobre a alma profunda e percebeu que a alquimia era capaz de vincular historicamente o passado através da gnose ou neoplatonismo e o futuro através da psicologia do inconsciente.

No começo, Jung achava os textos sobre alquimia verdadeiros absurdos, impossíveis de serem compreendidos, mas ao perseverar para decifrá-los descobriu que a alquimia se expressava através de uma linguagem que ele conhecia muito bem: “a linguagem dos símbolos, das imagens” (Jung, 2006, p 236). Ele estava interessado no aspecto simbólico, introvertido da obra alquímica e não em fórmulas químicas da alquimia extrovertida que explorava a transformação literal das substâncias.

Von Franz na sua obra sobre alquimia e imaginação ativa ressalta estes dois lados da alquimia. Ao falar do aspecto extrovertido da ciência ela afirma que “sempre houve tratados químicos em que se dava maior ênfase às receitas concretas, use isso e aquilo em tais e tais quantidades” (Von Franz, 1992, p. 15). Já na tradição introvertida predominava o interesse pela busca do desenvolvimento interior que levasse a ampliação da consciência, um olhar para dentro em busca de orientação e conhecimento.

Jung também encontrou na alquimia uma correlação para seu método de imaginação ativa e de amplificação que usava na interpretação dos sonhos. Ele escreve no seu livro *Psicologia e Alquimia*, que o método alquímico “sob o ponto de vista psicológico é o da amplificação ilimitada. A amplificatio é recomendada sempre que se trate de uma vivencia obscura, cuja vaga insinuação deve ser multiplicada e ampliada através de um contexto psicológico a fim de tornar-se compreensível” (Jung, 2009, § 403, OC 12).

As metáforas alquímicas retratam a tarefa que a pessoa atribui a si própria quando é tocada pelo desejo profundo de conhecer sua alma, seja qual o for o motivo que faz despertar a necessidade de encontrar respostas e significados para suas dúvidas existenciais, para seus conflitos, medos, sofrimentos ou curiosidade dos porquês da existência humana e do Universo.

Edinger (2006) afirma que o simbolismo da alquimia serve para ilustrar padrões e regularidades da psique objetiva, pois são imagens arquetípicas da transformação. Elas descrevem o processo de psicoterapia profunda que é idêntico àquilo que Jung chamou individuação. As imagens e operações da alquimia podem ser comparadas com as mudanças que o paciente passa na psicoterapia.

“Embora os textos alquímicos sejam complexos, confusos e até mesmo caóticos, o esquema básico da opus é deveras simples: O propósito é criar uma substância transcendente e miraculosa, simbolizada como Pedra Filosofal, Elixir da Vida ou remédio universal. Em primeiro lugar descobrir o material adequado, a prima matéria, submetendo-a em seguida a uma série de operações que a transformarão na Pedra Filosofal” (Edinger, p. 29, 2006).

Hillman (2010) considera a alquimia com suas imagens bizarras, chocantes, deformadas e também deslumbrantes, como uma linguagem do “patologizar” que fala das lacunas, fendas e desertos da psique.

Essa linguagem é importante principalmente porque coloca o ego inflado em contato com suas feridas e dá a alma a opção de conhecer a si mesma a partir de outra perspectiva que não a do ego. “Atos e atitudes que obscurecem os insights psicológicos e que perderam a significação psíquica precisam ser dissolvidos ou apodrecidos, tornando-se monstruosos e repulsivos – ou tormentosamente eliminados.” (Hillman, 2010, p. 193).

Através das metáforas alquímicas a alma pode se desvincular do concretismo e da coagulação no literal e encontrar o significado profundo de si mesma. Isso é possível quando a psique é capaz de submeter o material rígido dos complexos às operações da alquimia – putrefação, dissolução, separação, calcinação ao passar pelas diversas fases da obra: **nigredo, albedo e rubedo**.

A alquimia pode ser entendida como se fosse uma psicologia profunda da Idade Média, anterior ao surgimento da psicoterapia. Nela, o alquimista trabalhava com sua alma através da projeção de seus conteúdos nos materiais e tudo o que dizia respeito ao trabalho, desde o próprio local do laboratório, os utensílios utilizados, o fogão, o forno, os ingredientes, etc. representam metáforas personalizadas dos complexos, atitudes e processos psicológicos do próprio alquimista.

“Cada uma das operações do alquimista com coisas como o sal, o enxofre e o chumbo eram também sua própria amargura, sua combustão sulfúrica e sua lentidão depressiva. O fogo que ele zelava e regulava com cuidadosa exatidão era a intensidade de seu próprio espírito, seu interesse flamejante ou ausente. Através de fantasias concretamente físicas os psicólogos alquímicos trabalhavam ao mesmo tempo tanto na alma em seus materiais, quanto na alma em si mesmos. Nas profundezas da alma havia também psicopatologia e, de fato, as próprias substâncias e os processos eram concebidos em linguagem patologizada, de forma que na alquimia encontramos o patologizar como um aspecto integral e necessário do cultivo da alma.” (Hillman, 2010, p. 192).

Jung usava a expressão alquímica “opus contra naturam” para designar o esforço que a personalidade necessita empreender para que o processo de individuação seja levado a cabo. Para que ocorra um desenvolvimento, a psique precisa se libertar da visão material e natural que tem de si mesma.

Conforme José Jorge de Carvalho, em seu livro sobre o Tratado Alquímico *MutusLiber*, o significado de *opus contra naturam* seria:

“trabalho contrário à natureza; lema que indica o caminho seguido pelo alquimista, que inverte simetricamente a via supostamente tomada pela Criação: enquanto a obra da natureza consiste em decompor e desgastar a unidade anteriormente criada, a *opus philosophorum* parte justamente do degradado, buscando recriar a unidade perdida” (1995, p.134)

Como isso acontece no aspecto sutil, não material, as esquisitas e irreais imagens alquímicas são perfeitas para desvincular a psique do materialismo ao transformar o literal em imaginação. Isso é possível graças à surpreendente semelhança entre as imagens alquímicas e as produzidas pelas fantasias e sonhos.

Esse trabalho contra a natureza exige coragem e força egóica para romper com o conforto do conhecido, do rotineiro, do repetitivo e que aparecem num primeiro plano como estruturas fixas na vida da alma. Por isso, “tal processo de mudança nos faz sentir como se nos faltasse o chão debaixo dos pés. Os elementos que dominaram a vida até o momento se dissolvem, dando lugar a novos desenvolvimentos. Esse processo de decadência produz medo; algo morre” (Bosnak, 1994, p. 63).

A alquimia descreve seu trabalho através de fases com suas respectivas operações. A primeira fase é a **nigredo** e o metal o chumbo. Está ligada principalmente às operações da mortificação, putrefação e calcinação. A matéria perde a pureza da ignorância e mergulha na escuridão da desintegração. “A função da nigredo é a de escurecer todas as luzes, de modo que o olho se habitue ao mundo escuro. Todos os complexos, que até então estavam sob o controle da consciência central, se despedaçam” (Bosnak, 1994, p. 71).

2.1 A Nigredo

Embora seja considerada o estágio inicial do trabalho, a **nigredo** não é de fato um início, mas uma conquista. Para atingir um estado de escuridão o material já

foi trabalhado de alguma forma. E apesar de a depressão e o desespero que predominam neste nível possam levar a pessoa para a terapia, como sugere Hillman (2011), a procura acontece porque a alma já está envolvida com a transformação.

Nessa fase tudo é difícil, esforçado, demorado, a pessoa se sente confusa, angustiada e pessimista, porque o preto da nigredo retira o colorido e a luz da vida. Tudo é vago, não se tem mais certezas, ou melhor, a única certeza é a falta de significado. O eu está identificado com os complexos e não há liberdade de escolha, o que “significa total desconhecimento da existência do impulso como algo separado da nossa capacidade de raciocínio” (Whitmont, 2008, p. 53).

Algumas imagens são características dessa fase e costumam aparecer em sonhos e fantasias. Bosnak (1994) relaciona inúmeras imagens, entre elas: água malcheirosa que brota de baixo, mau cheiro de túmulos; quedas de cabeça nas profundidades; afogamento num poço; humilhações, ruínas, excrementos, morte, perdas em geral, animais feridos, amputações, doenças, corvos, gralhas, cobras venenosas, enfim, todas as imagens escuras, sinistras, ameaçadoras, sombrias, confusas, etc.

Quando mergulhado na escuridão do sofrimento, da não consciência, na projeção, na compulsão, na possessão pelo complexo, o ego perde sua coerência diante das situações com que se defronta. Já não servem mais as antigas convicções, parece que estamos dentro de um mundo decadente, doente e em estado terminal. Por outro lado, não temos onde nos agarrar, ainda nem suspeitamos que algo novo possa surgir desse estado caótico.

Todavia, é justamente isso que acontece: a dor, o espanto e a humilhação sofrida diante da dissolução das coisas que consideramos tão importantes e perenes podem produzir uma nova consciência. A **nigredo** expõe as feridas, as vergonhas e provoca a morte do velho, das velhas atitudes fixas, coaguladas, que não funcionam mais em função da sua unilateralidade, contrária à fluidez da vida.

A alquimia prevê uma fase de transição entre o preto da **nigredo** e o branco da **albedo** que é a fase das coisas azuladas: o preto não é mais tão escuro, ganhou um certo brilho e deve se transformar de forma gradativa, sem pressa, como a tristeza que substitui o desespero.

No livro Psicologia Alquímica Hillman (2011) fala do **azul** como o fator de grande importância para todo o processo de ampliação da consciência porque retarda o embranquecimento. Ele explica que o azul é a escuridão tornada visível e

que não se deve ir depressa demais do preto para o branco. O azul é um tempo necessário para que tudo que foi movimentado na **nigredo** possa ser alvo de reflexão e assimilado. “A mudança para o azul permite a entrada de ar, de forma que a nigredo pode meditar sobre si mesma, imaginar-se, reconhecer que este próprio estado sombrio expressa a essência das coisas”. (Hillman, 2011, p.169).

Quando esse estado sombrio recebe a dádiva da aceitação, quando se circula com mais serenidade pelos caminhos escuros, está preparado o terreno para a albedo ou, como Bosnak se refere ao embranquecimento da obra: “Quando o olho se habituou à escuridão, quando se sofreu o escuro da noite, então desponta a luz branca da lua, que é luz reflexa e cria um mundo de imaginação que vive no escuro” (Bosnak, 1994, p. 71).

2.2 A Albedo

O escuro agora é habitado. Cessa o pavor do vazio, da desintegração. A prata é o metal e vem antes do ouro. “Isto significa que o ouro vem da prata, o vermelho vem do branco, o sol vem da lua, uma consciência mais clara vem da loucura.” (Hillman, 2011, p.188).

Na **albedo** as imagens dos sonhos e fantasias também mudam: a albedo representa o alveamento, a limpeza da sujeira produzida pela **nigredo**. Bosnak (1994) apresenta muitas imagens dessa fase. Eis algumas: todas as imagens com água que refletem, espelhos, lavanderia, máquinas de lavar e todos tipos de artigos para limpeza, tudo o que se refere à linguagem irracional, luzes frias, gelo, neve, objetos de vidro, animais brancos, pássaros noturnos, copos, bacias, continentes nos quais se pode colocar alguma coisa, Seres que se transformam, meios de comunicação, pessoas que ajudam ou tem necessidade de ajuda, borboletas etc.

Na **albedo** predomina o estado de ânimo introvertido, pensativo com produção de fantasias. As emoções perturbadoras cedem lugar à calma, há espaço para a reflexão e uma certa tolerância com os estados psíquicos desconfortáveis como a desagregação e a dissociação. “A albedo é outro termo alquímico para Luna e prata. No simbolismo alquímico das cores o branco é o principal estágio entre o preto e o vermelho, uma transição da alma entre o

desespero e a paixão, entre o vazio e a completude, o abandono e o reino (Hillman, 2011, p 232).

Na **albedo** “passamos de donos da mina para trabalhadores da mina”. Esta metáfora de Hillman (2011) ilustra muito bem o avanço da consciência em assumir responsabilidades para o trabalho com a alma. Avanço adquirido com a coragem de descer nas profundezas escuras da nossa mente para encontrar a matéria prima, nossos conteúdos inconscientes e trazê-los para a luz.

E ainda que o trabalho de um mineiro não seja fácil, mas pelo contrário, árduo, perigoso, cansativo, o branco é recebido como um alívio, o pior já passou, como um encorajamento no qual se percebe a própria capacidade de enfrentar a batalha e sobreviver.

Jung (2009) fala da **albedo** como a fase que vem depois da limpeza (ablutio) da nigredo e muito valorizada pelos alquimistas como se fosse a última meta. No entanto, “este é o estado lunar ou de prata, que ainda deve alçar-se ao estado solar. A **albedo** é, por assim dizer a aurora, mas só a **rubedo** é o nascer do sol” (Jung, 2009, § 334, OC, 12).

