

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

**ANA MARIA PALÚ**

**CULTIVO DA ALMA**

**CURITIBA**

**2014**

**ANA MARIA PALÚ**

**CULTIVO DA ALMA**

**O despertar da alma no processo analítico**

Trabalho apresentado no Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Pontifícia Universidade Católica do Paraná como requisito parcial para a obtenção de título de especialista em Psicologia Analítica.

Orientador: Renata Wenth

**CURITIBA**

**2014**

## **TERMO DE APROVAÇÃO**

**Ana Maria Palú**

### **CULTIVO DA ALMA**

#### **O despertar da alma no processo analítico**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado para a obtenção do título de especialista em Psicologia Analítica na Pontifícia Universidade Católica do Paraná.

Curitiba, 29 de agosto de 2014.

#### **COMISSÃO EXAMINADORA**

---

Prof. Renata Wenth - Orientadora  
PUC-PR

---

Professor:  
PUC-PR

---

Professor:  
PUC-PR

Dedico esse trabalho ao meu noivo,  
Luiz Felipe, pelo apoio, paciência,  
compreensão e amor durante a  
construção deste trabalho.

Agradeço primeiramente à Deus, aos meus familiares e, em especial, à minha orientadora Prof. Renata Wenth, pela dedicação e o cuidado com este trabalho, pelas orientações, reflexões e por todo o aprendizado que me ajudou a construir. Tê-la como orientadora fez toda a diferença neste processo de especialização.

*“Afinal, a melhor maneira de viajar é sentir.  
Sentir tudo de todas as maneiras.  
Sentir tudo excessivamente,  
Porque todas as coisas são, em verdade, excessivas  
E toda a realidade é um excesso, uma violência,  
Uma alucinação extraordinariamente nítida  
Que vivemos todos em comum com a fúria das almas,  
O centro para onde tendem as estranhas forças centrífugas  
Que são as psiques humanas no seu acordo de sentidos.*

*Quanto mais eu sinta, quanto mais eu sinta como várias pessoas,  
Quanto mais personalidade eu tiver,  
Quanto mais intensamente, estridentemente as tiver,  
Quanto mais simultaneamente sentir com todas elas,  
Quanto mais unificadamente diverso, dispersadamente atento,  
Estiver, sentir, viver, for,  
Mais possuirei a existência total do universo,  
Mais completo serei pelo espaço inteiro fora.  
Mais análogo serei a Deus, seja ele quem for,  
Porque, seja ele quem for, com certeza que é Tudo,  
E fora d'Ele há só Ele, e Tudo para Ele é pouco.*

*Cada alma é uma escada para Deus,  
Cada alma é um corredor-Universo para Deus,  
Cada alma é um rio correndo por margens de Externo  
Para Deus e em Deus com um sussurro soturno.  
[...]*

*"Poemas", Álvaro de Campos  
(Heterónimo de Fernando Pessoa)*

## RESUMO

Neste trabalho é apresentada a noção de alma na Psicologia Analítica e os sentimentos de perda e resgate da alma vivenciados pelos seres humanos desde os primórdios da humanidade. Na Psicologia Analítica, alma pode ser entendida como psique, e, dentro deste contexto, é vista como uma perspectiva, uma forma de olhar. A perda da alma é uma metáfora, que indica uma alma adormecida, anestesiada, que não foi cultivada ou não pôde desabrochar para a vida. Sendo assim, o objetivo deste trabalho é promover uma reflexão sobre a constante dança da psique, caracterizada pela perda e o resgate da alma, e o papel do processo analítico como impulsionador do cultivo da alma. Esta situação de “perda da alma” é vivenciada por muitas pessoas no decorrer das suas vidas, o que indica a necessidade de cultivá-la, uma vez que a alma não vem pronta a este mundo: ela vem como um potencial, que precisa ser cultivado para aflorar. Este cenário também é muito bem retratado na literatura, em filmes, em mitos e é tema central da Psicologia Analítica. Conclui-se, a partir destes estudos, que a relação analítica tem um papel fundamental no despertar das almas que se encontram adormecidas. A análise, como uma oficina, pode promover o cultivo e conseqüente despertar e resgate da alma, por meio de um culto às imagens, de um mergulho vertical, uma reflexão, um aprofundamento nas imagens contidas nos eventos, sonhos, vivências, fantasias, sintomas e que permite que eles sejam carregados de sentidos e toquem a alma.

**PALAVRAS-CHAVE:** Alma; Cultivo da alma; Perda da alma; Psicoterapia; Psicologia Analítica.

## **ABSTRACT**

This work presents the notion of soul in Analytical Psychology, and the feeling of loss and rescue of soul, that was experienced by humans since the dawn of humanity. In Analytical Psychology, the soul is understood as a synonym for psyche, and within this context, it is seen as a perspective, a point of view. The "loss of soul" is a metaphor for a slumbering soul, a numb soul that was not cultivated and therefore, did not come to life. Thus, the objective of this work is to promote a reflection on the constant movements of the psyche, characterized by loss and rescue of the soul, and the role of the analytic process as a propeller of "soul-making". The "loss of soul" is experienced by many people throughout their lives, thus indicating the need to cultivate it, because the soul does not come into this world ready; it comes as a potential that needs to be cultivated in order to thrive. This situation is also very well portrayed in literature, movies, mythology and it is the central theme of Analytical Psychology. From these studies, we conclude that the analytic encounter has an important role in the awakening of souls that are dormant. The analysis, as a workshop, can promote the cultivation and consequent awakening and redemption of the soul. By means of reflection, a vertical dive, a worship of images, deepening the images contained in the events, dreams, experiences, fantasies and symptoms that allows them to be filled with senses and touch the soul.

**KEY WORDS:** Soul; Soul-Making; Lost of soul; Psychotherapy; Analytical Psychology.



## LISTAS DE FIGURAS

FIGURA 1 – Primeira Prancha do Tratado Mutus Líber .....	31
FIGURA 2 – Décima terceira prancha do Tratado de Lambspring .....	33
FIGURA 3 – Décima quarta prancha do Tratado de Lambspring .....	34

## SUMÁRIO

INTRODUÇÃO .....	10
1 A PERDA DA ALMA .....	12
2 O CULTIVO DA ALMA: A RELAÇÃO ANALÍTICA E O DESPERTAR DA ALMA .....	32
CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	53
REFERÊNCIAS .....	55

## INTRODUÇÃO

A idéia de alma é tão ampla, rica e antiga quanto se possa imaginar. Jung resgatou e trouxe novamente a noção de alma para a Psicologia, permitindo o aprofundamento e um novo olhar acerca deste tema.

Com base nas idéias de Jung e de pós junguianos, este trabalho irá apresentar a noção de alma e o papel que ela tem na vida das pessoas. A partir de observações, foi possível refletir sobre os vários fenômenos que indicam uma vida “almada” e seu oposto, a vida sem alma, “desanimada”. A vida desanimada pode ser reflexo da perda da conexão com a alma - fenômeno descrito desde os povos primitivos e ainda tão atual nos dias de hoje. A perda da alma é usada como uma metáfora, que indica que a alma não foi cultivada e não pôde desabrochar para a vida. Está inerte, adormecida.

Na prática clínica, são vários os sintomas e queixas que caracterizam esse quadro. Algumas pessoas passaram tanto tempo cumprindo suas atividades diárias que nem sequer lembram em que momento o seu dia-a-dia perdeu a vivacidade, o colorido. Parecem ter adormecido e funcionado até agora no “piloto automático”. Estão tão acostumadas a viver dessa maneira “anestesiada”, que raramente param para refletir sobre seus atos e tornar experiências seus eventos do dia a dia. Quando se vive assim, os eventos do dia a dia vão se repetindo mecanicamente, sem serem interiorizados, vivificados.

O processo analítico pode funcionar como um despertar para essas almas que se encontram “adormecidas”. E esse “acordar” da alma, esse despertar da consciência de que somos uma alma, é resultado de todo um trabalho que acontece no decorrer da análise – pois, a alma, como veremos adiante, em geral nas descrições religiosas, alquímicas e teóricas “não é dada”, ela precisa ser despertada.

Sendo assim, o objetivo deste trabalho é refletir sobre a constante dança entre a perda e o resgate da alma – situação vivenciada por todos nós e muito bem retratada na literatura, em filmes e que é tema central da Psicologia Analítica.

No primeiro capítulo será apresentado a noção de alma em diferentes contextos e a origem da idéia de “perda da alma”. A metáfora da perda da alma é explorada com base nas contribuições de vários autores da Psicologia Analítica,

promovendo-se assim uma reflexão sobre o momento, as circunstâncias e as consequências para aquela alma que deixou de sentir e experienciar o mundo.

No segundo capítulo será discutido como a análise junguiana pode favorecer o despertar da alma, bem como de que maneira é possível fazer com que as pessoas encontrem suas almas, entrem em contato com elas e aprendam a cultivá-las. Também será apresentado o papel do analista neste processo.

Nas Considerações Finais, são ressaltados os principais pontos deste processo de perda e busca do sentido de alma e as conclusões que surgiram após as reflexões acerca deste tema.

## I

**A PERDA DA ALMA**

*“Como reflexo do mundo e do homem, a alma é de tal complexidade que pode ser observada e analisada a partir de um sem-número de ângulos”  
C.G. Jung (2007, § 283, Vol. VIII/II, Obras Completas)*

A noção de alma existe desde os primórdios da humanidade e foi bastante explorada nas religiões, na literatura, na mitologia e na filosofia. Ela está relacionada àquilo que dá vida a algo: o sopro da vida. O termo “alma” é de difícil conceitualização, já que se trata de um símbolo, usado muitas vezes para representar a essência do ser. Sendo um símbolo, a alma jamais poderá ser reduzida a um conceito, pois cada tentativa de conceitualizá-la faz com que ela escape. Ela é muito mais ampla e viva do que um conceito consegue abarcar, é uma experiência, uma perspectiva, um olhar. Essas idéias embasam a noção de alma que a Psicologia Arquetípica apresenta: A alma entendida como “uma perspectiva, ao contrário de uma substância, um ponto de vista sobre as coisas, mais do que uma coisa em si (HILLMAN, 1995, p.40)”.

Na Bíblia, a alma é vista como aquela parte mais verdadeira e profunda do ser, que o permite experienciar de uma forma mais intensa seus sentimentos e emoções: as alegrias, os sofrimentos, as tristezas, as traições, os amores... Quando se sente com a alma, sente-se de uma maneira profunda; quando se suplica com a alma, suplica-se com mais veemência. Os sentimentos e as emoções, de certa forma, estão sempre ligadas à idéia de alma, pois só ela é capaz de fazer algo ou alguém sentir verdadeiramente. No livro do Gênesis “Deus modelou o homem com a argila do solo, soprou-lhe nas narinas um sopro de vida, e o homem tornou-se um ser vivente” (Gn 2;7), pode-se relacionar o “sopro da vida” com a noção de alma como o princípio da vida.

