

Mitologia e Arteterapia: Uma Experiência Terapêutica

Ana Luisa Baptista

Maria de Lourdes de Campos Ribeiro

Resumo

Nosso objetivo ao publicar este trabalho é o de apresentar ao leitor já familiarizado com as técnicas da Arteterapia, o aprendizado que vimos obtendo com a aliança feita entre esta e a Mitologia, uma outra forma de abordagem e leitura do material inconsciente, tendo como referencial teórico a psicologia analítica de C. G. Jung.

O profundo conhecimento dos mitos, fartamente recomendado pelo mestre da Basileia, aliado às técnicas da arteterapia, vêm se mostrando campo fecundo para a manifestação do simbólico em seu constante processo de autogestação.

Abstract:

Our objective publishing this document is to present to the readers familiarised with the Art-therapy tecnics, the knowledgement we have been obtain with the link between such art and the mythology, another form of approach and interpretation of the unconscious material, having a theory reference the analytical psychologist of C.G. Jung.

The deep knowledgement of the myths, strongly recommended by the master of Basileia, in connection with the art-therapy tecnics, its been showed as a productive camp to the manifestation of the symbolic in its continuous process of self-formation.

"A Idade Média, a Antiguidade e a Pré-história ainda não estão extintas, como muitos 'esclarecidos' pensam, mas continuam alegremente vivas, em segmentos significativos da população. As mais antigas mitologias e magias continuam, como sempre, prosperando em nossos meios e só são ignoradas por alguns poucos que se distanciaram do seu estado original, através da educação racionalista. Sem levar em conta a simbologia eclesiástica, visível em toda parte, que corporifica uma história espiritual de seis milênios e a repete constantemente, os seus parentes pobres, ou seja, os conceitos e rituais mágicos, continuam vivos, apesar de toda instrução escolar".
C. G. Jung, *Civilização em Transição*

O que é o mito?

Parafrazeando Santo Agostinho, *"Se me perguntam se sei o que é, eu sei; quando me pedem para dizer o que é, não sou capaz de fazer"*. De fato, quando perguntamos o que é mito, somos sempre capazes de responder algo, mas se o quisermos fazer corretamente, teremos praticamente tantas respostas quantas são as várias correntes determinantes do pensamento nas várias épocas e, nenhuma delas será jamais completamente satisfatória.

O Mito é uma fala, uma comunicação, sendo portanto uma mensagem. Mas, mesmo sem que nada entendamos sobre assunto, de imediato, percebemos que esta não é uma fala comum.

A linguagem verbal, em si, já é uma conquista bastante evoluída do Homem, talvez sua mais evoluída forma de simbolização. Antes que esse ser fosse capaz de uma fala articulada, já existiam nele expressões evidentes de uma atividade muito peculiar, por exemplo: quando um membro do grupo morre e seus despojos são enterrados, e mais, é presenteado com alimentos, utensílios e outros objetos. O que este ser, que ainda não fala, está dizendo? - Que existe nele um sistema de crenças, que lhes exigem determinadas atitudes ... Rito!

Rito é o ato que liga o Homem ao seu sistema de crenças, aquilo que ele faz para satisfazer ou defender-se de seus deuses (ou de suas necessidades internas). Rito é a liturgia, é a *religio*, a religião. É a necessidade em ação! Mas, mesmo sendo ato, não é um ato vulgar, é um ato simbólico. É no contexto dos rituais que

primeiramente nos encontramos frente ao símbolo, aquilo que faz a ponte entre o ato e aquilo que ele significa. "*O símbolo traduz em termos de realidade objetos irrealis*"¹.

Compreender e explicar o mundo à si mesmo, ao outro, e as relações estabelecidas entre estes elementos é função simbólica - dela, ou com ela, surge o rito e mais tarde, transformando sentido em **forma**, o mito.

Pela citação de **Jung** colocada em epígrafe, podemos deduzir sua crença de que a linguagem mítica, contrariamente a outras², não se dirige à mente racional.

Enquanto prática terapêutica que se utiliza de diferentes canais expressivos, a Arteterapia, tanto quanto o Mito, é uma via de acesso ao inconsciente, que atua no campo simbólico da atividade humana.

Ambas as linguagens dirigem-se, a um substrato psíquico profundo que as apreendem mesmo sem as "compreender", ou as compreendem sem saber como, nem porque.