Há dois tipos de branco que não devem ser confundidos. O branco da **albedo** é resultado do trabalho feito na alma, trabalho que produz consciência.

A **albedo** não é o branco puro do estado anterior à **nigredo**, quando prevalece a inocência ignorante, ainda não fomos atingidos pelos tormentos das dúvidas, conflitos, sofrimento psíquico. Hillman (2011) alerta para o perigo de confundir o branco da albedo com uma possível resistência à **nigredo**.

A **albedo** contém nela própria os estágios anteriores da obra. Assim sendo, ela abriga também a putrefação da nigredo, e por isso seu branco pode ser distinguido do branco puro, ainda não trabalhado. “É a putrefação inerente à albedo que defende a alma de seus próprios efeitos corruptores” (Hillman, 2011, p. 256).

As fases intermediárias entre **nigredo** e **albedo**, **o azul** e entre **albedo** e **rubedo**, **o amarelo**, raramente são citadas nos livros de Psicologia Analítica. Hillman resgata a importância de uma transição suave entre uma fase e outra para que o trabalho não seja perdido por insuficiente significação.

Hillman faz um comentário bem humorado ao falar que o **amarelo** da obra geralmente significa uma mudança para pior – o amarelo do envelhecimento das folhas, dos livros, das unhas, dos dentes, manchas pela ação do tempo. Algo está amadurecendo e também envelhecendo e é difícil aceitar as marcas que surgem

desse processo. “O branco recusa-se a ser amarelado. Parece um estrago. O amarelecimento apodrece a perfeição” (Hillman 2011, p. 338).

A corrupção do branco é importante para realizar no mundo o conhecimento e sabedoria adquiridos até aqui e para que não fiquemos presos no mundo das ideias. Nesse momento, cabe o esforço para não deixar o trabalho se perder, dando-se por satisfeito, como se albedo fosse a meta final.

O **amarelo** é necessário para o prosseguimento do trabalho. É o passo para além da reflexão que a entrada na fase da albedo provoca. “O amarelecimento resgata a alma da brancura da reflexão psicológica e seus insights: “nesse estado de brancura não se vive... para ganhar vida precisa ter sangue” (Jung apud Hillman, 2011, p. 338).

Enfim, a alquimia não recomenda ir direto do branco para o vermelho, a passagem pelo **amarelo** evita a permanência no psicologizar e também a substituição radical de um polo pelo outro – antes a reflexão agora a literalização. Quando o paciente tem um insight e quer logo achar um jeito de colocar em prática. “Sem o amarelo, a mente branca converte-se diretamente no vermelho, enantiodromia, seguindo em frente, convertendo insights psicológicos em programas literais, tijolos vermelhos sem argamassa” (Hillman, 2011, p. 338).

2.3 A Rubedo

A sequência do opusprevê a entrada na fase da **rubedo**, cujas principais imagens são o sol, ouro dourado, ou mais precisamente a douração que é diferente do ouro puro. Como a **rubedo** contém todas as fases anteriores seu ouro não é o ouro em estado puro, mas o ouro trabalhado e por isso mais resistente. O ouro que foi escurecido pelo chumbo e branqueado pela prata.

A **rubedo** é também a meta do trabalho alquímico, mas Hillman enfatiza que a meta não deve ser compreendida de maneira literal, um ponto específico aonde chegar. Antes uma ideia de meta. “A meta imaginada como ouro e pérolas, elixires e pedras curativas de sabedoria, pois assim seremos motivados a continuar no curso, aquela via longuíssima chamada uma vida” (Hillman, 2011, p. 354).

Edinger (2006) apresenta um trecho de uma entrevista de Jung na qual ele resume com bastante clareza as fases alquímicas, entre elas a **rubedo**:

“Na linguagem dos alquimistas a matéria sofre até a nigredo desaparecer, quando a aurora será anunciada pela cauda do pavão e um novo dia nascerá, a leukosis ou albedo. Mas nesse estado de “brancura” não se vive, na verdadeira acepção da palavra; é uma espécie de estado ideal, abstrato. Para insuflar-lhe vida, deve ter “sangue”, devem possuir aquilo que os alquimistas denominam a rubedo, a “vermelhidão” da vida. Só a experiência total da vida pode transformar esse estado ideal da albedo num modo de existência plenamente humano” (Jung apud Edinger, 2006, p. 165).

No final da obra a operação alquímica da coniunctio possibilita alcançar a meta. Essa operação tem o significado da união entre o consciente e o inconsciente. É frequentemente associada a imagens de casamento entre o Sol e a Lua, entre o Rei e a Rainha, etc. O ego, como o alquimista, é agora é capaz de unir os opostos e reconhece a supremacia do Self, a totalidade da psique.

Segundo Bosnak (1994) há muitas outras imagens para essa fase, tais como cultivo de plantações, abundancia de verde, verão, leão, pontos elevados, altas montanhas, sangue, um elevador que sobe, olhos luminosos, fogo, vulcões, cachimbos, transporte veloz, objetos pontiagudos, centro, qualquer coisa que reflète a essência de outra, relações(sexuais ou não), etc. “Esse é o mundo da consciência guiada pelo Sol, valorativa e ativa, extrovertida e inflamável” (Bosnak, 1994, p. 74)

No sentido de compartilhar com o mundo o tesouro alcançado pelo opus, ou a diferenciação entre consciente e inconsciente Jung ao fazer referencia às imagens do tratado alquímico Rosarium Philosophorum afirma que “enquanto não existir um laço de amor entre Rei e Rainha a alma não está presente neles” e que “o ser humano que não se liga a outro não tem totalidade, pois esta só é alcançada pela alma e esta, por sua vez, não pode existir sem o outro lado que sempre se encontra no “tu” (Jung, 2012 § 454, OC 16/2).

Essa união de opostos prevê tanto o aspecto externo e social pela frutificação do amor e interesse no desenvolvimento da humanidade, pois se adquire a consciência de que a legitima evolução compreende que todos os seres humanos devem passar pelo processo de crescimento, bem como, o aspecto interno que é a conexão do ego com o si-mesmo.

Segundo Edinger (2006), nessa fase surgem as últimas operações da obra que são a proiectio e multiplicatio. No entanto, elas não são conduzidas pelo alquimista, mas pela Pedra Filosofal, que “projeta a si mesma sobre a matéria vil e assim se multiplica” (Edinger, 2006, p. 242). Significa que o resultado do trabalho

alquímico produz um remédio ou elixir, que é a Pedra Filosofal que ao ser aplicado aos metais inferiores tem o poder de transformá-los à perfeição.

Isso mostra que o árduo trabalho realizado sobre os aspectos inconscientes, lapidou o diamante, encontrou a pérola, que já existiam, mas estavam escondidos, e assim, produziu consciência e sabedoria – algo indestrutível como uma Pedra.

Mas como afirma Hillman (2011), as pérolas existem para serem usadas, elas precisam de pele. Devem ser mostradas e compartilhadas, pois de que servem os tesouros guardados? A multiplicatio é a operação que fala justamente de multiplicar a sabedoria adquirida, expondo e compartilhando-a com as outras pessoas, e contribuir para a transformação do mundo.

CAPÍTULO III

A ALQUIMIA/TRANSFORMAÇÃO DO COMPLEXO

Assim acontece com a gente.

As grandes transformações acontecem quando passamos pelo fogo.

Quem não passa pelo fogo, fica do mesmo jeito a vida inteira [...]

Há sempre o recurso do remédio: apagar o fogo!

Sem fogo o sofrimento diminui. Com isso, a possibilidade da grande transformação também.

Imagino que a pobre pipoca, fechada dentro da panela,

lá dentro cada vez mais quente, pensa que sua hora chegou: vai morrer.

Dentro de sua casca dura, fechada em si mesma,

ela não pode imaginar um destino diferente para si.

Não pode imaginar a transformação que está sendo preparada para ela.

A pipoca não imagina aquilo de que ela é capaz.

Aí, sem aviso prévio, pelo poder do fogo a grande transformação acontece: BUM!

E ela aparece como uma outra coisa completamente diferente,

algo que ela mesma nunca havia sonhado.

(Rubem Alves, *O amor que acende a lua*, 2008).

O presente capítulo pretende explorar como se dá a transformação dos complexos através da psicoterapia, buscando uma analogia com o processo de transformação da matéria para a alquimia.

A alquimia fornece as categorias básicas para a compreensão da vida e da psique, ilustrando as variadas experiências que constituem o processo de transformação interior do ser humano, como a separação de conteúdos fixos, rígidos e autônomos que fazem parte dos complexos.

No livro *Anatomia da Psique*, Eninger demonstra como a alquimia retrata o processo de individuação. O *Opus Magnum* ou a grande obra alquímica descreve a laboriosa atividade do alquimista para transformar a substância impura, e corresponde ao também laborioso e longo caminho de aperfeiçoamento humano que Jung chamou de individuação.

“O que torna a alquimia tão valiosa para a psicoterapia é o fato de suas imagens concretizarem as experiências de transformação por que passamos na psicoterapia. Tomada como um todo a alquimia oferece uma espécie de anatomia da individuação” (Eninger, 2006, p. 22).

A antiga alquimia grega, desde seu surgimento, subdividiu o **opus** em quatro fases “de acordo com as cores que apresentam: o Negro (Nigredo), o Branco (Albedo), o Amarelo (Citrinitas) e o Vermelho (Rubedo)” (Roob, 1997, p. 32). Muitas

outras cores foram usadas pelos alquimistas. O azul representa uma cor de transição entre a nigredo e a albedo, assim como o amarelo (Citrinitas) representa a fase entre a albedo e a rubedo.

Jung (2006) no livro *Memórias, Sonhos e Reflexões* conta que quando começou a compreender o significado simbólico dos textos e imagens da alquimia, logo percebeu sua relação com os símbolos da psique e sua relação com a psicologia do inconsciente.

Os alquimistas acreditavam que a mudança de uma determinada substância era alcançada submetendo-a a várias operações. No entanto, antes de tudo, era necessário encontrar a substância a ser modificada.

Depois seria necessário reduzi-la ao seu estado original ou prima matéria, como era chamada, ou seja, uma substância não poderia ser transformada em prata ou ouro sem antes ser dissolvida ao seu estado original. “Os corpos não podem ser mudados, senão pela redução à sua primeira matéria” (Figulus, apud Edinger, 2006, p.30).

Assim, o trabalho inicial consistia, antes de tudo, em descobrir a substância que iria passar pelo processo de transformação. Na análise, o processo de encontrar o material a ser trabalhado é muito importante, pois como alerta Hillman (2011), “Não podemos manejar todo sofrimento, todo o mal, toda a ignorância, toda a emoção – somente aquela parte específica que foi separada e que tomou uma forma reconhecível” (Hillman, 2011, p. 60).

Para os alquimistas a prima matéria correspondia quase sempre aos metais menos nobres como o chumbo, o estanho, o ferro, substâncias escuras e pesadas, que ao passar pelo processo alquímico transformador adquiriam qualidades superiores. No trabalho terapêutico a redução da prima matéria ao seu estado original é encontrar e reconhecer os complexos e suas múltiplas representações sintomáticas.

A matéria prima a ser transformada na análise é o complexo e suas manifestações inconscientes. E a transformação do mesmo é possível porque ele mesmo fornece a energia psíquica necessária para que ocorra um movimento transformador.

É a energia do complexo e o caráter dinâmico dessa energia que torna possível a transformação do mesmo, pois a “energia psíquica é passível de migrar,

se transformar, se retirar para o inconsciente, reaparecer sob a forma de sintomas, etc.” (Ulson, 1988, p. 28).

Por sua vez, o complexo como matéria prima psíquica a ser transformada, pode ser encontrado seguindo as pistas das atitudes estereotipadas, comportamentos rígidos, reações emocionais autônomas e resistentes. E ao se tornar visível, através de suas manifestações sintomáticas, o complexo revela sua potencialidade de transformação.

“O fogo ou intensidade emocional necessária para essa operação parece residir no próprio complexo, tornando-se atuante tão logo o paciente tenta tornar o complexo consciente mediante o compartilhamento com outra pessoa. Todos os pensamentos, ações e lembranças que trazem vergonha, culpa ou ansiedade precisam ter plena expressão. O aspecto liberado torna-se o fogo capaz de secar o complexo e purifica-lo de sua contaminação inconsciente” (Edinger, 2006, p. 61).

A matéria prima a ser transformada é justamente aquela que desejamos manter em segredo, e por isso permanece no reino do inconsciente, pois seu aspecto é desagradável e assustador. “Os aspectos mais dolorosos e humilhantes de nós mesmos são os próprios aspectos a serem trazidos a luz e trabalhados” (Edinger, 2006, p. 32).

No entanto, a transformação dos metais manejados nos laboratórios dos alquimistas como os conteúdos autônomos dos complexos manejados no processo analítico só acontece de maneira muito lenta e árdua, com uma grande dose de paciência e persistência.