Jung (2007, p.291), no volume VIII/II das obras completas, afirma que “segundo a velha concepção, a alma era essencialmente a vida do corpo [...] uma espécie de força vital que entrava na ordem física, espacial, durante a gravidez, o nascimento ou a concepção, e de novo abandonava o corpo moribundo com o

último suspiro”. A alma não participava do espaço e, em relação ao tempo, podia-se dizer que era imortal, já que ela podia ser anterior e posterior ao corpo físico.

Etimologicamente a palavra “alma” deriva do latim *anima*, que significa “animar”, “dar movimento ao que é vivo”. “Alma” é a tradução do termo grego “psyche”, que pode ser relacionado à “sopro”, “respiração” e pode significar também “borboleta”. Na mitologia grega, Psyche é uma personagem que personifica a alma, e seu mito é narrado no livro “Asno de Ouro”, de Apuleio. Como tradução do hebraico “nepesh”, alma significa vida e criatura.

Jung (2007), no volume VIII/II das obras completas, estuda a etimologia da palavra alma traduzida para o alemão (*seele*) relacionando-a com o termo inglês (*soul*), gótico (*saiwala*) e antigo germânico (*saiwalô*) que aparentam com o grego *aiolos*, cujo significado é “móvel colorido, iridescente”. A partir disso, ele conclui que a alma “é uma força que move, uma força vital”. Nas conexões feitas com os termos em latim, grego e árabe, Jung vincula alma à idéia de “ar em movimento”, e infere que “respiração”, por ser um sinal de vida, também possa servir como designação da palavra alma.

Na Filosofia, de acordo com Casoretti (2010), as indagações sobre a origem, substância, trajetória e razão de ser da alma humana surgiram assim que despontaram os primeiros filósofos, entre os séculos VI e V a.C. Entre os pré-socráticos a alma já era considerada, por muitos, como fonte de consciência e de vida. A dualidade corpo-alma e a imortalidade da alma também foram assuntos bastante discutidos pela Filosofia. Para Heráclito, o corpo representava a prisão, morte da alma; enquanto que a morte do corpo representava a vida da alma. Heráclito ainda identificou a natureza da alma com o princípio do fogo. Para ele, a alma era feita de “um tipo especial de fogo, que percorre todo o corpo fazendo com que este se mova (CASORETTI, 2010, p.36)”. Empédocles desenvolve a idéia de que a alma imortal devia passar por sucessivas encarnações, na tentativa de se purificar, para que pudesse voltar a sua forma original de deus. Para os pitagóricos, essas encarnações eram punições provenientes da culpa originária. O conhecimento e uma vida virtuosa, que não cedesse às paixões do corpo, eram os meios de purificar a alma. A alma era considerada a parte racional, em oposição aos sentidos e paixões que residiam no corpo. Pitágoras via a alma como uma harmonia, onde existia “a unificação de muitos elementos e uma

concordância dos contrários ou discordantes”. Nesse caso, a alma precisava “buscar a concordância entre eles e fazer com que os elementos superiores dominassem os inferiores (CASORETTI, 2010, p.36)”.

Para Sócrates, o homem é a sua alma, e a alma do homem é a sua razão. A alma corresponde a natureza última, a razão, a consciência do homem. É o que lhe dá a personalidade intelectual e moral. Sócrates ainda traz a idéia de que cuidar de si é cuidar da alma, mais do que o corpo, pois o corpo era instrumento da alma e da sabedoria. Conhecer a si mesmo, era conhecer a própria alma. Discípulo de Sócrates, Platão considerava a alma imaterial, unitária, indivisível, imortal. A alma era a causa da vida e, por isso, a vida constituía sua própria essência. Enfatizou ainda a dicotomia entre corpo e alma e acreditava que a alma possuía autonomia em relação ao corpo. Já Aristóteles, contrapondo a idéia platônica, considerava que a alma tinha um princípio e fim em si e era material, incindível ao corpo.

Na Psicologia, por muito tempo, houve um certo receio em se usar a palavra “alma”, devido à conotação religiosa a que ela sempre esteve ligada. Usou-se então o termo “psique” – mais adequado para o cientificismo almejado pela psicologia – como sinônimo de alma. Hillman (1984) explica que o termo “psique” era mais moderno e biológico, e permitia que se escapasse da ambiguidade do termo “alma”. Segundo o autor, “Psique” é empregado como um fato natural concomitante à vida física, sendo talvez a ela redutível. ‘Alma’, por outro lado, apresenta sobretons românticos e metafísicos, compartilhando suas fronteiras com a religião”.

Apesar desse receio no mundo científico, Jung resgata o termo “alma” e o utiliza para se referir à psique. Ele atenta para o fato de, até então, ter-se identificado a alma com o ego, com a consciência. Somente após a descoberta do inconsciente é que se amplia a idéia de alma. A possibilidade da alma conter algo que fosse além de um dado imediato da experiência, aparentemente tão conhecido de qualquer pensador, foi revolucionário para a época. Num primeiro momento, Jung, preso ao espírito da época, fez da alma um objeto da ciência. Mais tarde, ele desenvolveu um olhar mais romântico sobre a alma, vendo-a como algo vivo: “um ser vivo subsistente em si mesmo [...] algo distante e

desconhecido, que não tem existência através de mim, mas através do qual eu tenho existência (JUNG, 2013, p. 117)".

Seguindo essa linha mais poética sobre a alma, James Hillman, pós junguiano que conheceu a teoria de Jung intimamente, foca ainda mais na idéia da alma como uma perspectiva. No livro "Cidade e Alma", Hillman (1993) associa a idéia de alma à profundidade, reflexão, memória emotiva, às relações humanas e à sua relação com o imaginal. A alma "confere sentido, transforma acontecimentos em experiências, comunica-se pelo amor e tem uma implicação religiosa (Hillman, 1984, p.41)".

A partir da definição de **alma** acima, pode-se dizer que a alma é aquilo que dá **valor e significado** a tudo, desde às coisas mais simples às mais complexas. É aquela sensação que faz com que consigamos nos **conectar** a um acontecimento, fazendo com que ele passe a ter um **sentido** especial, e se transforme numa **experiência**. A alma carrega a vida de **emoções**. É ela que nos permite **refletir** e se aprofundar em cada vivência do dia a dia, analisando-a e tornando possível viver cada momento mais **profundamente**. Esse refletir ainda faz com que se tome mais consciência das coisas, que paremos para pensar naquilo que fazemos, em vez de simplesmente executar uma ação. A alma preenche cada instante com **amor**. É o que nos permite amar. Ela faz com que a pessoa se conecte com seu lado mais **íntimo** e com a **espiritualidade**.

Para Hillman (1993), alma está ligada à ideia de profundidade, porque é nas profundezas que se encontra a essência do ser. Somente lá, longe dos crivos e julgamentos do ego ou da consciência, é que se pode ser aquilo que se é realmente. Então, profundo e para baixo é o dimensionamento genuíno que a alma toma. A alma "deseja ir além, sempre ir mais fundo e mais dentro (HILLMAN, 2013, p. 50)". Nesta perspectiva, o mais profundo da alma é o inconsciente. De acordo com Jung (2001, §205), no volume XVII/I das Obras Completas, "a verdadeira psique é o inconsciente, e a consciência do eu só pode ser encarada como um epifenômeno temporário". Ou seja, o sentimento de alma se ganha ao aprofundar-se e relacionar-se com o inconsciente.

A memória emotiva - as experiências emocionais que foram importantes no decorrer da vida - também podem ser relacionadas à noção de alma. São as emoções que revelam os estados da alma. Barcellos (2012, p.34) afirma que



“sentir coisas, ficar comovido ou atormentado, ter emoções, estar emocionado, emocionar. Ódio, alegria, raiva, tristeza, júbilo, inveja ciúme, rancor, medo, vergonha, fúria: emoções são a própria coisa da alma, sua matéria, sua verdade, sua carne”.

Hillman (1989) acrescenta que a alma deve evocar fraqueza, inferioridade, inocência, desesperança, melancolia, pois isso são experiências, experiências que precisamos para fazer alma.

A alma também pode ser encontrada nas imagens espontâneas produzidas pela psique, seja através dos sonhos, da imaginação ou da fantasia. De acordo com Hillman (1989), o lugar para onde temos que nos voltar quando queremos encontrar a alma é diretamente às imagens, pois elas fornecem um lugar para se enxergar a alma e o que ela está fazendo. As imagens, por serem a própria expressão da psique, sempre funcionam como um guia para se chegar até a alma.

Segundo Jung (2007, § 618 ), no volume VIII/II das Obras Completas:

“A psique é constituída essencialmente de imagens. A psique é feita de uma série de imagens, no sentido mais amplo do termo, não é, porém, uma justaposição ou uma sucessão, mas uma estrutura riquíssima de sentido e uma objetivação das atividades vitais, expressa através de imagens. É da mesma forma que a matéria corporal, que está pronta para a vida, precisa da psique para se tornar capaz de viver, assim também a psique pressupõe o corpo para que suas imagens possam viver”.

Hillman (2008, p.207) afirma que “quando Jung usa a palavra imagem, não pretende referir-se ao reflexo de um objeto ou a uma percepção; isto é, não se refere a uma memória ou à pós-imagem”. Essas imagens não são mero resultado de sensações e percepções, não são apenas símbolos visuais ou verbais e tampouco significam “um constructo mental que representa de forma simbólica certas idéias e sentimentos que expressa (HILLMAN, 1992, p.27)”. Elas “[...] são o meio através dos quais o mundo é imaginado, [...] os modos pelos quais todo o conhecimento, toda e qualquer experiência se tornam possíveis”.

Então, é através das imagens que são produzidas espontaneamente pela psique, como por exemplo, nos sonhos e na fantasia, que se torna possível chegar a um sentimento de alma. Pois, para se chegar a esse ponto, é necessário entrar em contato com a psique como um todo, e esse todo vai além da consciência e abrange o todo maior, que é o inconsciente. Nessas imagens, não

há o julgamento consciente, que seleciona somente aquilo que lhe é compatível e reprime os conteúdos incompatíveis, inibindo, assim, o desenvolvimento total da psique, conforme descreve Jung (2009, § 136), no volume VIII/II das Obras Completas. Sem se voltar às imagens, o desenvolvimento é unilateral.