A clínica junguiana se utiliza da amplificação do símbolo para facilitar o entendimento deste pelo cliente. Como ferramenta para tal, a Mitologia contribui com diversas imagens e a Arteterapia, com variados instrumentos que facilitam a expressão dessas imagens num plano concreto (gestual, figurativo, sonoro etc.). Ambas são profundamente esclarecedoras e terapêuticas, possibilitando a compreensão do símbolo pelo Ego.

Já que o mito não pode ser definido pelo objeto de sua mensagem, o que o demarca é a maneira **como** esta é proferida. Mito é tanto uma determinada **forma** de dizer algo, quanto uma fala dirigida a uma instância psíquica específica: o irracional, o ilógico - o inconsciente.

As técnicas expressivas em si trazem possibilidades que se transformam através do fazer artístico. Elas ganham **forma** no desenho, na música, na dança, no gesto, na máscara, no personagem, na escultura, no pano tecido ... Nas múltiplas construções de cada ser. Tal processo também não se dá de forma lógica e racional. É o inconsciente que rege. Mesmo quando a mente consciente determina o que é para ser feito, o resultado final mostra a impossibilidade de se seguir o que se tentou estabelecer previamente.

¹ **AUGRAS**, Monique, *A Dimensão Simbólica*, Ed. Vozes, Petrópolis, 1998, p.10, citando Georges Dumézil.

² A linguagem artística tem, seguramente, abrangência semelhante à mítica.

Arquétipo, estrutura fundamental da psique no corpo teórico da psicologia analítica, é a

"Parte herdada da psique; padrões de estruturação do desempenho psicológico ligados ao instinto; uma entidade hipotética irrepresentável em si mesma e evidente somente através de suas manifestações [...] Os arquétipos não podem ser completamente integrados nem esgotados em forma humana. A análise implica uma conscientização crescente das dimensões arquetípicas da vida de uma pessoa."³

Os arquétipos enquanto estruturas vazias são "fôrmas" que ganham formas na imagem arquetípica que os mitos e o fazer artístico tão bem atualizam.

A Arteterapia trás para o concreto os símbolos que preenchem as fôrmas, colorindo-as com os mais diversos conteúdos. Conteúdos estes que, se por um lado falam do percurso de cada um, por outro, contam a história da humanidade - e, desta forma, abrem espaço para o significado chegar à consciência.

Ao olhar para suas próprias produções artísticas, analisar o movimento realizado, deparar-se com a imagem de uma personagem refletida no espelho ou em um outro, ler as palavras espontaneamente escritas em forma de conto ou poesia - o sujeito depara-se com seu próprio processo e com os símbolos que o permeiam. Tais símbolos muitas vezes denotam um potencial já em curso de realização, ainda que muito distantes da consciência.

Mas, como contestar algo que eu **fiz** e estou **vendo**? Não é ninguém mais, senão eu próprio, que me "digo" tal ou qual coisa. Esse confronto proporciona um afrouxamento das resistências que facilita em muito a elaboração consciente.

³ SAMUELS, Andrew; SHORTER, Bani e PLAUT, Fred - Dicionário Crítico de Análise Junguiana, Rio de Janeiro, Ed. Imago verbete "Arquétipo".

Mitologia, Arteterapia e Psicologia Junguiana: Uma Proposta de Integração

Para facilitar a compreensão do que desejamos compartilhar, dividiremos esta exposição em duas partes:

- Estrutura e Metas do Trabalho
- Resultados obtidos

Estrutura e Metas do trabalho.

Na prática da psicologia junguiana, a Arteterapia mostra-se eficaz na amplificação dos conteúdos simbólicos trazidos pelos pacientes. O mito tem função semelhante.

No percurso do desenvolvimento humano percorremos uma jornada mítica, que vai desde a vivência do indiferenciado - Ouróboros, passando pela vivência das dinâmicas da Grande Mãe Arquetípica e do Pai, chegando na dinâmica arquetípica do Herói, para atingir a Alteridade, conectar-se com os símbolos da Sabedoria e, por fim, retornar ao indiferenciado ao atingir a Dinâmica Cósmica. Ao longo deste percurso que Jung convencionou chamar de *processo de individuação*, muitos arquétipos são constelados.

Nosso trabalho propôs-se a seguir este caminho vivencialmente.

Partimos do enfoque junguiano do mito, buscando chegar, o mais próximo possível, de sua essência, ou seja, os mitos vistos como símbolos do inconsciente coletivo.