Isso acontece porque os metais, assim como os complexos não se entregam livremente às mudanças. Pelo contrário, resistem obstinadamente. Por esse motivo, o trabalho de transformação pelo qual passam os complexos durante o processo de autoconhecimento é chamado pelo termo alquímico de **opus contra naturam**, o que significa que é necessário realizar um trabalho que consiga vencer a natureza teimosa e independente do complexo.

“o neurótico não teme nada tanto como o encontro com sua realidade interna e externa; por isso ele prefere passar a vida em lugar de vivenciá-la. E assim permanece frequentemente agarrado, com incrível tenacidade, aos seus complexos, mesmo que aparentemente sofra com eles de maneira insuportável” (Jacobi, 1986, p. 26).

Para Hillman a resistência é algo natural das coisas, pois a natureza tem o desejo legítimo de permanecer como é, mas ao mesmo tempo contém nas suas profundezas um instinto que deseja tornar-se mais perfeita, e por isso também contém um aspecto que é receptivo à mudança.

“No estado apenas natural, as substancias resistem à mudança. Elas intencionam permanecer como são e como têm sido por milhões de eras, enterradas e escondidas. Ainda assim, o impulso inato à perfeição recebe bem o fogo. Portanto, elas também, regozijam em sua submissão, permitindo serem fundidas, marteladas e extraídas de sua base” (Hillman, 2011, p. 57).

No tocante à alquimia do complexo, o **opus** ou obra significa um longo trabalho psicoterapêutico para tornar possível o diálogo entre consciente e inconsciente. Isso não acontece naturalmente, mas exige um grande esforço e colaboração consciente do ego que precisa rever seu posicionamento unilateral, retirar projeções e aceitar a realidade da psique e suas imagens.

Para os alquimistas o principal recurso era o fogo, no qual eles trabalhavam os metais para torna-los mais maleáveis. Isso facilitava seu manejo, uma vez que o calor tem o poder de derreter até os metais mais duros. O fogo simboliza nossas emoções, a energia psíquica sem a qual um complexo não pode se constelar. Um complexo não constelado é um complexo inconsciente que não pode passar pelo processo de mudança. Portanto, justamente o fato de o complexo estar constelado representa uma possibilidade de transformação, de conscientização.

Os complexos se manifestam das mais variadas formas, e o trabalho analítico pode tornar possível a percepção da sua evolução para um estado mais consciente. Jacobi (1986) ao discorrer sobre a múltipla fenomenologia dos complexos, também delineia um caminho que poderia representar as mudanças pela quais passa um complexo.

Ela aponta quatro possibilidades de comportamento do ego diante dos complexos: “a total inconsciência da sua existência, a identificação, a projeção e a confrontação” (Jacobi, 1986, p. 26).

No presente trabalho utilizaremos a discriminação proposta por Jacobi como uma opção didática, com o intuito de tornar mais claro o processo de atuação e transformação dos complexos.

3.1 O Complexo inconsciente.

Inicialmente o complexo é de tal forma inconsciente que não dispõe de energia suficiente para se manifestar.

“O complexo é inconsciente, mas ainda não tão carregado de energia que possa ser percebido como uma “vontade própria” ou como uma parte autônoma; no entanto, bloqueia em medida maior ou menor o fluxo psíquico natural. É que ele conserva ainda, relativamente, a coesão com totalidade da estrutura psíquica” (Jacobi, 1986, p.23).

Os complexos enquanto permanecem inconscientes, independente do grau de desconhecimento que temos em relação a eles, podem perfeitamente serem comparados com a fase alquímica da **nigredo**. Quando, por exemplo, são bem inconscientes e ainda não somos capazes de perceber o impulso que nos leva a reagir de maneira mecânica e estereotipada aos estímulos internos ou externos. Da mesma maneira quando só percebemos os efeitos das atitudes compulsivas ou quando o complexo se projeta em alguém, coisa ou circunstância.

Essa fase para a alquimia corresponde à escuridão, à massa confusa, onde todas as substâncias estão misturadas. Lidamos com a prima matéria, o aspecto caótico e indiferenciado das substâncias que provocam um estado de marasmo e lentidão, de pouco movimento porque carecem de fogo ou energia psíquica suficiente.

E, se estivermos muitos inconscientes de nós mesmos, podemos perceber o sofrimento apenas como uma forma vaga de desconforto, talvez não tão perturbador que nos faça procurar o auxílio de uma psicoterapia.

Fierz (1997) ao comentar a primeira figura do Tratado Alquímico de Lamspring “dois peixes nadam em nosso mar” (fig.1) afirma que ela ilustra a situação na qual ainda não é possível uma mudança porque o complexo não revelou sua tensão interior, ou seja, não está psiquicamente carregado.

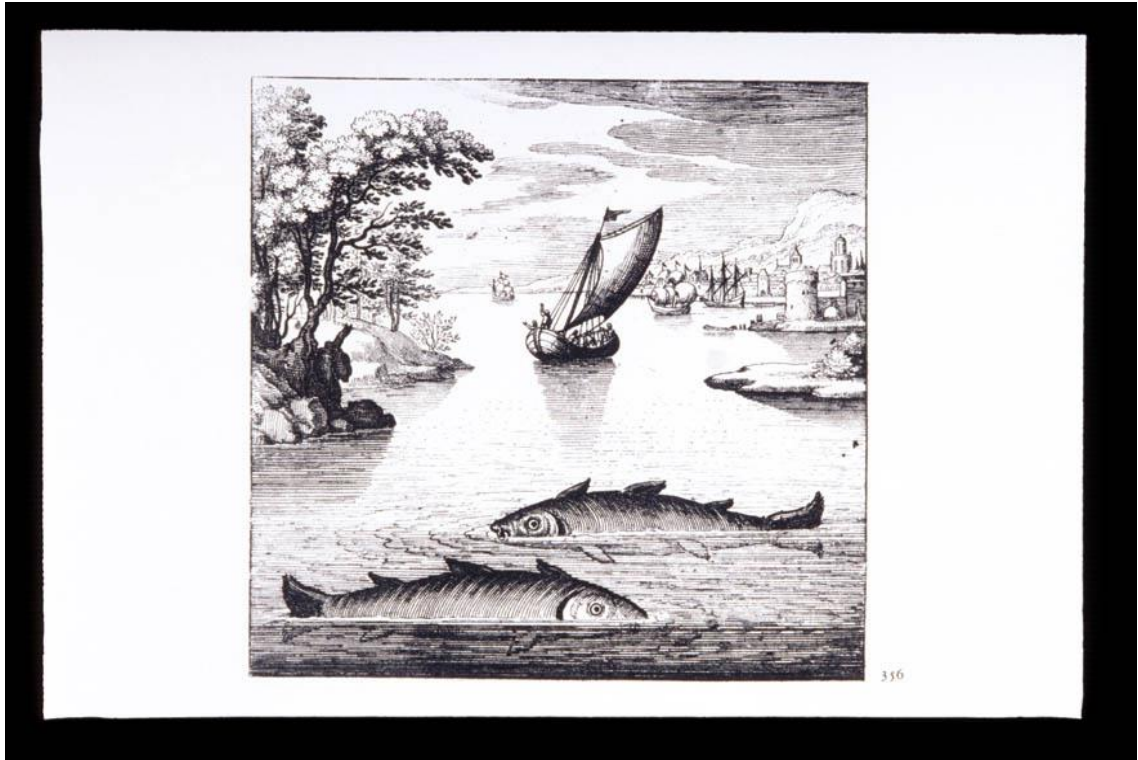


Figura 1 – Prancha número I do Tratado de Lambspring. “Dois peixes nadam em nosso mar”.

O complexo em questão encontra-se no espaço indiferenciado do mar arquetípico, mas sua configuração revela, no entanto, que o **opus** já está em andamento embora praticamente imperceptível. Nesse caso, as atitudes complexadas revelam-se nos atos falhos, nas gafes de memória, nos hábitos e pequenos sintomas.

Corresponde aos momentos iniciais da análise na qual o paciente sofre o efeito da massa confusa da psique; consciente e inconsciente misturados numa bruma que prejudica a visão. Preocupações e opiniões concretas e unilaterais entre bom e ruim, certo e errado, bonito e feio. Fixação na resolução dos problemas, mais do que compreender e simbolizar.

“[...] a mente na nigredo mostra características do pensamento para baixo e para trás, um intelecto preso em raciocínios e ideias depressivos e redutivos: história passada, fantasias materializadas e explicações concretas junto a um protesto teimosamente amargo em relação a sua condição. A psique na nigredo conhece-se vitimizada, traumatizada, dependente e limitada pela circunstancialidade e pela substancialidade” (Hillman, 2011, p. 327).

Nessa situação o complexo ainda não causa muito desconforto. Ele se expressa como os dois peixes na primeira figura de Lambspring. Embora eles

estejam voltados em direção oposta mostrando que já existe certa tensão, sua constelação ainda não agrega muita energia psíquica, ou seja, assim que tocado, o complexo “desaparece de imediato como peixe no mar” (Fierz, 1997, p. 345).

Todavia, os alquimistas alertam que é preciso muito cuidado com a calma, pois a tensão entre os opostos pode repentinamente produzir uma reação mais forte “e, de repente, as pessoas “gentis” podem se tornar extremamente perigosas e agressivas” (Fierz, 1997, p. 346).

Essa pode ser a reação do sujeito que não está consciente de si mesmo; sua vida pode ser satisfatória em muitos aspectos, mas esporadicamente tem reações consideradas muito agressivas para as circunstâncias que a geraram. A explosão de ira tem apenas o efeito catártico de aliviar sua tensão, com a qual se dá por satisfeito. Esquece rapidamente o episódio, geralmente não se dá ao trabalho de se desculpar e quando questionado pode responder “mas por que você me provocou?” ou “eu te avisei!”

3.2 O complexo em estado de identidade

A fase na qual o sujeito ainda não consegue separar o material inconsciente do material consciente é considerada perigosa pela maioria dos autores junguianos, porque a força dos conteúdos inconscientes dos complexos pode tomar tal proporção a ponto de confundir, sabotar e fragmentar o eu consciente.

Nessa fase, o complexo já é capaz de mobilizar considerável carga de energia psíquica e se manifestar através de mecanismos como compulsão e possessão. Isso significa que o ego está idêntico ao complexo, invadido e tomado por ele:

“Quando o complexo é tão fortemente carregado que arrasta o “eu” consciente para dentro do campo magnético onde o subjuga e devora, então se torna quase exclusivo dono da casa do “eu” consciente; nesse caso podemos nos referir a uma identificação completa ou parcial do “eu” com o complexo”. (Jacobi, 1986, p. 24).

O crescimento psíquico segue lentamente seu caminho rumo à consciência. Esse é o momento de grande sofrimento, pois o sujeito vê-se, agora, envolvido pelas manifestações autônomas do complexo.

O complexo já adquiriu muita energia psíquica, mas mantém-se inconsciente ao nível do ego que é capaz de perceber sua força avassaladora apenas depois que ela já fez seu estrago, como afirma Whitmont (2008).

Nesse estado o ego torna-se idêntico aos seus impulsos, porque, na verdade, sequer tem consciência da existência deles. As reações emocionais são exageradas em relação às situações consteladoras, não há liberdade de escolha, simplesmente experimentamos a afirmação de Jung de que não possuímos um complexo, é ele que nos possui.

O início do **opus** para os alquimistas corresponde à **nigredo**. Em termos psicológicos essa fase se estende desde a total inconsciência, passando pela identidade e pela projeção dos conteúdos de um complexo. Essa fase pode demorar muito tempo e não há nenhuma previsão possível de sua duração.

A **nigredo** é a primeira fase da “busca pela *pedra filosofal*, a parte mais difícil do trabalho porque as substâncias estão num estado caótico, e corresponde, psicologicamente, ao encontro com a sombra” (Silveira, 1981, p. 137).

A fase alquímica da **nigredo** corresponde à referência que Jacobi faz sobre a força do complexo que já é capaz de constelar energia psíquica suficiente para manifestar a tensão dos opostos e atingir a consciência:

“O complexo é inconsciente, mas já ficou tão “incorporado” e autônomo que atua como um segundo “eu” em oposição ao “eu” consciente e, dessa forma, coloca o indivíduo entre duas verdades ou dois fluxos de vontades opostas e o ameaça com constante dilaceração (por exemplo, em determinadas formas coercitivas de neurose)” (Jacobi, 1986, p. 24).

Esta fase é tremendamente assustadora para o ego e na alquimia é representada pelo inferno, por trevas, pela “luta com o dragão” como mostra a segunda figura de Lambspring (fig.2), cujo subtítulo é o nome da operação alquímica putrefactio. Nela, o inconsciente é simbolizado pelo dragão, e a consciência que, representada pelo soldado, precisa sair vitoriosa para que o opus tenha continuidade.



Figura 2: Prancha número II do Tratado de Lambspring. “A luta com o dragão”.