Para se evitar esse desenvolvimento unilateral, para que haja um equilíbrio entre as tendências conscientes e inconscientes é necessário, de acordo com Jung (2009), no volume VIII/II das obras completas, a ação da função transcendente: aproximar e confrontar consciente e inconsciente para se chegar a uma nova atitude. Este confronto é realizado a partir do trabalho com a fantasia criativa, que, para Jung (2009, §73, VOL. VI, OC), assume grande importância: “[...] A fantasia me parece a expressão mais clara da atividade específica da psique.” Além de ser justamente a fantasia e a relação que se estabelece com esta que faz a função transcendente, um ponto de união entre diferentes aspectos da psique:

“[a fantasia] é a mãe de todas as possibilidades onde o mundo interior e exterior formam uma unidade viva, como todos os opostos psicológicos. [...] A fantasia foi e sempre será aquela que lança a ponte entre as exigências inconciliáveis do sujeito e o objeto, da introversão e extroversão (JUNG, 2009, §73)”

Para a consciência ser liberta de sua unilateralidade é preciso oferecer um espaço para que a atitude do inconsciente possa se manifestar e seja estabelecido um diálogo com estas expressões, sejam elas, fantasias, sonhos, sintomas. No volume VI das Obras Completas, Jung (2009, §74) ressalta que os conteúdos presentes nesses fenômenos são produtos do inconsciente. São estranhos e involuntários em relação aos conteúdos da consciência. Uma atitude que acolha essas imagens, em vez de reprimi-las, é o ponto de partida para ir ao encontro da alma e resgatá-la. Jung (2007, §111, VOL. XVI/I, OC) coloca que, além de acolher as imagens, torna-se imprescindível compreendê-las: “[...]é necessário compreender intelectual e emocionalmente as imagens, a fim de integrá-las ao consciente, não só racional mas também moralmente.”

No entanto, Hillman (1989) enfatiza que, para se encontrar a alma nas imagens produzidas pela psique, deve-se tomar o cuidado para não interpretá-las com subjetivismos. Quando isso ocorre a imagem escapa e junto com ela, a alma, pois as interpretações e traduções literais das imagens mantêm a alma

inanimada. A alma só poderá ser encontrada se for desenvolvida uma relação diferente e mais ativa com essas imagens: observá-las, senti-las e vivenciá-las, ou seja, dar vida a essas imagens, ficar com elas através da imaginação. Só assim será possível “animá-las”, enxergar a alma nelas.

Barcellos (2012) explica sobre o movimento anti-interpretativo das imagens que surgiram com Hillman e enfatiza que, muitas vezes, há uma interpretação errônea do que Jung queria sugerir como uma compreensão das imagens.

“A psicologia analítica tem várias e bastante sofisticadas formas de fazer uso de um enorme corpo de conhecimento simbólico. Quase toda imagem que participa de nossos sonhos tem uma simbologia pesquisada, ampliada e de alguma maneira estabelecida, à qual podemos nos referir. É o procedimento clássico junguiano da amplificação como a conhecemos, o método junguiano por excelência. Esse volume de conhecimento psicológico com relação aos símbolos tomou proporções que muitas vezes afastam-nos da compreensão original que Jung dava ao que é simbólico. Com esses procedimentos de amplificação da pesquisa simbólica, Jung estava realmente se dedicando ao desconhecido, ao misterioso, sem querer torná-lo conhecido, sem querer transformar o desconhecido em conhecido (BARCELLOS, 2012, p. 93)”.

Tão logo surge a noção de alma, surge também a ideia de “perda da alma”. Ellenberger (1976) descreve que muitos povos primitivos acreditavam que a alma poderia ser perdida quando abandonava o corpo espontaneamente (por exemplo, durante o sono) ou quando, acidentalmente, era roubada por feiticeiros ou fantasmas. Durante o sono, a alma era capaz de desprender-se do corpo, visitar lugares, ver pessoas e realizar os atos de que se sonha. Dessa maneira, ficava vulnerável a acidentes e perigos, podendo extraviar-se do corpo se a pessoa fosse acordada de forma repentina. A alma também poderia abandonar o corpo após um susto ou ser extraída por fantasmas, demônios e feiticeiros. Essa condição podia ser diagnosticada quando o indivíduo perdia peso e energia, irritava-se com facilidade, tinha alterações do sono, pesadelos, e principalmente quando apresentava um quadro de depressão física e mental. A alma corria o risco, ainda, de ser possuída por espíritos malignos, que faziam com que a pessoa perdesse repentinamente sua identidade.

Segundo Jung (2007), no volume VIII/II das Obras Completas, no funcionamento psíquico do homem primitivo a crença na concretude da perda da alma era possível porque ele via alma como algo objetivo, que possuía vida

própria, que era subsistente. A alma não estava identificada com ele, nem com sua consciência, o que tornava possível o diálogo ou a fuga da alma. “Para a experiência primitiva o psíquico não é, como para nós, a quintessência do subjetivo e do arbitrário (JUNG, 2007)”. Por isso, nos povos primitivos, costumava-se associar a perda da alma com a ideia de que a alma podia deixar o corpo, podia ser perdida, e, quando isso acontecia, o primitivo precisava da ajuda do xamã para trazê-la de volta ao corpo, como descreve Hillman (1984, p.42):

“Os antropólogos descrevem uma condição que é denominada “perda da alma” pelos povos primitivos. Quando isso acontece, a pessoa fica fora de si, incapaz de encontrar tanto a conexão interior consigo própria quanto a exterior com a humanidade. Ela não consegue mais fazer parte da sociedade, nem participar dos rituais e das tradições. As coisas estão mortas para ela, e ela para as coisas. Desaparecem as vinculações com a família, os totens e a natureza. Ela não será mais um verdadeiro ser humano até conseguir recuperar a alma. Ela não está mais nas coisas. É como se nunca tivesse sido iniciada, nunca lhe tivessem dado um nome, ou chegado realmente a existir. Pode também ser que sua alma não esteja apenas perdida, mas possuída, doente, enfeitiçada ou mesmo transferida para um objeto [...]. E, então, ela perde o senso de pertencer e de estar em comunhão com os poderes e os deuses. Nada disso a atinge mais, e ela já não consegue rezar, nem fazer os sacrifícios, nem dançar. O seu mito pessoal e a ligação com o mito maior de seu povo enquanto razão de ser encontram-se perdidos. Entretanto, o que ela tem não é uma doença, e também não está fora de seu juízo. Essa pessoa simplesmente perdeu a alma. E pode até morrer”.

Jung (2007), no volume VIII/I das Obras Completas, apresenta uma breve explicação sobre esse sentimento de perda da alma nos povos primitivos. Segundo ele, “quando qualquer complexo que devia achar-se associado ao eu se torna inconsciente, por ter sido reprimido ou por ter mergulhado nos subterrâneos da psique, o indivíduo experimenta uma sensação de perda”. Somente quando esses conteúdos que estão inconscientes são trazidos à consciência novamente, é que o indivíduo sente que sua alma foi resgatada, pois aquela energia que tinha ido para o inconsciente volta à consciência.

No volume IX/I das Obras Completas, Jung (2008) compara a perda da alma nos primitivos ao *abaissement du niveau mental* no homem moderno - termo proposto por Janet, para designar o fenômeno caracterizado para o que, atualmente, seria considerado um quadro de depressão. Nessas circunstâncias, a pessoa deixa de ter desejo ou coragem para as tarefas do dia a dia, sente uma

falta de energia, indisposição. “O estado de desânimo e paralisação da vontade pode aumentar a ponto de a personalidade desmoronar, desaparecendo a unidade da consciência; as partes isoladas da personalidade tornam-se autônomas e através disso perde-se o controle da consciência” – fato que se assemelha à perda da alma no homem primitivo.

Do homem primitivo até os dias de hoje, essa sensação de perda da alma continua a existir. Diferentemente do homem primitivo, atualmente o termo “perda da alma” é usado de uma maneira metafórica, já que o homem moderno possui essa identificação com a alma, ele é a própria alma. Assim, poderia se comparar a perda da alma hoje em dia com a idéia de uma alma anestesiada, adormecida, inerte.

Muitas vezes, esse sentimento aparece claramente nos quadros depressivos, outras vezes, de uma maneira mais sutil, quando a pessoa não aprendeu a cultivar a sua alma. Pode aparecer, ainda, nos casos em que a pessoa fica “possuída” por um afeto, como se naquele momento ela deixasse de ter consciência e controle sobre o seu comportamento e agisse sob o comando de um outro – é o que o homem primitivo chamava de possessão por espíritos. Também em uma analogia ao homem primitivo, pode-se dizer que nessas circunstâncias, o homem que não aprendeu a cultivar sua alma, não foi iniciado em um mergulho no inconsciente, tornando-se vítima deste.

Em todos esses casos, o ser humano encontra-se tão inconsciente de si e do que é de fato a vida que não vivencia os detalhes. Parece não haver uma conexão profunda entre ele e a vida, seus órgãos ficam anestesiados para as experiências do cotidiano, e não é sentido neste uma individualidade, um ser animado.

Anestesia e massificação caminham de mãos dadas com a inconsciência da individualidade. Quanto mais o indivíduo é inconsciente, mais ele se torna vítima do coletivo - tanto externa quanto intrapsiquicamente. Para Jung (1987, §502, VOL.16/2, OC): “[...]A massificação não vem apenas de fora; vem igualmente de dentro, do inconsciente coletivo.” Ao estar possuído por um arquétipo o indivíduo é coletivo - vidrado. A individuação é diferenciar-se do coletivo fora e dentro. De acordo com Jung (2007, §344, VOL VIII/II, OC):

“Quanto mais uma pessoa é inconsciente, tanto mais ela se conforma aos cânones do comportamento psíquico. Mas, quanto mais ela toma consciência de sua individualidade, tanto mais acentuada se torna sua diferença em relação à outros indivíduos e tanto menos corresponderá ela à expectativa comum [...] Mas, quanto mais ampla esta [a consciência] se torna, tanto mais ela perceberá as diferenças e tanto mais se emancipará também das normas coletivas, pois o grau de liberdade empírica será proporcional à extensão da consciência. Na medida em que aumenta a diferenciação individual da consciência, diminui a validade objetiva de suas concepções e cresce a subjetividade das mesmas...”

O próprio Jung parece ter vivenciado o sentimento de “perda da alma”. Quando ele estava em torno de 38 anos, tendo já trabalhado anos no Hospital Psiquiátrico Burghölzli, sido presidente da Associação de Psicanálise, tido sucesso em seu consultório particular, pai de vários filhos, rompido com Freud e a Psicanálise, enfrenta o que chama em suas Memórias de *Confronto com o Inconsciente*: um momento no qual lida com o próprio inconsciente e com o que iria teorizar como sendo o inconsciente para ele.

No Seminário “*Analytical Psychology*”, Jung (1991) relata que, após o rompimento com Freud, encontrou-se completamente isolado. Essa desvantagem, porém, passou a ser uma vantagem, pois possibilitou para ele, como um introvertido, o movimento vertical da libido. Deixando de estar voltado para as atividades do mundo exterior, Jung pôde se voltar para si mesmo e se deter a fundo no seu mundo interior. Ao analisar seu caminho até então, se deu conta de que havia explicado o mito de povos do passado e de seus pacientes, mas não sabia, no entanto, o seu próprio mito.