Qualquer sistema mitológico poderia ter sido escolhido, por conta do caráter universal de seus símbolos. A escolha do mito grego, nesse caso específico, deveu-se, principalmente, ao fato deste nos ser um pouco mais familiar, já que se encontra inserido em nossa linguagem cotidiana.

Feita a escolha, segundo os ciclos arquetípicos e seus tópicos mais pregnantes, as vivências foram montadas, utilizando-se das técnicas relativas aos cinco canais expressivos. Para cada um dos encontros, escolhemos um personagem mítico diferente, mas, cuja trajetória configurasse aquele determinado aspecto que

nos havíamos proposto a trabalhar. O mito tornou-se, então, fio condutor da vivência.

As técnicas expressivas favorecem a vivência profunda das emoções, trazendo sensações e sentimentos que se traduzem no movimento, na forma, na cor, no som.

Se por um lado a prática da Arteterapia trás aspectos estruturantes da personalidade, por outro, as técnicas expressivas são "*per se*" desestruturantes. A vivência do mito, inicialmente, desorganiza para reorganizar. Num segundo momento, a própria técnica dá suporte para a elaboração dos conteúdos que emergem. As consignas⁴ dadas, os ritos propostos, bem como a escolha seqüencial das técnicas dos diferentes canais expressivos, permitem que esses dois momentos ocorram.

No final da vivência, a arteterapia favorece a exteriorização do que foi vivenciado, dando uma forma concreta aos afetos, transformando os conteúdos simbólicos que inevitavelmente emergem ao contato com os elementos míticos.

Por fim, conta-se o mito, acompanhado de fotografias dos personagens, de utensílios por eles usados e dos lugares onde se passa a narrativa. Neste momento correlacionam-se as imagens trazidas por cada elemento do grupo com aquelas trazidas pelo mito, amplificando-as ainda mais.

Embora não tenhamos uma proposta psicoterápica, nosso trabalho vem se revelando um importante instrumento terapêutico.

Sabemos que situações mitológicas nos atravessam o tempo todo, sendo vivenciadas no cotidiano. A Arteterapia facilita a vivência visceral dessas situações. A amplificação na Arteterapia passa por este lugar e, por isso, a resposta à vivência do mito torna-se tão intensa.

Resultados obtidos

Os mitos, assim como a criatividade, são oriundos de uma mesma fonte - o inconsciente coletivo. Ao entrarmos em contato com os diversos tipos de imagens concretizadas e, tornando-nos cientes de suas mensagens, "automaticamente"

⁴ Entende-se por consigna a indução do facilitador para determinadas ações e conexão com determinadas emoções.

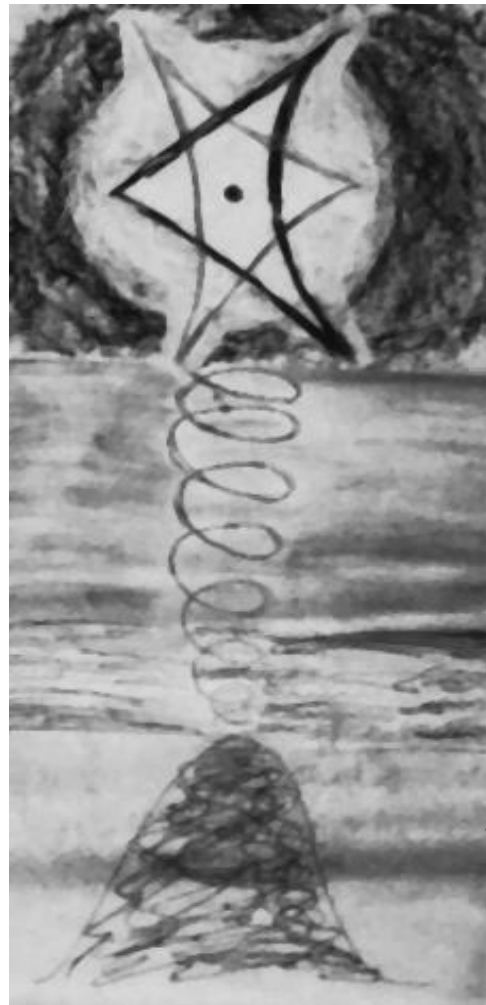
somos religados com a origem de nossa própria consciência. Aquilo a que chamamos, e reconhecemos como sendo "eu" é ampliado. Demos mais um passo no processo de individuação - meta do fazer analítico na ótica junguiana.