O trabalho da análise lança luz na escuridão dos complexos inconscientes e um lento processo de mudança começa a acontecer. A verbalização e o reconhecimento dos conteúdos emocionalmente carregados, a amizade com os sonhos, fantasias e imagens ajuda a tornar conscientes as projeções, as defesas, as manias.

Mas não é tarefa fácil, e, sobretudo, é necessário um grande esforço antes que a obra atinja a fase seguinte, o embranquecimento, ou a purificação da **albedo**. Há muito trabalho a ser feito. Von Franz assegura que o estado psíquico de depressão e dissolução que caracteriza a fase alquímica da **nigredo** deve ser enfrentado pelo duro trabalho do alquimista que,

“[...] consiste, entre outras coisas, na lavagem constante; por conseguinte até o trabalho da lavanderia é frequentemente mencionado ou a constante destilação, o que também é feito com o propósito de purificação, pois o metal se evapora e depois é precipitado num outro recipiente, removendo assim, as substâncias mais pesadas” (Von Franz, 1996, p. 194).

Na análise, o material dos complexos é a matéria prima a ser transformada, a qual necessita ser olhada com atenção inúmeras vezes, como na alquimia onde a

substância é lavada, cozida ou destilada constantemente, com a finalidade de purificá-la.

Não se sabe ao certo quantas vezes será necessário dar atenção ao mesmo problema porque ele se manifesta de diferentes maneiras. O processo é longo, pode levar uma vida inteira “e se caracteriza por intermináveis repetições – tal como, infelizmente, caímos e recaímos em complexos não resolvidos e que tem que ser examinados repetidamente” (Von Franz, 1996, p. 195).

A fase alquímica da **nigredo** é caracterizada principalmente por duas operações: a mortificatio e a putrefactio. Ambas estão ligadas à morte. A nigredo é sempre uma fase na qual o sofrimento está presente. É também a fase mais importante para os alquimistas, na qual o aspecto inferior da substância precisa ser vencido.

No nível psicológico, travamos uma verdadeira batalha contra as nossas resistências, precisamos “abrir mão de fixações infantis e aceitar as responsabilidades de uma vida adulta” (Jacobi, 1986, p. 24). Portanto, precisamos pretejar, a inocência ignorante precisa ser vencida, as ilusões precisam morrer porque a máxima da alquimia diz que o preto é o início da brancura. Nada pode tornar-se branco, sem antes escurecer.

3.3 O complexo projetado

A projeção de conteúdos inconscientes é uma linguagem da psique, portanto a projeção também pode ser vista como uma possibilidade de entrar-se em contato com o material inconsciente. Embora, as atitudes ainda sejam inconscientes, algo das profundezas já foi lançado para o exterior, em alguém ou em um objeto e se tornou, portanto, visível.

“Como qualquer conteúdo inconsciente só é experimentado em forma projetada, o complexo inconsciente se apresenta também, antes de tudo, como uma projeção, como se fosse a realidade de um objeto externo, em suma, uma pessoa. Quando o complexo inconsciente é tão fortemente “ejetado”, que adquire o caráter de uma entidade – com frequência, até mesmo ameaçadora – que se aproxima do indivíduo vinda de fora e se apresenta como uma característica de objeto da realidade externa, surgem então sintomas, como os que podem ser observado, por exemplo, nas ideias de perseguição, nas paranoias, etc.” (Jacobi, 1986, p. 24).

De acordo com Jung, todo material da psique do qual ainda não temos consciência, se manifesta projetada em algum objeto externo sendo “um deslocamento que ocorre de maneira não intencional, sem ser percebido, de um conteúdo psíquico subjetivo para um objeto externo” (Jung apud Von Franz, 1999, p. 280).

Nesse ponto do processo, a continuidade do progresso depende da retirada das projeções. Von Franz afirma que isso não é tão fácil como parece, “pois não é como se entendêssemos que estamos projetando e, por conseguinte, parássemos de fazê-lo. É necessário um longo processo de desenvolvimento e percepção íntimos para que uma projeção regrida. Uma vez retirada a projeção, o fator emocional perturbador se dissipa” (Von Franz, 1996, p. 195).

Assim, as projeções fazem parte da manifestação do complexo inconsciente e precisam se tornar conscientes. Sabemos que o ego ou complexo do eu é o centro da vida consciente e é da colaboração dessa instância psíquica que necessitamos para prosseguir rumo a uma transformação mais profunda e significativa em nossas vidas.

No entanto, o ego sente-se ameaçado em maior ou menor medida diante da possibilidade de perder seu status atual, pois ele também, ao longo do processo de individuação, passa por uma grande transformação. A adaptação do ego ao mundo externo, conquistada ao longo da vida, se baseia como afirma Whitmont (2008) na lei da inércia, que confere a estabilidade necessária para sua formação, mas, é um empecilho para as mudanças dos seus aspectos rígidos e sólidos.

Assim como os metais, que descansam serenamente nas profundezas da terra, e nem sequer cogitam sobre a possibilidade de sair desse estado, assim também o ego luta para manter-se como está. Sendo assim, o ego precisará se tornar flexível e abrir-se para um diálogo com o inconsciente, o que pressupõe uma comunicação do ego com os outros complexos.

Por isso os alquimistas afirmavam que o **opus** é um trabalho contra a natureza – opus contra naturam – e todo o trabalho no laboratório alquímico era para ajudar naquilo que a natureza levaria um tempo infinitamente mais longo para fazer “[...] é necessário um ego para realizar plenamente essa premência natural. Há uma exigência de cooperação deliberada do individuo na tarefa de criar consciência” (Edinger, 2006, p. 26)

A projeção da carga de energia psíquica pode, em alguma medida, manter afastado o desconforto de certos conteúdos perturbadores, mas não deixa de causar sofrimento tanto na pessoa que projeta como na pessoa que recebe a projeção.

A mudança que torna possível a retirada das projeções passa pelo desejo inerente do ser humano em alcançar maior desenvolvimento da consciência. Ao adquirir maior capacidade de discernimento surge também o desejo de deter os mecanismos que impedem seu amadurecimento como pessoa adulta e que impossibilitam uma relação significativa consigo mesmo e com as outras pessoas.

A metáfora do ego como um barco grande ou pequeno, e os peixes como os conteúdos do inconsciente, citado por Von Franz no seu livro *Psicoterapia*, é muito pertinente quando falamos da pré-disposição individual para lidar com os conteúdos das projeções. Nesse sentido, o pescador só pode colocar dentro do barco certa quantidade de peixes para não correr o perigo de perder a estabilidade e afundar.

Nem sempre a pessoa é capaz de tolerar a responsabilidade por uma parcela da psique que até então atribuía a um “inimigo” externo. “Às vezes somos forçados a permitir que o analisando continue a acreditar em maus espíritos ou em pessoas que o estão perseguindo, porque o reconhecimento de que tem esse demônio dentro de si literalmente o mataria” (Von Franz, 1999, p. 288).

Por isso, Hillman adverte para a necessidade de um vaso para acolher adequadamente tudo o que vier a acontecer no processo de mudança: “o desejo não pode ser lançado diretamente no mundo. A obra se perde no calor direto, dizem os alquimistas. Não deixe as chamas tocarem o material” (Hillman, 2011, p. 59).

No processo de análise a relação entre paciente e terapeuta é o vaso que permite que os conteúdos rígidos e resistentes possam ser derretidos no seu próprio suco, ou água. Para os alquimistas, o recipiente simboliza também a tortura do fogo, a pipoca e a panela. “Imagine o enorme sofrimento pelo qual passa o milho, até virar pipoca”, brinca Rubem Alves (1999).

Dentro dessa panela tampada, sobre o fogo dos afetos, começa o sufoco. Tomar consciência dos complexos é isso: aguentar firme, não fugir, suportar as percepções dolorosas que vão diluindo as ilusões que temos acerca de nós mesmos, dos outros e do mundo, e que foram firmemente mantidas até então.

Manter a tampa da panela bem fechada para resistir a tentação de sair e colocar em prática imediatamente todas as descobertas e novamente projetar, e também para manter a obra em segredo. Os alquimistas eram muito cuidadosos em

confiar a alguém o que está acontecendo dentro do vaso. Manter segredo significa que o processo ocorre intimamente, dentro de nós e não fora.

Embora o termo *dentro* não seja o mais adequado, na opinião de Hillman. Ele afirma que o vaso e seu conteúdo é tudo aquilo a que damos atenção. “A interioridade está dentro de todas as coisas – a jardineira que está sendo preparada, o poema que é o foco de emoções atentas. Preste bem atenção a essas interioridades; dando atenção estamos envasando” (Hillman, 2011, p. 66).

A análise proporciona o espaço seguro para abordar, compreender e modificar os conteúdos carregados de energia psíquica dos complexos. Criando espaço para os sonhos, as fantasias, as experiências especiais e corriqueiras. Dar atenção aos conteúdos dos complexos já sinaliza uma mudança.

Von Franz afirma que o recipiente é um símbolo alquímico para “a atitude que impede qualquer coisa de escapar para fora” (Von Franz, 1996, p.71). É a atitude necessária para mudar a perspectiva do ego de que todos os problemas estão do nosso lado de fora.

A mesma autora também faz uma analogia entre estar dentro do vaso fechado e a sensação de sufocação, pois dentro do vaso a pessoa terá que olhar para si mesma e “sufocar” seu desejo de responsabilizar “Deus e o destino, os pais e o marido. Tudo isso tem de ser aceito de volta, e é como sufocação, uma espécie de morte, pois o impulso de projetar tudo no exterior é sustado” (Von Franz, 1996, p.70).

Ao mesmo tempo, na medida em que avançamos no conhecimento de nós mesmos, quanto mais nos tornamos conscientes, a nossa responsabilidade aumenta na mesma proporção. Por esse motivo a retirada da projeção não é fácil, pois não é tão simples assim mudar, nossos complexos são quem somos e mesmo para modificar sintomas precisamos desenvolver o desapego e a abertura ao novo.

Ou seja, precisamos “pagar um preço” como afirma Von Franz (1999) e pagamos encarando de frente nossas ilusões, nossas desculpas e nosso comodismo. Não podemos mais adotar a confortável atitude de culpar os outros pelos nossos acessos de raiva, nem justificar nossos comentários maldosos em função do comportamento da outra pessoa.

A **nigredo** simboliza nossos distúrbios emocionais; uma fase intensa de autodescoberta que também é beneficiada quando uma boa dose de humildade está presente e permite confidenciar aqueles aspectos dos quais nos envergonhamos.

É a fase em que travamos contato com a sombra, que leva a muitas mortes pela calcinação e pela dissolução de atitudes rígidas e unilaterais. Tanto esforço, por certo, haverá de tornar possível uma renovação, um novo nascimento.

Nessa fase estamos trabalhando com a substância psíquica que se personificou, se corporificou na matéria. Um pensamento ou um afeto inconsciente tomou corpo ao ser lançado em outra pessoa e adquiriu vida própria, adquiriu autonomia. A transformação desse estado psíquico é o que os alquimistas chamam de separar a matéria e fazê-la voltar ao seu estado original.

A separatio é própria operação de adquirir discernimento. Devemos perceber que a responsabilidade lançada sobre o outro nos pertence e, trazê-la de volta ao seu estado original, compreendendo que “as substâncias tornam-se elas mesmas ao separarmos umas das outras” (Hillman, 2011, p. 367), ou seja, um impulso, um sintoma.

A separação das substâncias para os alquimistas confere originalidade e pureza à matéria, e podemos comparar esse processo à dissolução do estado de identidade com os complexos. “Apenas depois que a identidade for dissolvida através do aprendizado de vivenciar o impulso como uma entidade autônoma, separado do ego (apesar de sua tendência a engolfá-lo), é que teremos oportunidade de escolher uma hora e um lugar certos, e de desenvolver o potencial positivo do impulso”. (Whitmont, 2008, p.54).

Se formos persistentes em aprofundar nossa experiência, podemos nos deparar com algo muito significativo e construtivo. Os místicos já falaram bastante a respeito da “noite escura da alma” (São João da Cruz) como um sofrimento necessário para por em movimento os aspectos engessados da psique. Eles conseguiam ver o lado positivo desse ambiente interior sombrio.

Von Franz compartilha desse ponto de vista ao afirmar que o “esclarecimento pode vir desse lugar escuro; ou seja, se dirigimos o raio da consciência para ele, se o aquecemos mediante a nossa atenção consciente, algo branco surge, que será a lua, o aclaramento que provem do inconsciente” (Von Franz, 1996, p. 127).

A projeção seria o primeiro passo em direção a consciência, porque, ao ser lançado para fora, seu conteúdo torna-se observável e passível de ser conhecido e modificado. Na sequência, o trabalho consiste em adquirir consciência dele e pegar de volta tudo o que nos pertence.

No entanto, os autores junguianos alertam de que não é possível eliminar completamente as projeções, pois os complexos são o que nós somos. E as projeções são uma das formas pelas quais o inconsciente se expressa, o problema se instala quando não estabelecemos consciência destas. “Se tivéssemos que parar todas as projeções, faríamos parar todo o desenvolvimento em direção ao consciente. Tal estado completamente isento de projeções é impensável, podemos apenas falar em graus” (Whitmont, 2008, p.56).