A relação que estabelece com o inconsciente em busca de seu próprio mito está expresso no Livro Vermelho, um livro onde Jung registra suas fantasias, reflexões e pinturas acerca desta. Ele relata que após alcançar tudo o que desejava - fama, poder, riqueza, saber e toda felicidade humana – a ambição de aumentar esses bens cessou e ele se deu conta da necessidade de se voltar à própria alma. Então ele vai em busca da alma. Nesta obra, Jung (2013, p.116) descreve o diálogo com sua alma:

“Minha alma, onde estás? Tu me escutas? Eu falo e clamo a ti – estás aqui? Eu voltei, estou novamente aqui – eu sacudi de meus pés o pó de todos os países e vim a ti, estou contigo; após muitos anos de longa peregrinação, voltei novamente a ti. Devo contar-te tudo o que vi, vivenciei, absorvi em mim? Ou não queres ouvir nada

de todo aquele turbilhão da vida e do mundo? Mas uma coisa precisa saber: uma coisa eu aprendi: que a gente deve viver esta vida.”

Neste momento ele percebe que suas vivências até então foram o que lhe conduziram ao reencontro com sua alma: as horas felizes e tristes, as alegrias e sofrimentos, tudo isso precisava ser vivido para que ele encontrasse novamente a alma. Ele reconhece que durante muitos anos esqueceu que possuía uma alma, e evitou o lugar de sua alma. Por isso, o reencontro com sua alma lhe exigiu esforço e dor, e ele descobre que o lugar da sua alma é um deserto. Até então, havia cultivado o espírito e conclui que:

“nenhuma cultura do espírito é suficiente para fazer de tua alma um jardim. Eu cuidei de meu espírito, do espírito dessa época em mim mas não daquele espírito da profundidade, que se volta para as coisas da alma, do mundo da alma. A alma tem seu mundo que lhe é próprio (JUNG, 2013, p.128)”.

Em outro trecho do Livro Vermelho, Jung (2013, p.118) comenta sobre o sofrimento decorrente da sensação de “perda da alma” e a necessidade de encontrar esta para preencher a vida:

“Se não encontrar a alma, será acometido pelo horror do vazio, e o medo vai expulsá-lo [...] para uma aspiração desesperada e para uma cobiça cega das coisas ocultas deste mundo. Tornar-se-á um bobo de sua cobiça ilimitada e se perderá de sua alma para nunca mais encontrá-la. Correrá atrás de todas as coisas, vai puxá-las todas para si, mas não encontrará nelas sua alma, pois só a encontrará dentro de si mesmo. É óbvio que sua alma está nas coisas e nas pessoas, mas o cego agarra as coisas e as pessoas, mas não sua alma nas coisas e nas pessoas”.

Relacionado ao sentimento de “perda da alma” descrito por Jung acima, Kreinheder (1993) fala sobre essa situação sob a ótica das personas e máscaras que costumamos usar e que escondem nosso verdadeiro eu. Para ele, vivemos como alienígenas em terras estranhas, atendendo expectativas externas, não sendo exatamente do jeito que achamos que deveríamos ser.

"E, uma vez que não entendemos o que está faltando, temos a esperança patética de que o vazio será preenchido por um emprego melhor, um carro mais sofisticado ou o parceiro ideal no amor. Essa dolorosa insatisfação foi chamada de perda da alma. Sem ao menos perceber, procuramos freneticamente nossa alma, aquele ingrediente que falta para nos sentirmos completos e, finalmente, tornar nossa vida feliz (KREINHEDER, p. 31, 1993)."

Popularmente, o termo "sem alma", "desalmado" também é atribuído àquelas pessoas que cometem brutalidades, que desrespeitam as pessoas e o meio ao seu redor, que parecem não ter afeto por si e pelos demais. Estar sem alma é também estar sem sentimentos. Segundo Hillman (1993, p.42) “a alma que não for cuidada – quer na vida pessoal, quer na vida da comunidade – torna-se uma criança raivosa”.

Hillman (1989, p. 26 e 28) associa a idéia de perda da alma com a noção de ter ou ser uma alma:

“Alma implica em inferioridade – algo sensível, patológico. A alma faz o ego sentir-se desconfortável, inseguro, perdido. E este perder-se é um sinal de alma. Você não poderia ter ou ser uma alma se não pudesse sentir que a perdeu [...] Anima torna a pessoa sensível, melancólica, um pouco desamparada, um pouco insegura. E quando você trabalha com essas condições, você se torna psicológico: você descobre a interioridade, se torna reflexivo, percebe sua própria atmosfera (HILLMAN, 1989, p.26 e p.28)”.

Muitas vezes, mesmo nesse estado de perda ou dormência da alma, o ego resiste a ser perturbado, lutando para não sair da sua zona de conforto, e sobrevive-se "bem" assim, porém anestesiado, entorpecido. Vive-se uma vida vazia, sem alma. E como se luta para manter essa "anestesia". Anestesia para que não se sinta nada: cada vez mais a indústria farmacêutica lucra com a venda de medicamentos que promovem essa anestesia, impedindo que se sintam dores, ansiedades e tristezas.

A música “Socorro” de Arnaldo Antunes e Alice Ruiz (1998) descreve bem esse sentimento:

Socorro, não estou sentindo nada  
 Nem medo, nem calor, nem fogo  
 Não vai dar mais pra chorar, nem pra rir  
 Socorro, alguma alma, mesmo que penada  
 Me entregue suas penas  
 Já não sinto amor, nem dor, já não sinto nada  
 Socorro, alguém me dê um coração  
 Que esse já não bate, nem apanha  
 Por favor, uma emoção pequena  
 Qualquer coisa  
 Qualquer coisa que se sinta  
 Em tantos sentimentos  
 Deve ter algum que sirva  
 Socorro, alguma rua que me dê sentido  
 Em qualquer cruzamento, acostamento, encruzilhada  
 Socorro, eu já não sinto nada, nada



Paradoxalmente muita energia psíquica é investida na manutenção deste estado. Kalsched (2013), no livro "O mundo interior do trauma", fala de um sistema de autocuidado arquetípico, análogo ao sistema imunológico do corpo, que entra em ação quando a pessoa vivencia um trauma insuportável. No entanto, segundo o autor:

"o que foi concebido para ser uma defesa contra um trauma adicional, torna-se uma importante resistência a todas as expressões espontâneas do eu no mundo. A pessoa sobrevive, mas não é capaz de viver criativamente. A psicoterapia torna-se necessária. [...] Cada nova oportunidade da vida é erroneamente encarada como uma ameaça perigosa ou retraumatização e é, portanto, atacada (KALSCHED, 2013, p.17 e 19).

Ou seja, a pessoa se priva de entrar em contato com novas experiências que possibilitariam a transformação desse ciclo. Esse funcionamento impede que o sujeito se aprofunde em suas vivências e encontre ou atribua um sentido à elas. Não havendo um aprofundamento nessas vivências, a alma não é tocada, nem alimentada, e conseqüentemente permanece dormente. A sensação é de que a vida está vazia. Somente quando essa sensação de vazio perturba suficientemente o ego que a pessoa se dá conta da necessidade de "animar" a sua vida. De acordo com Kreinheder (1993, p.26):

"uma pessoa jamais chegaria a perceber a alma se tudo corresse bem com seu ego. Na verdade, é através das derrotas do ego que descobrimos a oportunidade de viver a alma. Temos que experienciar a completa humilhação e o fracasso da egolatria para ao menos começarmos a perceber que falta alguma coisa".

Mas para chegar a esse ponto, em alguns casos, a psique se vê obrigada a trazer isso a tona de uma maneira radical. E é aí que surgem os sintomas, as doenças, aumentando cada vez mais a sensação de que algo não vai bem. Esses sintomas são a maneira que a psique encontrou, justamente, para sair desse estado.

"A doença, quando chega, traz consigo a idéia da inevitabilidade da morte e a fantasia do próprio corpo sem vida. Ao pensarmos no entorpecimento inerte da morte, nos damos conta de que, em todo lugar, ao nosso redor e dentro de nós, acontece o surpreendente milagre da vida [...] Dessa forma, a doença e os pensamentos de morte que a acompanham podem expandir nosso estado de consciência em direção a um universo maior e minimizar as preocupações do cotidiano. Ao nos despertar para a realidade

dessa dimensão sagrada, a doença promove a salvação e a cura da alma (KREINHEDER, 1993, p. 26)".

Segundo Kreinheder (1993) "quando ficamos de fora, observando a vida a distância, analisando-a, separando em partes distintas, interrompemos a vida em nós e quebramos um elo vital da corrente da existência". Acreditamos, devido a toda nossa sofisticação, ter sabedoria. Mas, na verdade, trata-se de uma falsa sabedoria, que faz com que se perca a capacidade de deslumbramento, "e deixamos de apreciar o milagre da vida".

Há o domínio do tempo Cronos sobre o tempo mítico. Presos na rotina do dia-a-dia, presos em seus complexos inconscientes, as pessoas deixam de imaginar e de sonhar. Não há tempo literal e muitas vezes não há tempo psíquico para isso. São inúmeras tarefas e compromissos a serem cumpridos. E que são cumpridos de uma maneira automatizada, sem alma, já que ela se encontra esquecida nas profundezas. Assim, deve-se ressaltar que o problema não está no excesso de atividades, mas sim em como se realizam essas atividades, na maneira como se vive o cotidiano. Kreinheder (1993) afirma que quando a consciência está morta, com medo da imaginação e do instinto, as pessoas se tornam reféns da rotina, da labuta, da segurança, de uma visão cautelosa, com visão estreita, tristemente desconectado das infinitas riquezas que nos cercam.

Segundo Cowan (in Salles 2007, p.174), quando se perde o desejo, quando não há mais calor humano e amor na vida, "existe um instinto autônomo, que assume o seu papel nessa jornada". Aquilo que chamamos de "piloto automático" é, na verdade, um princípio da psique que assume o controle quando "Eros deixa de ser um poder motivador da alma". Nessas circunstâncias, a pessoa age por necessidade, sob a influência da deusa que os antigos gregos chamavam de Ananke - deusa esta cuja etimologia de seu nome, de acordo com Hillman (1992,p.15), comporta o sentido de estrangulamento e certamente expressa a angústia desta situação. Porém mesmo em momentos de árido desânimo o caminhar da psique acontece, pois momentos de perda da alma também fazem parte da dança da vida. Ou seja, "o processo de individuação não cessa quando Eros vai embora, apenas ocorre de outra forma".

O mundo imaginado sob o modelo mecânico racional dá a impressão de segurança. Uma sensação de segurança que é almejada para se evitar a

sensação de medo, mas ainda assim, vive-se com medo, e o medo paralisa. Paralisados, deixamos de sentir aquele frio na barriga diante de uma situação inesperada, e perdemos a capacidade de nos extasiarmos diante das maravilhas que nos cercam. Essa paralisia é um sinal de que a alma está adormecida.

Barcellos (2012) reflete sobre a busca pela autonomia na sociedade moderna, e a relaciona ao automatismo. Para se ter autonomia, precisamos do auxílio de tudo aquilo que é automático, que faz sozinho. E quanto mais deixamos de fazer as coisas, mais ficamos presos ao automatismo - e prisioneiros também dos nossos padrões psicológicos. Nesse modo de funcionamento, “onde quase tudo já trabalha por si, sem a intervenção de nossas mãos ou de nossos corpos” nos distanciamos do mundo da matéria. E é “possível ver nisso um mundo esquecido de coisas físicas que quer se animar, que deseja alma; e ver na alma um anseio compensatório ainda maior pela sedução física do mundo – pois a alma precisa do mundo (BARCELLOS, 2012, p. 16)”.