Saindo da ignorante obscuridade do não saber, conquistamos uma certa liberdade para realmente "fazer escolhas".

Ao longo deste processo, vimos percebendo intensas e profundas transformações em cada um dos membros e no grupo como um todo. Transformações estas que são abertamente relatadas quase sempre ao fim de cada jornada.

No primeiro encontro, buscou-se contactar com a Mitologia Pessoal. A partir das histórias dos ancestrais mais próximos - pais, avós, bisavós, tataravós - cada um foi convidado a refletir sobre o seu lugar no contexto das gerações anteriores a sua. Trabalhou-se, em seguida, a identidade. Posteriormente, com as imagens de cada um, propôs-se um trabalho em grupo. **Surgiu**, então, o mito de Eurínome⁵ – deusa primordial. Sincronicamente, no primeiro momento do grupo, enquanto tal, nele e dele emerge a imagem de um mito de criação.

Muitos encontros se seguiram a esse. Nesses, depoimentos emocionados, questões antigas e novas, sentimentos, imagens, formas, movimentos. Em cada dia um acontecimento marcante, uma nova surpresa. Não só para o grupo, mas para nós que acompanhamos o percurso.



Resultado Final do Trabalho do Grupo

⁵ Deusa primordial que surge do Caos sem que nada a sustentasse. Separou então o mar do céu e dançou sobre as ondas, deslocando atrás de si, o vento norte. Friccionando suas mãos, criou Ofião, prodigiosa serpente que ao ver a graciosa e divina dançarina, é tomado pelo desejo. Se Enroscado em suas pernas, sob a forma de vento norte, Ofião faz amor com Eurínome, que tomando a forma de uma pomba e flutuando sobre as ondas, põe um ovo: *O Ovo Primordial – O Universo*. A deusa então pede a Ofião que choque este ovo. Quando este se parte, de dentro

Dioniso, enquanto a vivência da “Criança Perseguida”, mostrou-nos que a essência de cada um sempre permanece e permite a sobrevivência nas situações das mais difíceis.

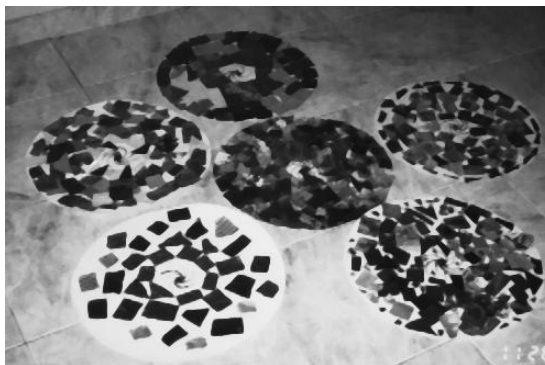
A vivência passou pela inocência da criança que não reconhece riscos reais, pela tentativa de fuga de situações limites, pelo recolhimento na dor e pela certeza de que, apesar de tudo, sobrevivemos.

Os relatos trouxeram situações vivenciadas na infância: abandono, estupro, perdas, sufocamentos.

Na imagem do coração palpitante de Zagreu⁶, nossa essência divina, cada um pode conectar-se com o seu coração pulsante, a sua própria essência e, tendo-a preservada, em torno de um centro - essência que permanece - reunir os próprios pedaços, renascendo. Para isso, entregamos um mandala com o centro preservado a cada um, sugerindo que este fosse completada com pedaços de papel.

Mandala “*significa centro, circunferência ou círculo mágico*”⁷. É símbolo para **Jung** do processo de individuação: “*expressão psicológica da totalidade do si-mesmo*”⁸; imagem do Self e, portanto, centro da personalidade.

O mandala pulsa como o coração, mantendo o ritmo binário: quando o centro, seu interior, se fecha, a camada externa abre-se e vice-versa.



As Mandalas: colagem de papéis picados em torno do centro de purpurina

Impressionou-nos sobremaneira, quando por volta do 6^o encontro, uma das participantes que, já há cinco anos, submete-se a um tratamento psicanalítico

dele nascem todas as coisas que existem: planetas, sol, lua, montanhas, rios da terra e todas as coisas que crescem e vivem.

⁶ Primeiro Dioniso, fruto do amor de Zeus e Perséfone, que despertando a raiva de Hera – esposa divina e “oficial” de Zeus, foi despedaçado pelos titãs.