Na medida em que as projeções são conscientizadas e retiradas, a pessoa sente-se com maior liberdade de escolha, com mais poder sobre si mesma porque não é mais dominada e levada contra sua vontade.

Com a retirada das projeções a pessoa deixa de ser compulsiva e torna-se capaz de refletir sobre suas emoções e o eu consciente vai aos poucos adquirindo uma autonomia que possibilita breçar suas atitudes antes de jogá-las sobre algo ou alguém.

Com maior consciência das projeções torna-se possível tomar ou não determinada decisão baseada nos próprios motivos em vez de sermos empurrados pela força energética dos conteúdos psíquicos autônomos. “A medida que a projeção regride, nos tornamos capazes de escolher a hora e o lugar adequados para a ação ou a não-ação, até para os relacionamentos e não-relacionamentos” (Whitmont, 2008 p.57).

A décima figura de Lambspring (fig.3) ilustra bem a necessidade de forte envolvimento do adepto para continuar aprofundando o processo de desenvolvimento pessoal.

Nessa figura o alquimista está nu trabalhando com uma salamandra no fogo da qual saem grossas nuvens de fumaça. Embora uma evolução já tenha ocorrido – o dragão da segunda figura se transformou em salamandra, e estamos mais conscientes dos complexos – esse é o momento de uma entrega ainda mais profunda ao **opus**.



Figura 3: Prancha X do Tratado de Lamspring. “O autor trabalhando com a salamandra no fogo”.

A compreensão adquirida não é suficiente, embora tornou-nos aptos para o trabalho de integração e aceitação das manifestações dos complexos e assim, desenvolver ainda mais nosso entendimento. “Não é fácil descrever esse evento. Trata-se sempre de período muito instigador e crítico na vida da pessoa no qual ela precisa dedicar-se total e nuamente à tarefa e na qual também está nua, no sentido de estar desprotegida e exposta” (Fierz, 1997, p. 356).

Na análise precisamos viver o luto pela morte das ilusões e lutar para aceitar nosso lado sombrio. É necessário assumir a responsabilidade “por fantasias e ideias inconstantes mediante sua expressão diante do analista ou de outra pessoa significativa. É surpreendente a diferença entre uma ideia pensada e uma ideia falada. É a mesma diferença entre mercúrio e o chumbo” (Edinger, 2006, p. 104).

Neste momento do **opus**, o negro não é mais desespero, já é possível lidar com o fogo dos complexos. Podemos pensar em um momento azulado, uma transição entre a nigredo e a albedo. A fumaça muitas vezes é quase branca e deixa cinzas, salgadas – todos os símbolos da **albedo** que se anunciam a partir do trabalho feito com o negro.

A retirada das projeções torna a escuridão da nigredo mais amena. Um pouco de ar entra no vaso e o preto começa a azular. É como se o pior já tivesse passado.

3.4 O complexo confrontado pelo ego

Não é possível confrontar o complexo enquanto não temos consciência dele, todavia, é a atitude do ego em relação ao complexo que vai possibilitar ou não a sua dissolução. Confrontar o complexo significa suportar suas manifestações com coragem e firmeza. Significa intenção séria e persistência para conhecer e mudar.

A transformação de um impulso inconsciente só é possível a partir do momento que houver uma prontidão para um diálogo interior e a consequente dissolução do estado de identidade. No entanto, a confrontação do complexo pelo ego é algo que permeia todo o processo de transformação e não apenas uma determinada fase do mesmo.

Entendemos que o enfrentamento está presente desde o momento em que o sujeito se percebe desejoso de mudanças, e o acompanha para sempre, em diferentes graus de consciência.

A força ou fragilidade do ego determina tanto a maneira como o complexo vai atuar na vida do sujeito, bem como o trabalho psicoterapêutico que será necessário para a transformação do mesmo. “A integração do inconsciente só é possível, se o eu aguentar” (Jung, 2012, § 503, OC 16/2).

A abordagem do complexo na análise requer, muitas vezes, um trabalho a priori de fortalecimento do ego. Não é raro a pessoa chegar à idade adulta sem possuir uma identidade egóica fortalecida e, por isso, não dispor de força suficiente para realizar a difícil tarefa de dar atenção aos aspectos que permaneceram na sombra.

Para Jung (2012), o trabalho psicoterapêutico que torna possível a discriminação entre consciente e inconsciente não é algo fácil de alcançar e necessita, além de paciência e perseverança, uma relação com outro ser humano. Ao assumir as dificuldades diante de outra pessoa, elas tornam-se perceptíveis ao próprio sujeito, facilitando o processo de ampliação da consciência.

Nesse estágio, a transformação de um complexo, começa a acontecer através da atenção que é dada às suas manifestações. Gradativamente começamos

a reconhecer aquilo que nos perturba quando um complexo é constelado, e o sofrimento causado por essa perturbação provoca em nós um desejo de mudança.

O trabalho na psicoterapia consiste na expressão das manifestações perturbadoras do complexo inconsciente. Por um lado, reconhecer a maneira como somos afetados é um momento dos mais difíceis e, por outro, poder contar com um espaço protegido para expressar esses sentimentos, no fundo, é o que torna possível uma mudança.

Neste aspecto, o trabalho de lançar um olhar mais profundo e demorado sobre si mesmo sem desviar os olhos daquilo que desagrade é uma dura escola, como afirma Jacobi (1986). É que esperamos que a análise e a dissolução de nossas perturbações nos levem prontamente a um estado de felicidade.

A felicidade, embora possa estar presente em muitos momentos de autodescoberta, não é um estado permanente. Para adquirir compreensão dos múltiplos aspectos do complexo, é necessário durante toda a jornada, “coragem, força psíquica e capacidade do “eu” para sofrer, o que inclui a aceitação dos aspectos negativos e contraditórios da psique” (Jacobi, 1986, p. 26).

Precisamos desenvolver a habilidade de auto-observação. No início, olhar para si mesmo sem as costumeiras defesas, sem críticas e julgamentos é extremamente difícil. O eu se sente uma vítima sem chances diante da autonomia de certas atitudes e, ao mesmo tempo, impotente para realizar as mudanças necessárias.

É preciso também, desenvolver a capacidade de discernir e delimitar os aspectos conscientes dos inconscientes. A confrontação e a busca de discernimento é um trabalho constante e repetido durante todo o processo, não apenas inicial, e sempre difícil porque revela os conflitos que desejamos ocultar.

O processo alquímico busca, através do **opus**, a purificação da matéria e o processo psicoterapêutico busca a tomada de consciência pela retirada das projeções, o reconhecimento das próprias responsabilidades e, finalmente, a serenidade da **albedo** pela compreensão e aceitação de quem realmente somos, sem falsas expectativas.

“Somente quando a regressão à condição original “encontrada” – a substância em sua apresentação sintomática – não é mais possível, somente quando ela foi inteiramente cozinhada, e foi verdadeiramente separada do seu modo histórico e habitual, pode-se dizer que uma alteração foi alcançada. Então a substância, que a psicologia poderia chamar de um complexo, torna-se menos autônomo e mais maleável e fundível, tendo perdido sua independência como um objeto intratável que objecciona e resiste. Somente aí pode o corpo sutil do metal – a dureza do ferro, a quentura rápida do cobre, o peso do chumbo – juntar-se à obra. “Somente coisas separadas podem ser reunidas”, dizem os alquimistas” (Hillman 2011, p. 58).

Hillman se refere acima à transformação que ocorre quando o complexo já foi conscientizado e não exerce mais tanto poder sobre o ego. O esclarecimento adquirido torna possível uma análise racional dos afetos que antes estavam submersos e só chegavam à consciência de forma perturbadora. Agora eles atingiram a superfície da consciência e podemos dialogar com eles.

Na alquimia o preto da **nigredo** cede lugar para o branco da **albedo**. No entanto, essa passagem para outro estado não acontece de forma imediata e direta. Há um período de transição. O preto, a princípio, recebe um pouco de branco e torna-se azulado.

Nessa fase a psique perde o peso escuro do chumbo e passa a “dar profundidade metafórica e valor psíquico para as coisas como elas são” (Hillman, 2011, p.149). É um momento de introversão, no qual está presente uma necessidade de refletir sobre a experiência.

Ser capaz de absorver e pensar sobre os conteúdos que vieram à tona ameniza a dor, o desespero diminui e se transforma em tristeza. Começamos a desenvolver nuances de consciência e de reflexão e, passamos a dar significado aos complexos. Uma capacidade negativa e um escutar profundo são criados, afirma Hillman (2011).

Uma transição lenta da **nigredo** para a **albedo** é o que sugerem os alquimistas, pois o branqueamento obtido através do sofrimento pela morte das nossas ilusões, não é igual ao branco puro e ingênuo de antes do início da obra. Uma mudança rápida demais poderia nos levar de volta ao estado de inconsciência do branco inicial e todo o esforço teria sido em vão.

O branco da **albedo** vai chegando na medida em que nos tornamos conscientes do inconsciente. Ampliar o conhecimento acerca de nós mesmos é agora um desejo sincero que contém uma boa dose de realismo.

A sombra, antes reprimida, e apenas vagamente percebida é autorizada a circular de maneira mais livre sob a luz da lua. Para Hillman a mudança para uma tonalidade mais clara, um tom de azul “permite a entrada de ar, de forma que a nigredo pode meditar sobre si mesma, imaginar-se, reconhecer que esse próprio estado sombrio expressa a “essência das coisas” (Hillman, 2011, p. 169).

Para a alquimia, a **albedo** é a aurora, a claridade que vem depois do período mais escuro da noite, um momento no qual o alquimista se rejubila com o resultado do seu árduo trabalho sobre os metais inferiores.

Mesmo que a clareza que surge com a tomada de consciência possa causar vergonha e sofrimento, ela traz uma inegável sensação de alívio emocional: “Dizemos: acabou, passou! – já não está tão pesado, tão frenético. Acho que vou conseguir. E há um sentimento novo de confiança naquilo que está acontecendo” (Hillman, 2011, p. 252).

Na psicoterapia este é o momento em que somos capazes de perceber que adquirimos algum grau de clareza sobre nossos afetos, podemos sentir nossa própria força interna, estamos menos vulneráveis em relação a autonomia hostil dos complexos e também mais fortalecidos em relação às nossas próprias exigências e dos outros.

“O outro sentido da virada em direção ao branco é abrigo: menos expostos, menos crus, menos vulneráveis às paixões, às marés. Feridas enfaixadas em panos brancos; o leite, fluindo e coagulando-se na mais putrefacta cultura do queijo. A alma tem agora um tabernáculo; Maria como refugio. A alma encontra-se posta em si mesma e livre da compulsão para fora” (Hillman, 2011, p. 254).

No trabalho analítico a **albedo** também traz mais tranquilidade e menos culpa. A **albedo** é a generosa dama de branco em cujo colo podemos relaxar afirma Hillman que também fala da sintonia que passa a existir na transferência, “as coisas indo bem e suavemente”, mais segurança, mais insights, percepção de conexões sincronísticas, “[...] levando a invulnerável convicção da primazia da realidade psíquica como um outro mundo à parte, a vida vivida na fé psicológica. Nessa tépida luz lunar sem sombras tudo parece se encaixar” (Hillman, 2011, p. 323).

Também maior capacidade de simbolizar, de encontrar significados nas nossas experiências e perceber “a realidade invisível por trás dessa dimensão visível e a conexão entre elas” (Kast, 2013, p. 21).

No entanto, o surgimento da **albedo** que simboliza a consciência vitoriosa em relação aos aspectos sombrios da psique, pode também representar um perigo. Os alquimistas já alertavam para o risco de dar-se por satisfeito com os avanços alcançados e interromper a obra nesse momento. O alívio da **albedo** dá a impressão de que não há mais tanta urgência.

No caminho percorrido até chegar a **albedo** fizemos um grande esforço para adquirir discernimento dos nossos aspectos emocionais perturbadores, lutamos para aceitar nossa responsabilidade sobre os conteúdos projetados em outras pessoas e para assimilar a “dor e a delícia de ser o que é” como o compositor e cantor Caetano Veloso poeticamente interpreta.

Podemos relacionar a **albedo** com o momento na psicoterapia em que a compreensão torna possível a sublimação, a qual traz um grande alívio. No entanto a operação da *sublimatio* é diferente da sublimação freudiana que acontece através de um esforço intelectual e apenas transfere a energia liberada do complexo, agora tornado consciente, para outros interesses que estão mais de acordo com as exigências sociais.

O alívio que chega com a sublimação diz respeito a uma verdadeira “transformação alquímica que requer o fogo e a prima matéria negra” (Jung apud Edinger, p. 136, 2006). Esse alívio é possível porque a **albedo** é um momento de clareza e de compreensão, fruto de muita “queimada” no fogo das emoções. É como se nos elevássemos acima da confusão e do caos da *nigredo*, por termos trabalhado com ela e, finalmente somos capazes de lidar com nossos problemas de forma objetiva, sem tanto envolvimento emocional.