*Aisthesis* é a maneira como conhecemos o mundo - aquele ofegar, respirar, inalar - que traz o mundo para dentro. O órgão da *aisthesis* é o coração, e “trazer o mundo para dentro” significa levar para o coração, interiorizar, tornar-se íntimo” (Hillman, 2010, p. 49). É o pensamento do coração que “personifica, anima e enche de alma o mundo (Hillman, 2010, p. 48)”.

Quando não é feita essa interiorização dos acontecimentos, ou, quando não há uma reação estética aos acontecimentos, as questões da vida não passam por uma resolução psicológica, e vive-se de uma maneira inconsciente. Essa inconsciência faz com que a alma seja negligenciada. Sem essa resolução psicológica, os eventos vão se repetindo compulsivamente, como uma tentativa de serem absorvidos.

De acordo com Hillman (1993 p.21),

“uma resposta estética aos detalhes poderia nos desacelerar radicalmente. Reparar em cada acontecimento limitaria nosso apetite pelos acontecimentos e essa redução de consumo afetaria a inflação, o superdesenvolvimento, as defesas maníacas e o expansionismo da civilização. Talvez os acontecimentos acelerem-se proporcionalmente ao fato de não serem apreciados, talvez os acontecimentos aumentem em dimensão e intensidade cataclísmicas proporcionalmente ao fato de não serem reparados. Talvez, à medida que os sentidos se tornem apurados haja uma escalada reduzida do gigantismo e do titanismo, esses inimigos miticamente perpétuos – gigantes e titãs – da cultura”.

Hillman (2010) acrescenta que quando perdemos o contato com nossos reflexos estéticos, o coração deixa de ser tocado. Sem a participação do coração os eventos deixam de ser experienciados, tudo se torna cinza, sem brilho e sem vivacidade. A alma adormece. Ficamos inertes, entediados, *an-estesiados*. “Essas emoções de desolação são as reações do coração à vida não estética em nossa civilização, eventos sem suspiro – mera banalidade (HILLMAN, 2010, p.60)”.

Sem a *aesthesis*, ou seja, uma reação estética ao mundo, ele deixa de ser notado, torna-se feio, sem graça. “Sem imagens e sensações de beleza, a alma murcha (HILLMAN, 2011, p.146). Afrodite, a deusa do amor e da beleza, fica aprisionada, e com ela, o desejo, as fantasias, a criatividade e o amor – alma!

“Se à beleza não for dado um lugar de destaque em nosso trabalho com a psique, então a realização essencial da alma não poderá ocorrer. [...] se quisermos recuperar a alma perdida, que é afinal o principal objetivo de todas as psicologias profundas, devemos recuperar nossas reações estéticas perdidas, nosso sentido de beleza”. (HILLMAN, 2010, p.43)

“A alma nasce na beleza e alimenta-se de beleza, precisa dela para viver (HILLMAN, 2010, p.42)”. Sem a beleza, sem Afrodite, a pessoa perde a paixão pela vida. Eros parte.

“Assim, a questão do mal, como a questão da feiura, refere-se primariamente ao coração anestesiado, o coração que não tem nenhuma reação àquilo que encara, transformando, portanto, a face sensual variada do mundo em monotonia, mesmice, unicidade. O deserto da modernidade (Hillman, 2010, p.60)”.

Além disso, para Barcellos (2012), quando destituímos Afrodite de “um lugar de honra à beleza e ao amor sensual, ela retorna no apelo ao consumismo puro, a sedução das coisas pelas coisas: literalismo, ânsia cega pelo mundo, a que chamamos[...] ansiedade”.

Afrodite é a deusa da beleza e então seu toque anima: “Se a beleza é inerente e essencial à alma, então a beleza aparece sempre que a alma aparece (HILLMAN, 2010, p.46)”.

Segundo Hillman (1984), no livro “O mito da análise”, “o ser, ao ser tocado, estimulado e revelado pelas experiências da alma, descobre que aquilo que se

passa na sua alma não é somente significativo, necessário e aceitável, como também atraente, cativante e belo”. A beleza alimenta e nutre a alma.

Cowan (in Salles, 2007) afirma que, sem Eros, predominam sentimentos de desolação, angústia, sofrimento, dor e perda, desinteresse pelo mundo e pelas pessoas. “O sentimento de solidão deixado pela partida de Eros, a ausência de desejo sexual, a incapacidade de saborear as cores e sabores do mundo, tudo isso é, talvez, melhor traduzido pela palavra *frio*”. E a alma pode passar um tempo nesse lugar frio, após a partida de Eros, mas não consegue ficar ali para sempre. A alma quer Eros, ela vai em busca de Eros, pois é ele que “dá o calor ao mundo que vivemos”. Ele é o enxofre capaz de inflamar nossas vidas e reacender as chamas da paixão, pelas pessoas e o mundo que nos cercam e por nós mesmos.

“Quando Eros parte, o fogo alquímico que nos incendeia se apaga e o enxofre começa a cheirar mal e se tornar negro. Todos os nossos sentidos ficam apáticos. [...] Quando Eros volta, é como se um fósforo fosse aceso no escuro, fazendo surgir, de repente, luz, vida, música, cores vívidas, perfume de rosas e beleza por toda a parte (COWAN in SALLES, 2007, p.192)”

Este “frio”, “gelo” ocasionado pela partida de Eros, remete à idéia de inverno. No inverno a alma adormece, hiberna. Só irá despertar com a chegada da primavera. Tudo aquilo que fica adormecido, frio e congelado no inverno, volta a ganhar calor, cor, e vida na primavera. Eros retorna. Tudo floresce. A vida renasce. Este cenário fica muito bem retratado no texto avulso de Elisabete Tassi Teixeira:

“Se faz alvorada. É assim que acontece na primavera. Na terra. Em mim. Repentinamente, o acordar das cordas de um violino há muito adormecido. Da flauta e do oboé esquecidos. É a música do despertar. Todos os grãos se abrindo. Subindo. Perfurando a terra triste. Pequenas folhas e brotos, cantando sobre os vales, penhascos, planícies, campos, jardins, quintais, canteiros e floreiras. É um tempo de brisa leve. De umidade e frescor. De atenuar rigores. De sair e olhar o mundo. Um tempo de celebração. De orquídeas, rosas, jasmims, belas-emílias, lírios, margaridas, agapantos, azaléias, glicínias e rododendros. Desabrochando em algaravia juvenil. Os pássaros na amoreira, cedo, no seu alarido matutino. Um beija-flor entra no jardim de inverno. Instala-se no pequeno galho de hera que infiltrou-se pela fresta da parede. Na porta aberta da cozinha, dois rouxinóis-bebês espiam a casa ainda silente da última noite de inverno. É primavera. Aos poucos, rompo o cristal de gelo que segura minha alma. Sou broto novamente. Germinando. Crio asas e ensaio pequenos movimentos. Como os rouxinóis filhotes. Poderei novamente? Arriscarei? Sim, mais uma vez arriscarei. Serei manhã como esta manhã. Obedeço ao tempo

divino. Sou dádiva e celebração. Esperança de Deus. Passado, presente, futuro, em novos acordes”.

A alma adormecida precisa ser despertada e cultivada, para que possa sair desse eterno estado de inconsciência. O gelo deve ser derretido com o calor de Eros.

Na literatura, essa situação é descrita em vários contos de fadas, como em “A Branca de Neve e os sete anões” e em a “Bela Adormecida”. No primeiro, após comer uma maçã envenenada pela madrasta, Branca de Neve cai num sono profundo. No segundo, no dia do seu batismo, Aurora recebe um feitiço da bruxa Malévola que faz com que ela caia num sono profundo ao completar 16 anos. Em ambos os casos, as princesas só despertam desse estado de sono profundo quando recebem o beijo do príncipe encantado. Ou seja, quando Eros aparece. Eros surge e as tira desse estado de inconsciência.

De acordo com Hillman (1984, p.58):

“O despertar da alma adormecida através do amor é um tema tão recorrente no mito, nos contos populares, nas formas de arte, assim como nas experiências subjetivas, que nos sentimos justificados quando o consideramos arquetípico. Como o processo de desenvolvimento psíquico, de despertar e engendrar a alma é uma autodescrição, ou autopercepção, da criação da psique [...] O mito que apresenta este padrão já foi interpretado psicologicamente por Erich Neumann em sua obra sobre a fábula Amor e Psique de Apuleio [...] um texto de mistério sobre a transformação da personalidade.”

Assim como nos contos de fada, que a princesa precisa ser resgatada do sono profundo, na Alquimia, a alma precisa ser resgatada da matéria. O despertar da alma de um estado de inconsciência é ilustrado na seguinte prancha do Mutus Liber (figura1), quando um anjo toca uma trombeta sobre o adepto que está adormecido ao pé de uma escada, que simbolizaria todo o processo de reunião entre a consciência e o inconsciente.



Figura 1: Primeira Prancha do Tratado Mutus Liber

## II

**CULTIVO DA ALMA: O DESPERTAR DA ALMA NO PROCESSO ANALÍTICO**

*"Quando minha alma é tocada, sei por que estou aqui. Meu propósito e meu destino é apenas ser, o simples fato de ser a alma que sou. Isso me basta. É mais do que suficiente (KREINHEDER, 1993, p. 33)"*

O resgate ou o despertar para um sentido de alma - para um senso de individualidade - pode ocorrer de diversas formas e em qualquer momento do desenvolvimento psíquico. Muitas vezes o primeiro chamado é por meio de algum evento da vida: a perda de alguém, a perda de um trabalho, um fracasso em um relacionamento, um fracasso profissional, uma tragédia como incêndio, inundação, um grande assalto, uma doença. Outras vezes é a partir de um sintoma psíquico, uma crise de pânico, uma depressão que se instala. Ou uma produção psíquica que chama a atenção, um sonho, um súbito desejo que não liberta o sujeito, um desejo por mudança, um desejo por uma pessoa ou uma situação. Bem como o que pode despertar é também a falta de desejo, as brigas incessantes de um casal, os conflitos arrebatadores entre colegas de trabalho.

Enfim, o despertar muitas vezes está relacionado com a nigredo alquímica e suas características operações de mortificatio e putrefatio, pois quando tudo desmorona é que também acordamos. Não haverá despertar se não houver de alguma forma uma ruptura com o velho, com o adormecido, e isso se dá através de mortes, de apodrecimentos simbólicos. Por isso, sempre se diz que uma crise pode ser uma oportunidade.