⁷ FINCHER, Suzane F. – *O Autoconhecimento Através das Mandalas: a escolha das técnicas e cores mais adequadas para a criação de uma mandala pessoal*. São Paulo: Pensamento, 1991 – p. 14.

individual, relatou-nos que há mais de três semanas, estava trabalhando em sua análise problemas recorrentes que lhe afetavam os pés. E mais, que nunca havia pensado que este fosse tema a ser levado ao psicanalista. No 2º. encontro havíamos abordado o Deus Hefestos, como representante da "Criança Abandonada e Mutilada".

Em 5 anos de psicanálise, após várias lesões, contusões e outros problemas mais nos pés, num único contato com o mito de Hefestos, concretizado através do trabalho arteterapêutico, esta mulher pode tornar-se consciente de sua péssima relação com a figura materna, e o quanto isso tinha afetado "suas bases".

Ter vivenciado e aprendido alguma coisa acerca desse mito, conjugado a possibilidade de identificar-se com uma instância divina, provocou-lhe uma significativa transformação.

No último encontro daqueles que se propunham a abordar a dinâmica arquetípica da Grande Mãe, a oceânica Tétis, enquanto a Mãe adotiva, despertou a possibilidade interna de diálogo e cuidado com a criança interior.

O entregar-se ao lúdico, a certeza de amar, ser amado, aceito, reconhecido e bem cuidado, a despeito do que quer que seja - tão incondicionalmente como a Deusa amou a todos aqueles a quem acolheu como filhos, inclusive o mutilado Hefestos - amor semelhante ao que dedicava a Aquiles, o único sobrevivente entre seus filhos naturais.

O contato com bolas, o ambiente tornado cálido e acolhedor, o terem sido carinhosamente cobertos e aquecidos, envoltos em lençóis, trouxeram ao final, no discurso de todos os participantes, expressões verbais relacionadas ao início da vida e à água, ainda que não soubessem tratar-se de uma divindade marinha: "chorei rios de lágrimas", "sementinha", "fluir", "como a água que não tem território".



Cada vez mais, tornava-se evidente o quanto a vivência e o mito propostos, alcançavam seu objetivo final.

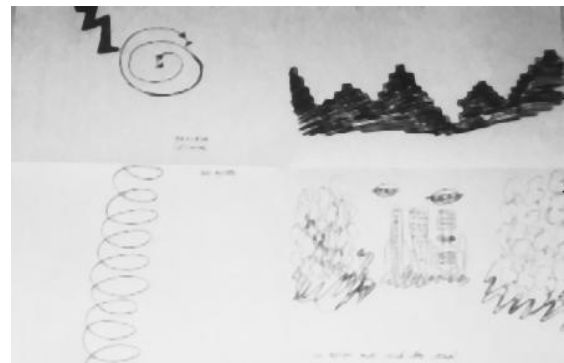
⁸ JUNG, C. G. – *Os Arquétipos e o Inconsciente Coletivo* – Petrópolis, RJ: Vozes, 2000. Vol: IX/1 - Par. 542.

Em Cronos, vivenciar “O Pai Devorador”, trouxe uma angústia intensa a todos. Primeiro por parte de a vivência ter acontecido com as mãos amarradas – contato direto com o limite.



Depois pelo tempo que a tudo devora e nos ultrapassa. Solicitou-se que cada um representasse a percepção do tempo na infância, de hoje, daqui a 30 anos e do tempo que existirá, mas do qual não participaremos, pois este não nos deixará vê-lo chegar.

As imagens abaixo mostram algumas destas representações.



Numa das vivências, a relação entre psicomotricidade e arteterapia muito nos surpreendeu. Focalizamos “a missão a cumprir”, através do mito de Teseu.

Após lembrarem o seu próprio percurso, trazendo imagens das metas de cada momento de sua vida e sua trajetória até então, o grupo foi convidado a atravessar, de olhos vendados, um labirinto feito com barbantes, percorrendo o caminho da sua meta atual. Chamou-nos a atenção a forma como cada pessoa saiu desse espaço-labirinto: uma foi até o final e retornou, saindo por onde entrou; outra

foi ao final, retornou e saiu pelo centro, exatamente no meio do labirinto; uma terceira percorreu o trajeto do início ao fim e, ao chegar ao final, saiu do labirinto.

Posteriormente, cada uma foi convidada a escolher imagens desse último trajeto: o quanto já caminhou, onde está nesse processo e onde quer chegar, colando-as no “fio do seu percurso”.