Para Edinger (2006) a operação da *sublimatio*, assim como a **albedo** diz respeito a uma visão mais abrangente, mais elevada dos nossos problemas cotidianos. No entanto, “quanto mais alto nos elevamos, maior e mais ampla nossa perspectiva, mas ao mesmo tempo, mais distantes ficamos da vida real e tanto menor nossa capacidade de agir sobre aquilo que percebemos. Tornamo-nos espectadores magníficos, mas impotentes” (Edinger, 2006, p. 136).

Para que a mudança da **albedo** para a **rubedo** não ocorra de maneira racionalizada é necessário a transformação no nível do núcleo do complexo. Segundo Whitmont (2006) esse é o objetivo ideal da análise junguiana. Quando transformadas, as defesas compulsivas se alteram e deixam de nos perturbar.

Hillman (2011) aponta outros perigos da **albedo**, além da racionalização: um deles é a tendência de usar o branco como uma fuga do preto, ou seja, ceder à tendência de fixar-se no estado pacífico do alívio adquirido depois da nigredo e, assim paralisar a percepção que torna possível novos insights. Voltar à brancura inicial, onde não temos consciência dos nossos complexos.

Outro alerta diz respeito a não tocar o ponto sensível do complexo de forma muito direta, sem delicadeza, colocar fogo demais no momento errado, fazendo aflorar desapontamentos, acusações, cansaço.

A principal diferença entre **albedo** e o branco da fase anterior é justamente sua mancha negra.

Portanto, a **albedo** é um momento que requer atenção redobrada e essa opinião é compartilhada por vários autores junguianos. Para Whitmont (2008) a clareza intelectual alcançada até então através do discernimento das questões pessoais e familiares, a casca do complexo, não é suficiente para uma verdadeira transformação.

No volume um do livro *A Prática da Psicoterapia*, Jung fala que seu objetivo com os pacientes é produzir um estado de fluidez psíquica, no qual nada mais é “irremediavelmente petrificado”. No entanto, a transformação requer a compreensão do aspecto que ultrapassa o significado pessoal. “[...] quando algo sucede a alguém e ela acredita que só a ela isso pode acontecer – e na realidade o mesmo acontece a muita gente – ela está tendo, evidentemente, uma atitude incorreta, demasiadamente pessoal” (Jung, 2011, § 99, OC 16).

Para que uma verdadeira mudança ocorra é necessário atingir o núcleo arquetípico do complexo que não está na camada do inconsciente pessoal, “já que esse efeito não cessa quando a consciência o encontra apenas nesse nível pessoal” (Whitmont, 2008, p.61).

Podemos agregar o significado da passagem para a **albedo**, com a afirmação de Jacobi (1986), de que mesmo depois da retirada das projeções o complexo ainda mantém grande carga energética, porque o conhecimento que se tem dele é apenas intelectual. “[...] por isso, continua atuando com toda a sua força original”. Só pode ser levado à dissolução, quando seu conteúdo e a compreensão e integração deste são vivenciadas emocionalmente. (Jacobi, 1986, p. 25).

É que a **albedo** não é a meta final dos alquimistas, é antes, um novo começo. O complexo ainda se manifesta, embora já o conheçamos bem. Não é possível

deixar de ter complexos, pois eles são os conteúdos da psique e é o que nos movimenta na vida. Porém, aqui, estamos mais aliviados do seu movimentar autônomo. Menos brigas e confusões devido a eles. Paz. Mas, ainda não vivemos de fato esta mudança de forma encarnada.

Se antes sofríamos com pensamentos depressivos e unilaterais, com a dificuldade de aceitar nossa situação, imaginada tão aquém do que mereceríamos, agora, na **albedo**, esse peso deu lugar a uma reflexão suave e nos tornamos mais receptivos. Não somos mais tão materialistas. “Em suma, durante a nigredo há dor e ignorância; sofremos sem ajuda do conhecimento. Durante a albedo a dor cessa, tendo sido abençoada pela reflexão e pela compreensão” (Hillman, 2011, p. 327).

Só que “nesse estado de brancura não se vive” (Jung apud Hillman, 20011). Para não haver estagnação no processo, é necessário uma nova putrefação, o branco começa a amarelar.

O amarelo ou **citrinitas** na obra alquímica está relacionado ao enxofre, que é quente, que corrompe e fede. Portanto, algo está mudando. “Estamos falando de mudança psíquica, que aparece como “algo dando errado” primeiro quando apodrece, segundo quando se torna fisicamente hiperativa” (Hillman, 2011, p. 318).

Jung considerava o enxofre o principio ativo na obra e na vida humana. Este enxofre é a libido que irá conduzir a consciência adquirida no trabalho da análise a encarnar e produzir de fato, mudanças na vida. Neste momento do processo volta um desejo pela vida, que agora, poderá ser vivida de outra forma.

Porém, a mudança do branco da **albedo** para o **amarelo** não acontece sem resistência. A brancura, obtida após muito esforço na escuridão da nigredo, não quer amarelar. Há uma tendência a se fixar nesse estado de "perfeição". O branco é frio, autocontido; o **amarelo** é quente, terreno, masculino, ativo... o amarelo é o leite virando queijo, o branco coagula, assume um corpo” (Hillman, 2011, p.324).

A idealização do estado **albedo** é semelhante ao alerta que Von Franz (1996) faz para o excessivo prolongamento da análise, dando o exemplo de pessoas “superanalizadas” que entendem teoricamente seus conflitos e se tornam demasiadamente racionais. Isso pode representar um retrocesso, pois novamente não se tem consciência da racionalização e da resistência em enfrentar a vida cotidiana com seus limites e vulnerabilidades.

Idealmente se deveria caminhar para uma existência natural e espontânea, sem esquecer o que se aprendeu sobre os conteúdos inconscientes. “Superanalisar,

prolongar excessivamente o processo, cria uma segunda neurose, uma doença muito geral e muito difícil de curar. Naturalmente, é também uma espécie de inconsciência” (Von Franz, 1996, p. 202).

É possível que o amarelecimento da obra venha prevenir justamente esse estado e ajude a produzir uma união entre corpo e mente, mas de uma forma diferente, transformada, trazendo para a vida prática os benefícios da compreensão dos conflitos e sua conseqüente clareza intelectual.

O perigo da passagem do branco para o vermelho é que ela pode acontecer de uma forma racionalizada e impedir a mudança real, afinal, é na carne que a coisa muda. “A compreensão apenas em termos de fatores ambientais passados não impede o complexo de operar [...] infelizmente o reconhecimento daquilo que nos “irrita” vem muitas vezes só depois que o estrago já foi feito; nossa visão é clara apenas em retrospectiva.” (Whitmont, 2008, p. 61).

Apesar dos protestos, o surgimento do **amarelo** é um bom sinal, mesmo que repentinamente nos percebemos enredados numa indignação por não conseguir colocar em prática o aprendido. O **amarelo** incomoda porque julgamos que já “deveríamos” ter superado determinada compulsão, justamente porque já dispomos de compreensão intelectual, no entanto, continuamos repetindo velhos padrões.

Na análise surgem momentos que temos a impressão de regredir. Voltamos para a **nigredo**? As etapas não são estanques, e mesmo com a consciência se ampliando cada vez mais, ainda ficamos surpresos quando compelidos a seguir em frente. Constrangidos, constatamos que apesar do conhecimento absorvido acerca do funcionamento da nossa psique, ainda não somos capazes de viver na carne o conhecimento tão laboriosamente adquirido.

Esse é o sofrimento e a esperança que o **amarelo** da obra traz. Sofrimento porque sabemos que sabemos, e esperança porque desejamos viver a vida de uma maneira mais sábia. “Se a prática psicológica negligencia seu amarelecimento, nunca pode abandonar o psicologizar, nunca se avermelha no mundo lá fora, nunca está viva para o cosmos – de onde hoje em dia vem todas nossas desordens psicológicas reais” (Hillman, 2011, p. 338).

O **amarelo** como intermediário entre o branco e o vermelho é importante, porque produz o mesmo efeito do espetáculo dos primeiros raios de sol da manhã, que trazem maior visibilidade. Adquirimos ainda mais discernimento.

Embora pareça a princípio uma regressão, o amarelo é antes um aquecimento para a mudança, pois o **amarelo** é também o fogo, o combustível, o desejo de viver. É o enxofre na alquimia, que corrompe a pureza com suas características de putrefação e mau cheiro e é muito importante como uma provocação, que “impede o distanciamento e o desprendimento” (Hillman, 2011, p. 319).

Na análise, nos percebemos com uma visão mais aberta à multiplicidade. Abandonamos a unilateralidade do intelecto, passamos a ter um senso maior da realidade das coisas.

Estamos muito mais conscientes das nossas emoções como medo, raiva, inveja, preconceito, covardia, envelhecimento. Conhecemos nossos complexos e somos capazes de falar sobre eles. É a própria consciência que, iluminada pelo amarelo do sol, “estraga” a perfeição do branco.

No livro *Mysterium Coniunctionis*, Jung (2008) afirma que o enxofre ou sulphur pressupõe a ideia do si-mesmo, da totalidade, que contém tanto o aspecto desenvolvido e mais importante da natureza humana, como o aspecto “desprezível” e menos importante e “[...] é para os alquimistas um dos muitos sinônimos daquela misteriosa substância do arcano e da transformação das coisas” (Jung, 2008, § 139, OC 14/1).

Nesse estágio, o desenvolvimento adquirido pelo confronto com os complexos inconscientes torna possível a compreensão de que não somos só iluminados ou só sombrios, mas ambos. O si-mesmo como “um conceito da totalidade humana, já é por definição algo maior do que a personalidade consciente do eu, porque além dela abrange também a sombra pessoal e o inconsciente coletivo” (Jung, 2008, § 141, OC 14/1).

Para ilustrar o sofrimento do amarelo a imagem da décima quarta figura de Lambspring (fig.4) é muito pertinente. Seu título é “o pai sua por causa do filho”, pois o velho rei engoliu o jovem rei – isso causa grande indigestão. O velho rei está, agora, doente na cama. É necessário um tempo para absorver o novo. Não é possível ficar apenas com o frescor e a pureza do novo, pois o novo contém o velho e o velho o novo.

Essa figura mostra que caminhamos para a aceitação dos complexos. Um momento de integração dos complexos ao todo da personalidade que causa um calor interno, uma febre. Já fizemos muitos esforços, lançamos mão de todas as

“ferramentas” que estavam ao nosso alcance, fizemos nossa parte – “suamos sangue”. Agora precisamos assimilar uma nova verdade: nem tudo depende de nós.

Assim como o inconsciente precisa ser assimilado e não destruído, o velho e o novo rei também devem ser integrados para encontrar uma convivência pacífica. O ego precisa corporificar a consciência do si-mesmo, perceber a realidade psíquica da alma.

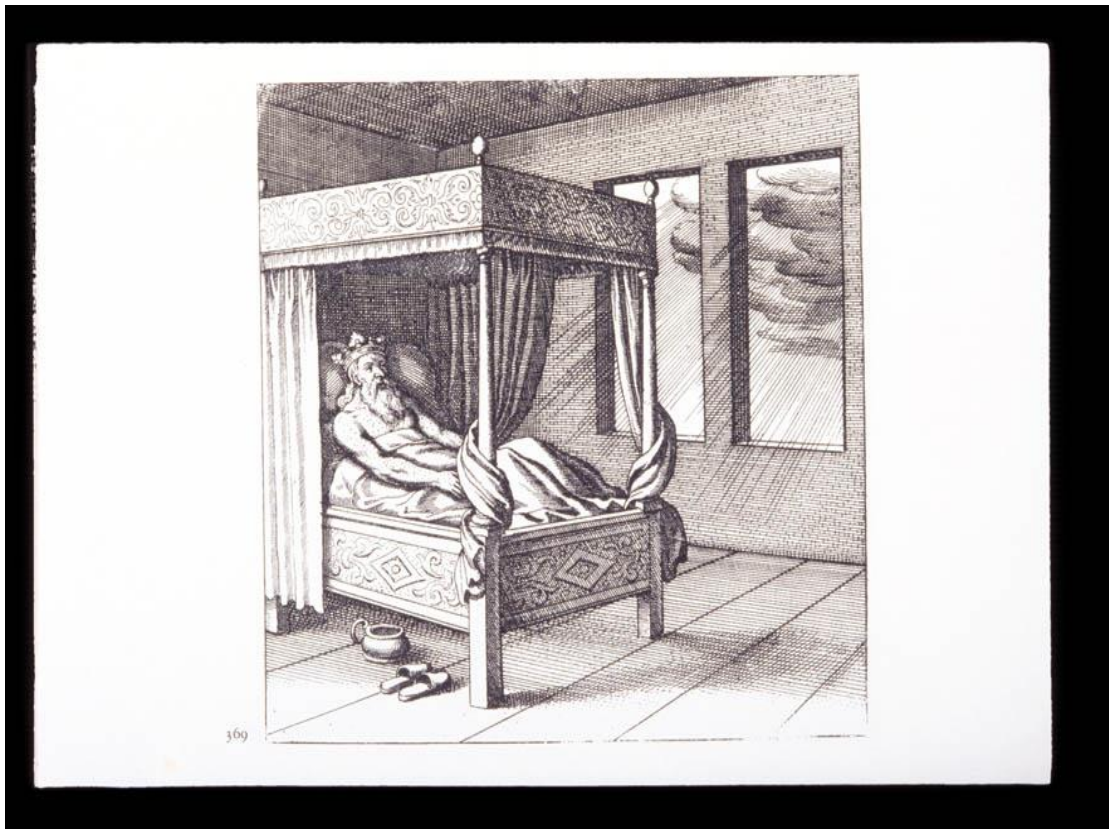


Figura 4: Prancha número XIV do Tratado de Lambspring. “O pai sua por causa do filho”.