É dessa forma que o despertar da alma remete ao trabalho do analista. O sofrimento decorrente dos sintomas que refletem uma alma adormecida conduzem muitas pessoas a procurar um analista. De acordo com Hillman (1993) "os que estão em busca [da alma] percebem que sua busca os conduz, a certa altura, a um analista. [...] nos sofrimentos e sintomas radicados no inconsciente, que começamos, em primeiro lugar, a sentir a alma. A alma foi lá enterrada e deseja ajuda psicológica". Qual na alquimia onde a alma precisa ser resgatada da prisão na matéria.



O trabalho do analista envolve suportar os afetos, colocar fogo para que eles apareçam e para que seja possível trabalhar com eles. A análise permite o aquecimento de algumas situações para constelar complexos, e fazer com que o indivíduo suporte os afetos. Incorporar um complexo, incorporar algo novo, uma nova atitude, exige esforço, suor. Cada vez que se incorpora algo novo inicia um trabalho de acomodação deste. Fierz (1997, p.356 e 359) ilustra essa situação a partir da análise das pranchas alquímicas de Lambspring. Na décima terceira figura, o pai engole o filho, representando a antiga atitude que incorpora uma nova atitude (figura 2). Em seguida, “o pai sua por causa do filho”, (figura 3), indicando que incorporar uma nova atitude exige esse empenho e suor. Não é uma tarefa fácil.



Figura 2: Decima terceira prancha do Tratado de Lambspring

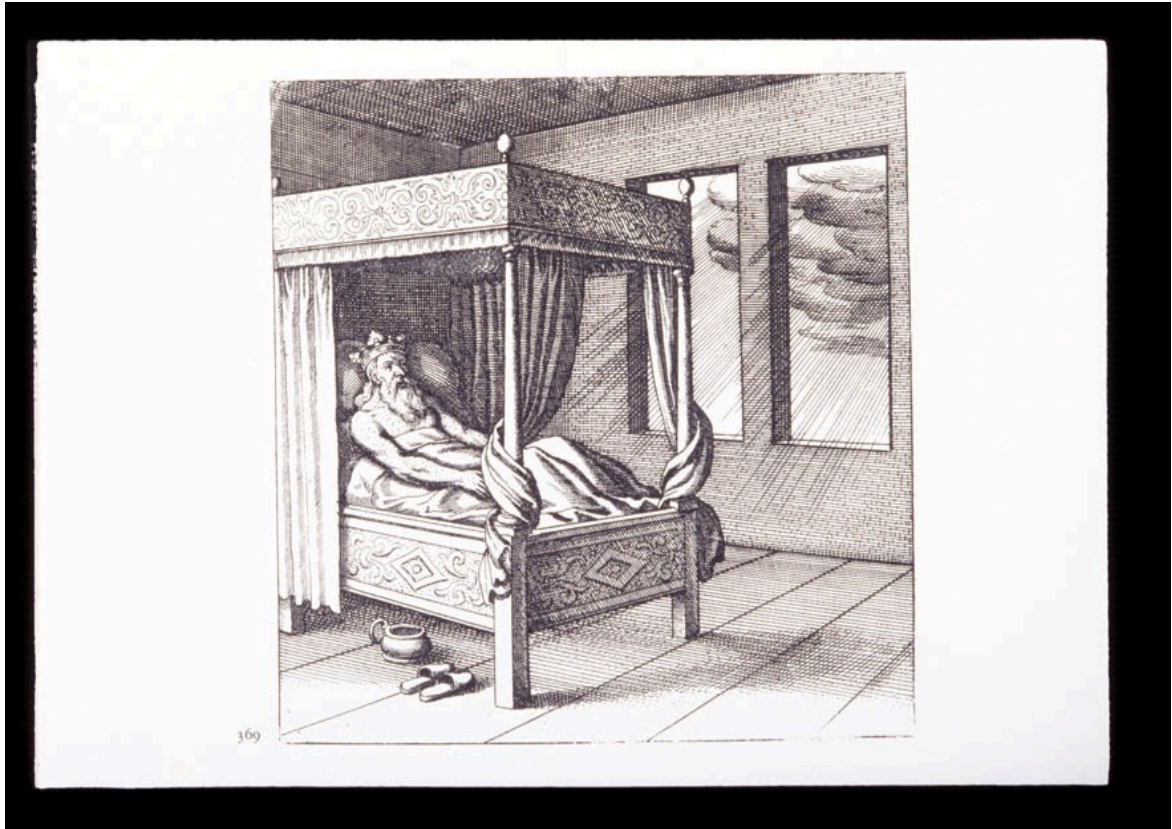


Figura 3: Décima quarta prancha do Tratado de Lambspring

De acordo com Hillman (1995) o ‘negócio’ da psicoterapia é “abrir e mexer, não só mexer com alguma coisa, mas encorajar, inflamar de pensamentos selvagens, de fantasias sobrecarregadas, de desejos, de feridas, enfim, de todos os fragmentos arcaicos que constituem a psique”.

Atualmente, é atribuída ao analista, assim como ao xamã nos povos primitivos, a responsabilidade por chamar a alma que foi perdida, ou, acordar a alma que está adormecida. Hillman (2013) coloca a depressão (que está ligada a idéia de alma adormecida) como tendo uma de suas origens em uma vida que não incorpore o inconsciente, a profundidade e escuridão que este traz:

“[...] É como se, quando não temos nenhuma imaginação vívida do mundo das trevas, um achatamento tomasse conta, mesmo uma despersonalização [...]. Quanto menos mundo das trevas, menos profundidade e mais espalhada horizontalmente se torna a nossa vida.[...] O fim é a depressão – e isto sugere que a abundante, embora mascarada, depressão de nossa civilização é parcialmente uma resposta da alma a seu mundo das trevas perdido (HILLMAN, 2013, p.117).”

Então, a tarefa do analista é auxiliar o analisando a estabelecer um relacionamento mais próximo com seu mundo inconsciente, que acontece por meio do trabalho com o imaginal: através da análise de sonhos, do jogo de areia, da fantasia, da imaginação ativa. É “acordá-lo” para essas imagens, chamar a sua atenção. Provocá-lo a abrir um espaço para que a alma penetre nas pequenas coisas do dia-a-dia, para que seu cotidiano se torne mais cheio de vida, mais animado. E isso é feito a partir do cultivo da alma, que nada mais é que o cultivo das imagens.

Barcellos (2012, p.90), afirma que a Psicologia Arquetípica “se volta para o trabalho da imaginação (na clínica, na arte, na tradição cultural, na psicopatologia), e o trabalho com a imaginação; ela está voltada para ressuscitar nosso interesse pela capacidade espontânea da psique de criar imagens”.

“Se o trabalho da terapia for entendido como um atendimento, um serviço prestado – o sentido original da palavra terapia, *therapeia*, em grego: serviço, atendimento – então, terapia da psique, psicoterapia, será atendimento da alma. Nessa perspectiva, o paciente é a alma. Assim, se o trabalho psicoterapêutico é como um cuidar, como um serviço prestado à alma, entende-se que esse serviço será prestado de fato quanto mais próximo estivermos de suas imagens – estejam elas nos sonhos, nas fantasias, nos sintomas, no corpo ou na história de caso (que conto como um “mito”) (BARCELLOS, 2012, p.92)”.

A terapia é, para Hillman (1989, p. 73) um tipo de adoção das imagens, “as quais, de todo modo, nos adotam, vindo a nós toda noite [...]”. Segundo o autor “o objetivo da terapia é o desenvolvimento de um sentido de alma, o território comum das realidades psíquicas, e seu método, o cultivo da imaginação (HILLMAN, 1995, p.24)”.

No livro “Os Sonhos e o Mundo das Trevas”, Hillman (2013, p. 21), acrescenta que a psicologia estaria apoiada em imagens e na “terapia como culto da alma”. Segundo ele, “por definição, uma imagem é algo particular e traz consigo os critérios e as relações internas por meio das quais pode ser entendida (HILLMAN, 2013, p.206)”.

“A imagem é uma complexidade de relações, uma inerência de tensões, justaposições e interconexões. Uma imagem não é apenas significado, nem apenas relações, nem apenas percepção. Ela não é nem mesmo apenas reflexão, porque nunca se pode dizer com certeza que isto é “a coisa” e aquilo é uma reflexão da coisa. Nem podemos dizer que a imagem é isto literalmente e

aquilo metaforicamente. Essas dualidades – coisa versus reflexão, literal versus metafórico – não são imagens, mas, antes, maneiras de estruturar as imagens (BERRY in BARCELLOS, 2012, p. 90)”.

Para Barcellos (2012) o processo analítico, na perspectiva da Psicologia Analítica, não intenciona a “cura da alma”, mas sim, possibilita o cultivo da alma, o fazer alma. “O objetivo fundamental [da análise] não é nem curar nem ensinar, mas despertar e engendrar a alma (HILLMAN, 1984, p.30)”.

“Essencial para o cultivo da alma é o cultivo da psicologia, moldar conceitos e imagens que expressem as necessidades da alma assim como emergem em cada um de nós. [...] a psicologia é concebida como uma atividade necessária da psique, que constrói vasos e os quebra para aprofundar e intensificar as experiências (HILLMAN, 2010, p.31)”.

O termo cultivo da alma ou "soul-making" foi trazido dos poetas românticos para a psicologia por James Hillman. Cultivar pode ser entendido como cuidar; trabalhar para fazer nascer; dedicar-se, interessar-se por algo. Assim, “cultivar a alma” pode ser relacionado à idéia de propiciar o desabrochar da alma, permitir o nascimento e o desenvolvimento da alma, dedicar-se e interessar-se pela alma.

De acordo com Hillman (2013, p.201) “*Cultivar* é um termo que reflete aquilo que a própria psique faz: ela cultiva imagens. Esse fazer imagens é o primeiro dado de toda a vida psíquica.” Ou seja, **a psique está o tempo todo a fazer imagens, e, cultivá-las é o grande trabalho.** O estar em conexão consigo mesmo leva o indivíduo a estar em conexão com outras pessoas, com o mundo. Pois quanto mais mergulha-se em si próprio mais o ser humano encontra o inconsciente coletivo e a conexão com o mundo e as outras pessoas. É um paradoxo, que nos mais profundo de nossa singularidade podemos compreender a singularidade do outro, e isto torna a vida interessante e animada. Quanto mais atenção e valor damos ao nosso mundo interior, melhor se torna a relação com o mundo exterior: isto possibilita que os eventos externos possam ser interiorizados. Então, do mesmo modo que a conexão com o mundo interior permite que se consiga compreender melhor a relação com o que está fora, ao mesmo tempo é essa relação com o mundo externo que faz com que seja possível constelar conteúdos inconscientes, e a partir disso, integrá-los à consciência, aprofundá-los, e atribuir-lhes sentido: alimentar a alma.