No relato de cada uma sobre o fio, aquela que saiu pelo início do labirinto, contou-nos que uma pessoa que conheceu há 30 anos atrás cruzara seu caminho, levando-a a retornar e começar um novo percurso em sua vida. Ela está começando a traçá-lo agora.

A que saiu pelo centro, disse que seguiu uma carreira traçada pelo pai, se formou, começou a trabalhar e viu que não queria nada daquilo. Largou tudo. E começou uma nova trajetória em outra área, estudando algo completamente diferente, mas de acordo com o seu desejo. No momento, continua construindo esse caminho, mas ainda sente que há uma longa estrada a ser percorrida até que possa chegar aonde quer. Percebe-se no meio do caminho.

A terceira pessoa falou-nos de sua luta para conseguir a formação profissional que deve se dar no final deste ano. Contou-nos sobre sua entrada na faculdade, sua mudança de um curso para outro, as barreiras que surgiram, a forma como as superou, até finalmente chegar ao momento atual, quando vislumbra o final do curso, tão próximo. Sua história era linear: começo, meio e fim.

Estas foram apenas algumas observações e relatos de inúmeros outros que os sucederam e de tantos que seguramente ainda estão por vir.

Nosso trabalho mostra que os mitos, embora antigos e pertencentes a um outro contexto cultural e cultural, tem uma atualidade "impressionante", justamente porque, enquanto imagens arquetípicas, são atemporais e a-culturais.

Infelizmente, nos dias que correm, onde estamos quase nos tornando "pós-letrados"⁹, a grande maioria não confere o devido crédito à necessidade postulada por **Jung**, acerca do conhecimento do mito como forma de amplificação dos conteúdos inconscientes.

Além disso, Entendemos que na práxis clínica, o mito permite também uma dupla via de "identificação":

- O pr. identificando-se com o mito tem mais um caminho para sair do "buraco" que ele considera única e exclusivamente um sofrimento seu, particular.
- O analista, conhecendo o mito inteiro pode, de certa forma, "prever" alguns desfechos e, a partir daí, tomar decisões mais conscientes quanto ao modo de intervir na relação.

Se o cliente seja por si próprio ou por ouvi-lo contado por seu analista, conhece o mito, sabe que a sua energia o está levando a constelar um determinado tipo de atitude [arquetípica] na vida, concretamente. Conhecendo o desenrolar dos fatos, cabe a ele corrigir a rota, ou deixar que ela flua nesse caminho, mas... Conscientemente. Uma verdadeira escolha.

É importante ressaltar que, quando dizemos "intervenção", não queremos dizer que o analista vá determinar o que o pr. Fará ou não. Apenas podemos sinalizar caminhos, apontar seus percalços e perigos. A decisão de mudar ou permanecer é, e sempre será, dele (do cliente).

Mas, se tanto um quanto o outro, analista e cliente, desconhecem o mito, essa grande via de transformação fica inexoravelmente perdida.

Imaginemos, agora, quando tratamos de casos em que a morte concreta, que muitas vezes ocorrem como resultado de determinadas situações onde o indivíduo é tomado pela hýbris¹⁰ - que certamente não acomete apenas os heróis - é o desfecho provável?

Como é que ficamos? Onde fica nossa responsabilidade de terapeutas?

⁹ Em contrapartida ao uso da terminologia "pré-letrados" para designar os povos primitivos. Aqueles que existiram antes da escrita - elemento que demarca o limite entre a pré-história e a história.

¹⁰ Orgulho, descomedimento, ultrapassar o métron (a justa medida). A medida do humano.

Na prática clínica, aliando a Arteterapia ao trabalho com o Mito, as técnicas expressivas propiciam a vivência do desdobramento das atitudes e escolhas presentes no futuro, facilitando a compreensão de nossas construções e de nossos passos, assim como do caminho para qual estes apontam.

Ana Luisa Baptista

Psicóloga Clínica CRP: 05/23146

Arteterapeuta

Coordenadora de Grupos de Vivências e de Grupos de Formação em Arteterapia

Especialista em Psicologia Junguiana

Formanda em Terapia Psico-Corporal

Maria de Lourdes de Campos Ribeiro

Psicóloga Clínica CRP: 05/5195

Analista Junguiana

Cientista Ambiental

Doutora em Antropologia Cultural

Mitóloga