É necessário lembrar novamente que a fase branca da **albedo** não é igual ao branco ingênuo de antes do início do trabalho. O amarelamento da **albedo** é o novo que contém o velho, a mancha escura da nigredo que transforma o branco em dourado e é muito mais precioso do que a prata e o ouro puros, pois passou por uma transmutação.

O **amarelo** é o momento de transcender a capacidade branca de reflexão, ir além dela, “[...] Nossa natureza experimenta uma virada temperamental, uma mudança de humores, do colérico para o sanguíneo que o dicionário define como

confiante, otimista, alegre. Assim é que a **citrinitas** torna-se avermelhamento” (Hillman, 2011, p. 330).

Podemos afirmar que no avermelhamento que vem depois do **amarelo**, o núcleo do complexo foi atingido pela consciência dos limites do ego e pelo reconhecimento de poderes transpessoais, arquetípicos. Adquirimos consciência de que o ego não é o centro da totalidade, mas um produto dela, desse algo novo que não foi criado, mas encontrado, o si-mesmo.

“Quando a pessoa aprende a viver com as manifestações do “não Eu”, numa atitude de aceitação concreta, carregando suas características pessoais aparentemente inferiores como um fardo em vez de identificar-se com elas e, ao mesmo tempo, permanecendo humildemente aberta às exigências dos poderes transpessoais até então não realizados, uma nova fase de transformação tem início.” (Whitmont, 2008, p. 85).

A meta, como uma ideia, encontra na **rubedo** seu ponto final. O **opus** encontrou o que procurava e isso significa movimento, como afirma Jung ao falar do objetivo na terapia. “O que visio é produzir algo eficaz, um estado psíquico em que meu paciente comece a fazer experiências com seu ser em que nada mais é definitivo nem irremediavelmente petrificado; é produzir um estado de fluidez e de vir a ser” (Jung, 2011, § 99, OC 16/1).

Na alquimia a meta pode ser alcançada através da purificação da matéria que passa por inúmeras operações e é submetida ao fogo purificador. Em termos psicológicos equivale à separação do eu de todas “as interferências inflacionárias do inconsciente. Esse trabalho exige minucioso exame de consciência e autoeducação [...] o processo psicológico da diferenciação não é um trabalho fácil, pois requer muita paciência e perseverança [...] sendo impossível sem uma relação com um parceiro humano” (Jung, 2012, § 503, OC 16/2).

Ou seja, não podemos realizar a obra sozinhos, precisamos de um outro, como afirma Jung (2012), pois só quando admitimos nossas falhas numa relação real com outro ser humano, seja o terapeuta ou outra pessoa significativa é que elas podem tornar-se compreensíveis para nós. Necessitamos um contato com o que transcende o ego, seja no outro ou em nós.

Talvez por isso, a humildade se apresenta como uma característica da fase da **rubedo**. Estamos mais modestos, pois o complexo do eu assimilou a ideia da realidade psíquica como algo maior que ele. Reconhecemos nossos limites e

sabemos que certas dificuldades não são solucionadas pela simples “força de vontade” e, sim, *deo-concedente* como falam os alquimistas. Para CWIK, neste momento:

“O indivíduo consciente e reflexivo tenta viver a vida completamente enquanto se limita por suas vicissitudes. Este é o avermelhamento, vivendo uma vida “repleta de sangue”. A ideia aqui é a de um estágio da individuação onde os complexos não necessariamente dão o caminho – instintividade e afetividade são transcendidas”.¹

Jung afirma que quando o ego consegue ter uma atitude humilde em relação ao Self, confessando sua impotência, é possível receber auxílio da força que há na nossa interioridade. [...] “pois o desamparo e a debilidade são uma vivência eterna (arquetípica) e o eterno problema da humanidade e para essa situação existe uma resposta eterna, pois do contrário, o homem já haveria desaparecido há muito tempo” (Jung, 2008, p. 26, OC 9/1).

A **rubedo** surge como uma sequência do **opus** de levar para o mundo a consciência adquirida. Agora vivemos profundamente o resultado do trabalho. Aprendemos a simbolizar, encontramos o significado das experiências da vida, tanto pessoal como universal.

A **rubedo** equivale à meta da análise. Cabe lembrar que meta, fases, operações são símbolos que fazem a ponte entre consciente e inconsciente e auxiliam na compreensão do processo de autodescoberta. Não são literais nem fixas, se interpenetram e não obedecem às normas de tempo e espaço. “A meta só importa enquanto ideia; o essencial, porém, é o opus que leva à meta: ele dá sentido à vida enquanto ela dura” (Jung, 2012, § 400, OC 16/2).

A operação que representa essa fase é a *coniunctio*, a união, o casamento entre corpo, alma e espírito. Os conteúdos autônomos e inconscientes da psique que foram separados, conscientizados e transformados, agora são novamente reunidos.

¹ Tradução livre. “[...] The aware and reflective individual attempts to live life fully while coming to grips with vicissitudes. This is the reddening, living the “full-blooded” life. The idea here is that a state of individuation is sought where the complexes do not necessarily lead the way – instinctually and affectivity are transcended”. CWIK, A. J. *Rosarium Revisited*. In: *Alchemy, A Journal of Archetype and Culture*. New Orleans, Louisiana: Spring Journal, 2006, p. 194.

A prima matéria passou por várias fases e operações até atingir um estado de purificação e dureza perene – a criação da Pedra Filosofal, Ouro, Lápiz ou tantos outros nomes como é chamado o resultado final e a meta do **opus**. “Sua produção resulta de uma união final dos opostos purificados e, como combinam os opostos, mitiga e retifica toda a unilateralidade” (Edinger, 2006, p. 231).

Na psicoterapia chega o momento que é importante saber concluir o processo de analisar. Esse momento está relacionado à fase da **rubedo** na qual se deve abrir mão do fascínio pelo entendimento obtido na **albedo**. Von Franz chama de “retorno à espontaneidade, a um modo de vida imediato, natural e espontâneo, sem esquecer aquilo que aprendeu” (Von Franz, 1996, p. 202).

Até porque a capacidade criativa do inconsciente é infinita e Jung afirma que ela não pode ser esgotada, mas ao invés disso há necessidade de uma cooperação entre consciente e inconsciente:

“Esvaziar por completo o inconsciente é impossível, pela simples razão de as suas forças criativas serem capazes de criar novas formas incessantemente [...] a única maneira possível de trata-los na prática (os conteúdos inconscientes) consiste em assumir uma atitude consciente que permita a cooperação do inconsciente em vez de sua oposição” (Jung, 2012, § 366, OC 16/2).

A necessária cooperação entre ego e Self é retratada na última figura de Lambspring (fig.5), que apresenta justamente a união do pai com o filho. Esse momento diz respeito à meta do trabalho de transformação, na qual ambos, o novo e o velho, chegaram a um entendimento e de comum acordo compartilham a direção do reino.

O significado dessa imagem diz respeito à aceitação do lado sombrio e encoraja a incorporar nossas fraquezas sem esquecer nosso lado bom. “Saiba quem você é, ainda que isso signifique agitação e até vergonha. Enfrente a nova experiência que está vindo em sua direção com intuição e entendimento, e se você mudar, não destrua nada, mas ao contrário, evolua e cresça” (Lambspring, apud Fierz, 2007, p. 361).



Figura 5: Prancha número XV do Tratado de Lamspring. “O pai e o filho agora estão unidos”.

A análise proporciona mudanças para melhor através da descoberta e compreensão do que acontece no psiquismo. E o resultado de uma análise que desenvolve a consciência é sempre sentido como algo muito reparador. “Pela compreensão, o inconsciente é integrado, criando-se assim, pouco a pouco, um ponto de vista superior, que representa simultaneamente a ambos, consciente e inconsciente” (Jung, 2012, §479, OC 16/2).

Nessa fase o indivíduo alcançou a capacidade de agir movido, não só pelo ego, como no início da obra. Agora o Self tem maior espaço, e o ego é seu principal colaborador. O verdadeiro centro, a verdadeira sabedoria, o si-mesmo agora harmoniosamente divide o comando da vida com o ego.

O termo mais usado para definir onde se pretende chegar com o trabalho de transformação dos complexos é o da Pedra Filosofal. Edinger afirma que esse nome é em si mesmo uma união de opostos e explica: “Filosofia é o amor à sabedoria, um empreendimento espiritual, ao passo que a pedra é a realidade material, dura e crua” (Edinger, 2006, p. 232).

No comentário sobre o Proverbio 9:1-5 que fala da casa construída sobre a rocha Von Franz sintetiza o processo de individuação como a firmeza da personalidade que foi alcançada após árduo enfrentamento “[...] dos altos e baixos acarretados no encontro com o inconsciente, forma-se então, lentamente, um núcleo inabalável. Penso que mesmo uma cura [...] não muda o conflito nem sana o problema; o que realmente muda é a capacidade para enfrentar melhor – e esse é o verdadeiro desenvolvimento” (Von Franz, 1996, p. 233).

Na análise a inconsciência dos complexos não tem mais predomínio. A sombra é integrada, a aceitação de si mesmo é completada e a pessoa tornou-se capaz de estar no caminho de uma forma mais serena. A confusa empolgação inicial dá lugar a uma certeza calma de que o processo continua, pois a vida sempre apresenta seus desafios que são agora enfrentados sem desespero.

Embora o **opus** seja um trabalho difícil, demorado e gradativo, ele desenvolve força interna para enfrentar melhor as situações difíceis de serem mudadas. Cada passo do caminho ajuda, aos poucos, a construir uma fé inabalável de que se encontrou as ferramentas necessárias para não ceder e não ser tragado pelas forças do inconsciente. Agora as conquistas são permanentes.

Finalmente, cabe fazer um breve comentário sobre as etapas da psicoterapia propostas por Jung (2011) no volume um do livro *A Prática da Psicoterapia – Confissão, Esclarecimento, Educação e Transformação* – e como elas se relacionam com a transformação dos complexos.

Tal tentativa de organizar o trabalho realizado na análise, embora difícil em função da abrangência da psicologia, como Jung (2011) cuidadosamente pontua, contribui para a compreensão das muitas possibilidades vividas tanto pelo paciente como pelo terapeuta. Todavia, é importante ressaltar que elas não são lineares, mas se entrelaçam simultaneamente.

De acordo com essa proposta, a etapa inicial pressupõe a *Confissão*, e corresponde na psicoterapia ao trabalho com a sombra, o aspecto escuro e pesado do chumbo – a **nigredo**. Nela o paciente compartilha com o analista seus segredos, isto é, os afetos perturbadores dos complexos, e gradativamente lembra e libera seus conteúdos inconscientes.

Jung (2011) salienta que o *esclarecimento* ou elucidação que segue à confissão é o momento da psicoterapia na qual os conteúdos dos complexos devem ser interpretados e compreendidos. O paciente já é capaz de reconhecer suas

ilusões e infantilidades e adquire mais paciência consigo e com seus limites. Assim, condiz com a fase branca da **albedo** e da prata, na qual os insights produzidos pela confissão, o difícil confronto com a escuridão da nigredo trazem clareza e compreensão, mas ainda não é a meta final do processo.

A *educação* é a terceira etapa proposta por Jung e corresponde ao amarelecimento ou **citrinitas**. Aqui o paciente necessita aprender através do exercício de colocar em prática a compreensão que obteve nas fases anteriores. Precisa construir uma vida cotidiana satisfatória, participativa e realista. Jung enfatiza que a compreensão obtida sobre o próprio psiquismo necessita vir acompanhada pela habilidade social, o que exige vontade de se educar para os relacionamentos humanos. A clareza que surge com o discernimento é imprescindível para a ampliação da consciência, mas não suficiente para que haja mudanças práticas. Assim, a prata da compreensão precisa receber uma dose de enxofre e amarelar no mundo.