Apesar de Jung não ter usado o termo “cultivo da alma”, as noções que ele desenvolveu acerca deste tema, embasaram as idéias que mais tarde Hillman desenvolveu. No volume IX/I das obras completas, Jung (2008, §56) afirma que:

“Um ser que tem alma é um ser vivo. Alma é o que vive no homem, aquilo que vive por si só e gera vida; por isso Deus insuflou em Adão um sopro vivo a fim de que ele tivesse vida. Com sua astúcia e seu jogo de ilusões a alma seduz para a vida a inércia da matéria que não quer viver. Ela [a alma] convence-nos de coisas inacreditáveis para que a vida seja vivida. A alma é cheia de ciladas e armadilhas para que o homem tombe, caia por terra, nela se emaranhe e fique preso, para que a vida seja vivida. [...] Se não fosse a mobilidade e iridescência da alma, o homem estagnaria em sua maior paixão, a inércia. [...] ter alma é ousadia da vida, pois a alma é um *daimon* doador de vida...”

Se a alma é aquele sopro que dá vida ao ser no nascimento, que é o momento em que ele vem ao mundo, então o mundo é o lugar de se fazer alma, de cultivá-la. O mundo está repleto de estímulos que podemos tocar, inalar, sentir, ver, cheirar, ouvir e trazer para dentro de nós. Seja através de uma música, uma paisagem, uma comida, um cheiro, o relacionamento com outras pessoas, ou qualquer outra infinidade de coisas que existem, o mundo nos traz uma experiência nova, experiência que é necessária e a fonte mais rica de energia para a alma. Estes estímulos, assim que captados pelos órgãos dos sentidos, serão processados, analisados, interiorizados e trarão sentimentos, emoções e memórias que servirão de alimento para a alma.

Sentir, pensar, refletir, viver cada acontecimento que ocorre no nosso dia a dia é uma maneira de se fazer alma. Usar os sentidos para trazer as experiências de fora para dentro, internalizando-as, faz com que nutramos nossas almas. Assim, é possível perceber que o “fazer alma” está muito ligado às noções de “percepção” e “sensação”. De acordo com Hillman (1993, p.17) “a palavra em grego para percepção ou sensação era *aisthesis*, que significa, na origem, “inspirar” ou “conduzir” o mundo para dentro [...] uma reação estética à imagem apresentada”. A palavra *aisthesis* tem a mesma origem da palavra *aisthethicon* que significa “o que sensibiliza”, ou seja, que afeta os sentidos.

De acordo com Hillman (2010, p.42), “psique é a vida de nossas respostas estéticas, aquele sentido do gosto em relação às coisas, aquela vibração ou dor, desgosto ou expansão do peito – reações estéticas primordiais do coração que são a própria alma falando”.

Hillman (1989, p.28), em “Entre vistas”, afirma que “fazer alma” é como tirar a alma da jaula, “tirar a alma da prisão dos conceitos teológicos, das estruturas da consciência que têm oprimido a alma [...] **A alma não é dada, ela deve ser feita**”. Ela existe em cada um como um potencial - uma semente - que precisa ser cultivada para desabrochar. Se não houver cultivo, ela será eternamente uma semente. Ficará adormecida para sempre.

Fazer alma, permitir que ela se desenvolva, é um trabalho paradoxal, pois é um trabalho para que se saia daquele estado “natural”, isto é, é contra a natureza, e ao mesmo tempo, é justamente necessário para que se possa libertar a natureza imaginativa, almada. Moore (1994, p.14) afirma que “A alma não flui automaticamente para a vida. Ela exige nossa perícia e atenção”. Hillman (2013) fala desse processo na alquimia:

“[...] *opus contra naturam*, um trabalho contra a natureza, e ainda assim a serviço de uma natureza mais ampla que é animada ou almada. O trabalho alquímico teve que deformar a natureza a fim de servir a natureza. Teve que machucar (ferver, separar, despelar, dissecar, putrefazer, sufocar, afogar, etc.) a natureza natural a fim de libertar a natureza animada. Assim que a psique entra em consideração o apenas-natural não é suficiente. O cultivo da alma é como qualquer outra atividade imaginativa. Requer artefato, assim como a política, a agricultura, as artes, as relações amorosas, a guerra ou a conquista de qualquer recurso natural. O que nos é dado não nos levará longe; algo tem que ser feito (HILLMAN, 2013, p.189).”

Tudo isso mostra que o processo analítico, como uma maneira de se cultivar a alma, não é um caminho fácil. No livro, *Psicologia Alquímica*, Hillman (2011, p.368) atenta novamente para esta dificuldade, já que “é da natureza de cada pedaço da psique persistir naquilo que é. [...] haverá sempre uma resistência profunda e natural ao próprio movimento inato da psique”. É como se, sem um esforço, a alma tivesse um mecanismo que a mantém inerte.

Além disso, despertar a alma envolve também integrar as partes sombrias da psique. Afinal, resgatar somente os aspectos da alma que estão na luz, não consiste em resgatar a alma por inteiro. Promover essas transformações não é uma tarefa confortável. Exige esforço. Esforço para ir além das vontades do ego, lidar com suas resistências e defesas, para então chegar a um sentimento de alma. Por isso, muitas vezes é difícil, doloroso e ao mesmo tempo energizante enfrentar esse processo de contato, confronto e integração sombria.

Stein (2006) afirma que no desenvolvimento psicológico, o nascimento e crescimento da consciência do ego deixam para trás - no inconsciente - uma boa parte da totalidade de si mesmo.

“Quaisquer partes da personalidade que normalmente pertenceriam ao ego se estivessem integradas mas foram suprimidas por causa de dissonância cognitiva ou emocional, caem na sombra. [...] De um modo geral, a sombra possui uma qualidade imoral, ou, pelo menos, pouco recomendável, contendo características da natureza de uma pessoa que são contrárias aos costumes e convenções morais da sociedade. A sombra é o lado inconsciente das operações intencionais, voluntárias e defensivas do ego. [...] o que a consciência do ego rejeita torna-se sombra; o que ela positivamente aceita, aquilo com que se identifica e absorve em si, torna-se parte integrante de si mesma e da persona. A sombra é caracterizada pelos traços e qualidades que são incompatíveis com o ego consciente e a persona (STEIN, 2006, p.98 e 100)”.

Assim, fica claro que a alma não se limita ao ego ou a persona, e por esse motivo torna-se necessário o contato com os aspectos que se encontram inconscientes. Tornar boa parte deles conscientes faz parte do processo de despertar a alma. A busca pela alma, o resgate da alma, deve permitir que o indivíduo retome esses conteúdos que formam a totalidade da sua personalidade, isto é, siga rumo a individuação.

“A integração depende da aceitação pela pessoa de si mesmo, da plena aceitação daquelas áreas ou partes de nós mesmos que não pertencem à imagem da persona, a qual é usualmente a imagem de um ideal ou, pelo menos, de uma norma cultural. Os aspectos pessoais de que nos envergonhamos são sentidos, com freqüência, como radicalmente malignos. Embora algumas coisas sejam, na verdade, ruins e destrutivas, frequentemente, o material da sombra não é maligno. É sentido como tal somente por causa da vergonha que lhe está associada, em virtude de sua não-conformidade com a pessoa (STEIN, 2006, p.112)”.

Acerca disso, é importante ressaltar que não se deve idealizar o contato com a alma, pois manter-se apenas numa visão romântica, idealizada da alma, é ficar com uma visão unilateral. O indivíduo que com a alma se relaciona, se relaciona também com aquilo que é sombrio em si, e isso justifica o fato de muitos quererem fugir deste contato. Por isso, o cultivo da alma também deve envolver o contato com a sombra – conhecê-la, acolhê-la, integrá-la. Pois é justo o contato com a sombra que nos dá consistência: o contato com o inconsciente, com fraquezas, com dificuldades e potencialidades.

O cultivo da alma é como o cozinhar, pois assim como uma comida crua, a alma vem crua e precisa muitas vezes ser cozida. E quando somos cozidos, há todo um processo de derretimento, de fritura – é um processo pelo qual nossa alma e nós passamos para que haja transformação, para que a alma desperte. Isso tudo é necessário para que nos tornemos almados, como afirma Hillman (1989, p.28):

“Anima torna a pessoa sensível, melancólica, um pouco desamparada, um pouco insegura. E quando você trabalha com essas condições, você se torna psicológico: você descobre a interioridade, se torna reflexivo, percebe sua própria atmosfera”.

O fato de a alma não ser dada também aparece num trecho do Livro Vermelho. Nele, Jung (2013, p. 131) descreve um diálogo com sua alma no deserto, no qual ele, cansado, anseia pelo alento e presença vivificadora da alma, e ela lhe responde: “Falas como se ainda não tivesse aprendido nada. Não podes esperar? Tudo deve cair maduro e acabado em teu colo?”. Ou seja, a alma aí está mostrando que ela não vem pronta. Para ela chegar ao ponto de “cair madura” no colo de alguém ela precisa antes ter sido cultivada, regada, cuidada. E isso exige tempo, esforço e alguns sacrifícios.

“Minha alma leva-me ao deserto, ao deserto de meu próprio si mesmo. Não pensava que meu si-mesmo fosse um deserto, um deserto seco e quente, poeirento e sem bebida. [...] Por que é um deserto meu si-mesmo? Será que vivi demais fora de mim, nas pessoas e nas coisas? Por que evitei meu si-mesmo? Eu não me era caro? Mas eu evitei o lugar de minha alma.[...] Devo fazer do deserto um jardim? Devo povoar um país deserto? Devo abrir o jardim encantado do deserto? O que me leva ao deserto, e o que devo fazer lá?[...] Minha alma, o que devo fazer aqui? Mas a minha alma falou-me e disse: ‘Espera’. Eu escuto a terrível palavra. Ao deserto pertence a dor (JUNG, 2013, p.128).”

É também interessante notar que, nessa passagem do Livro Vermelho, o lugar onde Jung encontra sua alma é o deserto. Seria o deserto o lugar da alma quando esta não é cultivada? Ou então, este deserto é para onde teremos que ir para que ao enfrentá-lo a alma floresça? Se pensarmos na noção de cultivo da alma, podemos comparar a alma a um jardim que, se for bem cuidado, ficará cheio de vida, repleto de plantas, com o colorido das flores e das borboletas, com som e movimento – um lugar onde a vida claramente se faz presente. No entanto, se o jardim não for cultivado, não permitirá o desabrochar das flores e poderá ser



tomado pelo mato; a grama e as plantas secarão, tudo ficará sem vida. Assim, o jardim que não é cultivado pode se transformar num deserto. E, por outro lado, é somente ao enfrentarmos os momentos desérticos da vida que poderemos transformá-la. O deserto representa o estado do indivíduo distante de si e que, ao mesmo tempo, é o lugar onde ele precisa adentrar para se encontrar, pois o deserto é uma imagem – se conseguirmos enfrentar nossas securas, aos poucos elas começam a falar, a verdejar.

“Todo o futuro já existia na imagem: para encontrar sua alma, os antigos iam para o deserto. Isto é uma imagem. Os antigos viviam seus símbolos, pois para eles o mundo ainda não se tornara real. Por isso iam para a solidão do deserto, para ensinar-nos que o lugar da alma é deserto solitário. Lá encontravam a plenitude das visões, os frutos do deserto, as flores maravilhosas e singulares da alma (JUNG, 2013, p.130)”.

