

A dança e a psicologia junguiana.

Pouco vivenciamos nossos corpos em movimento de uma forma consciente sobre os significados que cada gesto cotidiano pode carregar. Em linguagem psicanalítica diríamos um movimento carregado de valor, de sentido, algo que vem cheio de afetividade, que nos liga a um estado mais profundo que a consciência cotidiana poderia observar. A surpresa é que o corpo, mesmo em estado cotidiano não deixa nunca de estar carregado de sentido.

O movimento é a expressão particular de cada pessoa, revelando involuntariamente, suas mais íntimas características psíquicas.

Ele traz consigo, invariavelmente, aspectos conscientes e inconscientes, culturais, sociais, afetivos, simbólicos e assimila informações. O corpo, ao contrário do clichê, nome de livro, não só fala. O corpo também tem memória, escuta e elabora, pensa, simboliza, identifica sentidos, aquilo que de alguma forma tem valor para o indivíduo.

Considerando a experiência sensível do movimento uma oportunidade para a elaboração interna e dessa elaboração desenvolver o conhecimento das próprias habilidades, de seu repertório expressivo e, simultaneamente, integrar processos psíquicos ainda não conscientes, poderemos destacar que o corpo compreende à sua maneira como integrar e expressar esses processos. Ele tem uma linguagem própria que foge de códigos pré-estabelecidos ou racionais.

É raro encontrar uma abordagem terapêutica que integre os aspectos simbólicos que o corpo vivencia aos aspectos expressivos e integrativos desses símbolos através do movimento corporal.

Há técnicas terapêuticas que utilizam o corpo como recurso para psicoterapia; há terapias corporais, mas ainda é muito escasso no Brasil um trabalho que atinja simultaneamente essa unidade psicofísica através de processos artísticos, mais apropriadamente, processos da dança, ou do movimento expressivo, que no contexto da psicologia de Carl Gustav Jung poderemos chamar de Terapias Expressivas.

O princípio essencial da dança como técnica expressiva é a autonomia do indivíduo em investigar-se em movimento de tal forma que identifique a si mesmo, ou seja: descubra seu corpo e seus aspectos sensíveis e simbólicos.

No desenvolvimento desse trabalho identificamos que, articular o corpo, às emoções, às imagens simbólicas, ao mesmo tempo em que o movimento é buscado em sua forma mais crua, ele, o corpo, transborda elementos que se alimentam mutuamente:

significados se desdobram em movimentos, movimentos resgatam significados.

Para Jung o processo criativo consiste (até onde nos é dado segui-lo) numa ativação mais profunda do inconsciente e numa elaboração e formalização na obra acabada. À camada mais profunda do inconsciente, nesse contexto, C. G. Jung refere-se aos arquétipos, marcas do inconsciente coletivo partilhadas pela humanidade e que resgata no indivíduo um senso de unidade, de ter um lugar no mundo. É paradoxal, mas emocionante. Para ele, a arte seria então, uma forma de tornar mais acessível e consciente esse processo de percepção de elementos não facilmente verbalizáveis e não cognitivos; forma de conhecimento mais complexo e total por ser vivencial.

Os conteúdos simbólicos podem, pela vivência poética da dança, ser requisitados para um diálogo sincero de aproximação, de acolhimento e de transformação. O resultado é: equilíbrio emocional, equilíbrio corporal.

Podemos identificar semelhanças entre os processos criativos e sensíveis e o conceito de processo de individuação que C. G. Jung propõe ao longo de sua obra. Uma vivência sensível permite acessar um universo mítico e arcaico no movimento que torna-se expressivo e integrativo em si mesmo. Dá sentido e integra no indivíduo aqueles aspectos sombrios escondidos às sete chaves, mas que, por ser vivencial, só a pessoa em processo descobre, não é necessário verbalizar, aqui, na maioria das vezes, as palavras são dispensáveis, mas a escuta faz parte do ambiente acolhedor que pretendemos oferecer. Ainda segundo Jung, nossa meta como seres humanos é a Individuação, um processo natural de amadurecimento. É o caminho da plenitude, do encontro do Si-mesmo ou *Self*. Quando Jung fala de individuação, refere-se ao caminho que é orientado pelos símbolos arquetípicos (incluindo imagens mitológicas) que emergem espontaneamente, de acordo com a natureza do indivíduo.

Todos nós temos nossas identificações simbólicas com algum aspecto comum à humanidade, esses momentos de identificação não são mensuráveis. A arte possibilita esses momentos de encontro.

Ainda rara como terapia no Brasil, a dança está apresentando resultados surpreendentes na área de saúde mental, sua expansão está tardia, já que desde os primórdios da humanidade é através do movimento (corpo expressivo) que o ser humano percebe, identifica, explora e relaciona-se com o mundo, com o cosmos, com o outro e consigo mesmo.

Vera Cristina Marcellino, Mestre em Artes pela Unicamp, Bacharel e Licenciada em Dança pela Unicamp. Facilitadora de recursos expressivos em arte-terapia (dança). Aborda e pesquisa a articulação e diálogo entre *performance-art*, *somma* psíquico e psicologia analítica.