A última etapa prevista por Jung na análise compreende a *transformação* e pressupõe a inclusão das necessidades da alma – na alquimia corresponde à **rubedo** e ao ouro. Um desenvolvimento que ultrapassa as necessidades de ajustamento social do ego. Na psicoterapia diz respeito à transformação mútua pela qual passa tanto o paciente como o terapeuta. Jung destaca a necessidade do analista também estar em análise, e que a própria psicologia possa evoluir de um método para tratar doentes para um método que trata homens que buscam desenvolvimento psíquico e a cura do sofrimento da alma que aflige a todos os seres humanos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A elaboração deste trabalho proporcionou esclarecimento sobre os mecanismos do complexo psíquico e de como se dá sua transformação na psicoterapia, de acordo com a Psicologia Analítica de C. G. Jung. Nesse sentido, a analogia encontrada entre as manifestações dos complexos e o mundo simbólico da alquimia lançou luz na compreensão do processo de ampliação da consciência.

Para haver crescimento é necessário um profundo trabalho com os complexos inconscientes. Na alquimia eles são simbolizados pela prima matéria, ou estado caótico e confuso no qual os elementos que compõe a matéria estão misturados e precisam ser separados.

Assim, tal qual o alquimista que se esforça em seu laboratório para purificar o ouro bruto através de inúmeras operações, o indivíduo precisa adquirir discernimento para transformar seus complexos e atingir a meta da individuação. Pois os complexos são fonte de morbidade, porém fonte também de muita movimentação psíquica, muita criatividade. Disso se depreende que o processo da análise profunda como uma busca pelo amadurecimento da personalidade que torna a existência plena, verdadeira e significativa passa necessariamente pela conscientização e transformação dos complexos.

O trabalho com os complexos não é apenas necessário, mas imprescindível, pois é, de certo modo, um aspecto natural da análise, principalmente porque eles se apresentam compulsoriamente, independente da vontade do terapeuta ou do paciente. É como se não houvesse saída, não adianta ignorá-los, pois quando falamos de nós, falamos também dos nossos complexos. Afinal, são os conteúdos da psique. Isso torna compreensível a importância que a teoria dos complexos ocupa nas obras da Psicologia Analítica, sendo quase impossível não encontrar referência a eles nos livros dos autores junguianos, independente do assunto que abordam.

Constantemente somos surpreendidos pelos nossos complexos, pois eles surgem nas mais simples reações, como uma irritação, um gaguejar, um ruborizar, uma tristeza, um medo, um sentimento de derrota, etc. No entanto, eles também podem interferir de maneira devastadora na vida das pessoas, gerando

fragmentação da personalidade quando estão muito carregados de energia psíquica e se encontram em estado de inconsciência.

Assim, quanto mais inconscientes eles forem, maior é a sua autonomia, podendo se apresentar através de reações que fogem do controle consciente como os sintomas, atos falhos, lapsos de memória, lembranças, sonhos, etc.

É grande a importância dos complexos para a psicologia, uma vez que é um fenômeno que atinge a todos indiscriminadamente. Eles denunciam nossos pontos fracos como dizia Jung, são aqueles assuntos não resolvidos que causam constrangimento, impotência e nos perturbam contra a nossa vontade.

Todavia, Jung considerava os complexos, apesar de seus efeitos perturbadores, como eventos naturais da vida psíquica não sendo possível pensar na eliminação deles, pois a própria vida psíquica seria extinta e não haveria evolução da consciência.

Jung não era pessimista em relação aos complexos. Antes, ele os entendia como uma possibilidade de transcender os conflitos e os limites do ego, para que o indivíduo pudesse se tornar quem realmente é – um ser individuado, maduro, livre – sem, no entanto, negar os limites próprios de ser e estar no mundo.

Foi possível perceber, através desta pesquisa, que os complexos se manifestam de várias maneiras e observá-los através dos seus diferentes níveis de in/consciência trouxe uma importante colaboração no entendimento da sua dinâmica. Paralelamente, as metáforas da alquimia ofereceram uma compreensão do caminho percorrido durante a análise.

As imagens alquímicas são importantes para que a alma seja tocada no processo de adquirir mais consciência, pois a imagem é o próprio vocabulário da alma. A Psicologia Analítica, graças aos estudos de Jung, detém farto material alquímico, tanto teórico como ilustrativo, que contemplam a jornada de autoconhecimento. Justamente porque o que se busca no trabalho analítico é a verdadeira e profunda transformação. Isso não é possível apenas com o intelecto: a psique precisa ser a convidada de honra.

Assim, é possível traçar uma comparação entre a fase alquímica da **nigredo** com o momento da psicoterapia na qual os complexos ou estão totalmente inconscientes ou já começam, não sem muito esforço e sofrimento do ego, a se tornar perceptíveis.

A **nigredo** representa justamente a escuridão, um estado onde a visão está total ou parcialmente bloqueada por defesas resistentes às mudanças e, os complexos se manifestam através de um estado de identidade, de projeções e compulsões. Prevalece a confusão, a prima matéria está misturada, as atitudes são mecânicas e estereotipadas, não há liberdade de escolha.

A tarefa que se apresenta na análise não é fácil. É necessário vencer medos e resistências para desenvolver a habilidade de confrontar os complexos repetidas vezes. A alquimia nos ensina que é necessário ter paciência e perseverança. O alerta do alquimista é que o processo precisa ser lento para não se perder. Não há como prever o tempo necessário para se atingir a meta, pois depende de muitas variáveis, entre elas, do nível de força ou fragilidade do ego.

Não é possível forçar o surgimento de insights nem a revelação do inconsciente. As mudanças só ocorrem quando o ego está fortalecido e capaz de aguentar o impacto de conhecer os conflitos que prefere esconder. Talvez por isso, a alquimia sabiamente prevê fases intermediárias entre a **nigredo** e a **albedo** (o azul) e entre a **albedo** e a **rubedo**, (o amarelo), para que as mudanças aconteçam gradativamente. Na análise é o tempo necessário para que as descobertas ganhem significado e não se literalizem depressa demais.

Na medida em que a obra avança, mais a consciência é ampliada e chega o momento na análise em que o paciente se sente mais aliviado, adquire mais entendimento sobre sua psique, há menos cobrança, menos culpa. A **nigredo** dá espaço para a **albedo**: é possível ter uma visão mais abrangente e objetiva dos nossos complexos, sem tanto envolvimento.

No entanto, sentimos na carne que a compreensão apenas não é suficiente, pois não conseguimos efetivar mudanças significativas. Simbolicamente a alquimia contribui para esse entendimento quando afirma que a **albedo** não é a meta final do **opus**.

É necessário, portanto, que a consciência adquirida seja colocada em prática na vida cotidiana. Na análise mais resistências precisam ser vencidas, principalmente o fascínio pela capacidade de racionalizar os conflitos. Enfrentar o desafio de se tornar novamente vulnerável, pois, como diz Jung, as incertezas acompanham o indivíduo sempre, fazem parte da natureza humana.

Desta forma, o que realmente muda em relação aos complexos é a consciência que adquirimos deles e a capacidade que desenvolvemos de seguir a vida apesar deles. Nada pode nem deve ser destruído, e sim transformado.

A alquimia dos complexos traz para nossa vida algo permanente, indestrutível, a Pedra Filosofal dos alquimistas que é tanto terrena como divina e também difícil de explicar em palavras. Os complexos continuam os mesmos, não é possível apagar o passado, é como o mesmo Sol que nasce todas as manhãs, que aquece, ilumina e possibilita a vida.

Nosso olhar é que mudou. Ficamos mais humildes, reconhecemos nossos limites e descobrimos que nem tudo depende apenas de nós. O ego conhece seu lugar e dá espaço ao Self. A pedra bruta foi lapidada, adquiriu transparência e brilho, mas é a mesma pedra.

Na alquimia essa é a meta da obra, a **rubedo**, a união dos opostos que possibilita a aceitação de todos os aspectos da natureza humana. Harmonia e desarmonia, clareza e confusão, saúde e doença: tudo é passageiro se nossa consciência não estiver engessada em pré/conceitos e atitudes estereotipadas. Assim, tanto a **albedo**, a compreensão, como a **rubedo**, a vida encarnada no mundo com seus dramas, sofrimentos, alegrias, confusão e sabedoria. A meta da obra não exclui nada, nem a dor da **nigredo**.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALVES, Rubem. **O amor que acende a lua**. Campinas-SP: Editora Papirus, 2008.
- BOSNAK, R. **Breve curso sobre sonhos** – Técnica Junguiana para Trabalhar com os Sonhos. São Paulo: Editora Paulus, 1994.
- CARVALHO, J. J. **Mutus Liber** – O Livro Mudo da Alquimia. São Paulo: Attar Editorial, 1995.
- CWIK, A. J. **Rosarium Revisited** – In:*Alchemy. A Journal of Archetype and Culture*. New Orleans, Louisiana: Spring Journal, 2006.
- EDINGER, E. F. **Anatomia da Psique** - O Simbolismo Alquímico na Psicoterapia. São Paulo: Editora Cultrix, 2006.
- FIERZ, H. K. **Psiquiatria Junguiana**. São Paulo: Editora Paulus, 1997.
- HILLMAN, J. **Re-vendo a Psicologia**. Petrópolis: Editora Vozes, 2010.
- HILLMAN, J. **Psicologia Alquímica**. Petrópolis: Editora Vozes, 2011.
- HILLMAN, J. **Estudos de Psicologia Arquetípica**. Rio de Janeiro: Editora Achiamé, 1981.
- JACOBI, J. **A Psicologia de C. G. Jung** – uma introdução às Obras Completas. Petrópolis: Editora Vozes, 2013.
- JACOBI, J. **Complexo, Arquétipo, Símbolo** – na Psicologia de Jung. São Paulo: Editora Cultrix, 1986.
- JUNG, C. G. **A natureza da psique**. Petrópolis: Vozes, 2009. OC 7.
- JUNG, C. G. **Tipos psicológicos..** Petrópolis: Editora Vozes, 2013. OC 6.
- JUNG, C. G. **Mysterium Coniunctionis**. Petrópolis: Editora Vozes, 2013. OC 14/1.
- JUNG, C. G. **Os Arquétipos e o Inconsciente Coletivo**. Petrópolis: Editora Vozes, 2008. OC 9/1.
- JUNG, C. G. **Psicologia e Alquimia**. Petrópolis: Editora Vozes, 2009. OC 12.
- JUNG, C. G. **A Prática da Psicoterapia**. Petrópolis: Editora Vozes, 2011. OC 16/1.
- JUNG, C. G. **A Prática da Psicoterapia**. Petrópolis: Editora Vozes, 2009. OC 16/2.
- JUNG, C. G. **A Vida Simbólica**. Petrópolis: Editora Vozes, 2008. OC 18.

JUNG, C. G. **Estudos Alquímicos**. Petrópolis: Editora Vozes, 2002. OC13.

JUNG, C. G. **Memórias, Sonhos e Reflexões**. Petrópolis: Editora Vozes, 2009. Org. e edição de Aniela Jaffé.

KALSCHED, Donald. **O mundo interior do trauma – Defesas arquetípicas do espírito pessoal**. São Paulo: Editora Paulus, 2013.

KAST, V. **A Dinâmica dos Símbolos – Fundamentos da Psicoterapia Junguiana**. Petrópolis: Editora Vozes, 2013.

LEMINSKI, P. **O ex-estranho**. São Paulo: Editora Iluminuras, 2009.

SCHWARTZ-SALANT, N. **A personalidade Limítrofe –Visão e cura**. São Paulo: Editora Cultrix, 1992.

SILVEIRA, Nice da. **Jung: vida e obra**. Rio de Janeiro: Editora Paz e Terra, 1981.

PERRONE, P. M. B. **Complexo – conceito fundante na construção da psicologia de Carl Gustav Jung**. Tese de doutorado. Universidade de São Paulo. Orientador: Prof. Dra. Sylvia Leser de Mello. São Paulo. 2008.

SHARP, D. **Conhecendo a Si Mesmo– O Averso do Relacionamento**. São Paulo: Editora Paulus, 1995.

ROOB, A. **O Museu Hermético– Alquimia e Misticismo**. Portugal: Editora Taschen, 1996.

ULSON, G. **O método junguiano**. São Paulo: Editora Artica, 1988.

VON FRANZ, M. L. **A Alquimia e a Imaginação Ativa**. São Paulo: Editora Cultrix, 1992.

VON FRANZ, M. L. **Psicoterapia**. São Paulo: Editora Paulus, 1999.

VON FRANZ, M. L. **Alquimia – Introdução ao Simbolismo e à Psicologia**. São Paulo: Editora Cultrix, 1996.

ULSON, G. **O Método Junguiano**. São Paulo: Editora Ática, 1988.

YONG-EISENDRATH, P. e DAWSON, T. **Manual de Cambridge para Estudos Jungianos**. Trad. Daniel Bueno. Porto Alegre: Artmed Editora, 2002.

WHITMONT, E. **A busca do símbolo – Conceitos básicos de psicologia analítica**. São Paulo. Editora Cultrix. 2008