Hillman (2010), no livro “O pensamento do coração e a alma do mundo”, também chama a atenção justamente para o fato do deserto não ser sem coração, sem alma. O deserto é o lugar onde vive o leão, que representa o coração, e cujos filhotes nascem natimortos e devem ser “acordados para a vida com um rugido”. Os pequenos leões devem ser despertados do sono, assim como a alma, que precisa ser provocada, chamada para a vida - cultivada. “O pensamento do coração não é algo simplesmente dado, uma reação nativa espontânea, sempre pronta e sempre lá. Ao contrário, o coração precisa ser provocado, chamado (HILLMAN, 2010, p.60)”.

Muitas vezes é nos desertos da vida, imersos em dor, sofrimento e solidão, que podemos escutar e valorizar quem realmente somos e qual é a nossa vida. Quem sabe é no deserto que um verdadeiro sentido de alma desperte: “O que é passivo, imóvel, dormente no coração cria um deserto que só pode ser curado por seu princípio aparentado que mostra seu cuidadoso despertar no rugido (HILLMAN, 2010, p. 61).

Barcellos (2012) também relaciona a noção de “cultivo da alma” com o trabalho de fazer alma. Para ele, fazer alma é um trabalho: “Trabalho psíquico, trabalho do sonho, trabalho alquímico, trabalho da psicoterapia, trabalho das resistências, trabalho das amplificações, trabalho da linguagem. Trabalho feito, trabalho que dá, trabalho do corpo, trabalho do coração (2012, p. 11)”.

E de que maneira pode ser feito esse trabalho com a alma, o “cultivo da alma”? Aqui, retoma-se o que foi dito anteriormente sobre a psique estar o tempo todo a fazer imagens, e o grande trabalho é cultivá-las. De acordo com Donfrancesco (in BARCELLOS, 2012, p.86) “o desejo da alma, aquele que guia seu trabalho, parece ser, pois, o de conhecer-se e refletir-se nas imagens que a constituem. Ela age ao modo de metáfora: transpõe o significado e liberta o sentido dos eventos”.

Por isso, ao contrário do que foi feito por muito tempo, onde colocava-se o foco na interpretação das imagens espontâneas da psique, a Psicologia Analítica prioriza o “ficar com a imagem”. Esse é o principal trabalho do cultivo, pois na própria imagem está a possibilidade de seu entendimento. Segundo Hillman (1989, p.73) “A psique sabe mais o que quer de si mesma do que eu posso imaginar ou interpretar. Quero seguir sua inteligência. Então se uma imagem começa a aparecer [...] Está é uma aparição espontânea, uma epifania ou, simplesmente, uma fantasia.”

O que Hillman quer explicar é que se deve evitar as interpretações psicológicas e explorar a imagem em si, entrar na imagem, reconhecê-la como algo que está acontecendo dentro do seu psiquismo, conversar, sentir e viver aquela imagem. Ou seja, deve-se desenvolver uma resposta estética a essas imagens. E, como resultado desta resposta, aos poucos os significados brotam da própria imagem.

“As imagens psíquicas são encaradas como fenômenos naturais, são espontâneas, quer seja no indivíduo, quer seja na cultura, e necessitam, na verdade, ser experimentadas, cuidadas, consideradas, entretidas, respondidas. As imagens necessitam de respostas imaginativas, não de explicação. No momento em que interpretamos, transformamos o que era essencialmente natural em conceito, em linguagem conceitual, afastando-nos do fenômeno. Uma imagem é sempre mais abrangente, mais complexa, que um conceito (BARCELLOS, 2012, p.91)”.

A partir do momento que se busca uma explicação para a imagem, ou quando se reduz a imagem a uma explicação ou conceito racional, ela vai embora. Quando é feita uma interpretação ou tradução, fica-se com o significado e a imagem desaparece. Somente se permanecermos nas imagens é que os entendimentos virão. Afinal, como afirma Hillman (1992, p.27) “as imagens

representam coisa nenhuma [...] Elas **são** a psique na sua visibilidade imaginativa; como repertório primário, a imagem é irredutível”.

No livro “O sonho e o mundo das trevas”, Hillman (2013, p.191) explica a diferença entre a interpretação conceitual de uma imagem versus o seu cultivo:

“O desmembramento analítico é uma coisa, a interpretação conceitual outra. Podemos ter análise sem interpretação. A interpretação vira o sonho em seu significado. O sonho é substituído pela tradução. Mas a dissecação corta a carne e o osso da imagem, examinando o tecido de suas conexões interiores, e move-se por entre seus pedaços, embora o corpo do sonho ainda esteja sobre a mesa. Não perguntamos o que ele significa, mas quem, o quê e como ele é”

O cultivo envolve um trabalho com o que provém da alma. É realizada uma análise desse conteúdo através do seu desmembramento, para que ela se abra, se amplie. É um trabalho que fala na mesma linguagem da psique, ou seja, não é numa linguagem conceitual. Ao se “ficar com a imagem”, aos poucos, os sentidos vão surgindo.

Essa atitude anti-interpretativa em relação às imagens, isto é, a noção de uma resposta estética às imagens, que é o objetivo do cultivo da alma, parece conter a idéia de colocar as imagens em movimento, animá-las. E remete à etimologia da própria palavra alma, citada no primeiro capítulo: o termo “alma” derivado do latim “anima”, significa “animar, dar movimento ao que é vivo”; o termo em inglês “soul” significa “móvel” - “alma é uma força que move”. Ou seja, para cultivar a alma é necessário promover esse movimento. O movimento é o meio de se atender a alma.

Barcellos (2012, p.97) traz o questionamento de como a análise feita através da fala, das palavras, pode possibilitar esse tipo de trabalho com as imagens. Ele coloca então, a idéia de uma “oficina de palavras” - fazer imagem em palavras, que “requer do terapeuta uma palavra imaginativa, que desperte a imaginação”. Este tipo de trabalho atende melhor a natureza da psique, que é caracterizada por uma base poética e funciona através de analogias, metáforas, sínteses, condensação e emoção.

“A oficina, nesse sentido, pode ser da palavra, da pintura, da escultura: um modelo de psicoterapia que certamente se nutre muito mais da absorção das metáforas dos processos da arte do que os processos da ciência [...] As fantasias e os procedimentos básicos que estão nos processos criativos da arte informam o

trabalho do psicoterapeuta mais do que os processos e as metáforas da ciência. Assim é que de fato não importa se é a oficina da escultura ou da palavra. O importante é que seja oficina, um termo que em si já traz imagens para o consultório do analista. São imagens que nos levam de volta ao laboratório alquímico e a uma noção de trabalho com a alma, à ideia de obra e labor, algo que tem a ver com algo que se faz. A alma precisa de trabalho, é preciso trabalhar a psique (BARCELLOS, 2012, p.98)".

Dentro desse ponto de vista, da noção de terapia como uma oficina da alma, pode-se pensar na relação que Hillman (1989) faz da análise com o arquétipo do Puer:

"Isto é que é terapia da maneira como tento fazê-la: levar as pessoas a viver suas vidas mais sob o prisma de sua fantasia de artista, em contato com seus *daimones*, seus gênios – e viver como seus sonhos, uma pequena psicose [...] o que não quer absolutamente dizer que elas tenham que ser artistas, ou gênios, ou tenham que "ser criativas". [...] Não precisamos ser artistas, mas podemos mudar o modelo, a fantasia na qual vivemos, de tal forma que não precisemos nos imaginar bobos, sóbrios, racionais e críticos, trocando-a por uma que convide o puer a participar, assim como todos os seus perigos. Não quero dizer que todos sejam ou devam se tornar puer – mas, sim, deixar que o puer entre – às vezes só isso já é suficiente (HILLMAN, 1989, p.70)".

O cultivo da alma, também é descrito no Livro Vermelho, quando Jung (2013, p.125) fala acerca de como a alma lhe faz voltar a si, para suas coisas mínimas. As coisas da alma, que ele via como pequenas coisas, devem receber um novo olhar. Sua alma o obriga a ver como coisas grandes, torná-las grandes, fazê-las grande. Relacionado a isso, Moore (1993, p.19) afirma que "o cuidado com a alma é uma maneira fundamentalmente diferente de tratar a vida cotidiana e a busca pela felicidade. [...] Cuidar da alma é um processo contínuo que se atém menos ao 'reparo' de um problema central e mais aos pequenos detalhes da vida cotidiana".

A partir dessas passagens de Moore e Jung, pode-se concluir que para cultivar a alma, não são necessários somente grandes acontecimentos, grandes eventos. Afinal, se esperarmos só os grandes eventos da vida para nutri-la, é provável que a alma fique desnutrida, adormecida e anestesiada por um longo período. No entanto, em alguns casos, só é possível o despertar da alma depois de um grande acontecimento. Muitas vezes, é somente sobre a pressão de uma perda, de uma dor, de uma tragédia que conseguimos dizer e sentir que o que

vale é o ‘simples’ fato de estarmos vivos. Somente assim é que damos valor ao que é essencial, às coisas simples da vida.

O trabalho psicoterápico é uma arte do simples e do pequeno mas que tem muito valor. Não precisa, por exemplo, entender um sonho inteiro, mas se algo da imagem foi aprofundado e fez sentido, já valeu a pena. Os insights são algo do momento, são pequenos, porém de grande alcance.

Ressalta-se também que apesar de ser um trabalho com o pequeno detalhe, o processo analítico, o cultivo da alma – como dito anteriormente - exige um esforço, é um processo “suado”. Então mesmo essas tarefas mais simples exigem, muitas vezes, que se saia daquele estado original, da zona de conforto, é um *opus contra naturam* - sendo necessário aí um “grande feito”.

O que se pretende dizer com “não ser necessário esperar somente os grandes acontecimentos para nutrir a alma”, é que se deve dar atenção e valor também àquilo que é cotidiano e simples. É a atenção, ou melhor, a projeção da alma aos pequenos detalhes comuns do dia-a-dia, que a alimentam, que tornam os dias “almados”. É tornar importante os momentos simples, dar-lhes vida, emoção, cor, tamanho e sentimento. Segundo Jung (2011, § 96) “[...] A maioria das coisas depende muito mais da maneira como as encaramos, e não de como são em si. Vale muito mais a pena viver as pequeninas coisas com sentido, do que as maiores, sem sentido algum”. Moore (1993) ainda acrescenta que a meta no cuidado com a alma é “dar à vida comum a profundidade e o valor que vêm junto com o estado de plenitude emocional”.

Para Hillman (2013, p.51), a alma é uma operação:

“[...]Ela é uma operação de penetração, uma compreensão das profundezas que faz alma à medida que prossegue. Se a alma é um motor primeiro, então seu movimento primário é o de aprofundar, por meio do qual ela aumenta sua dimensão.[...] Não há limites para a profundidade, e todas as coisas tornam-se alma [...]”

De acordo com essa colocação de Hillman, fica evidente que todo e qualquer evento pode se tornar almado, animado, e repleto de significado, se o ser humano tiver um olhar de aprofundamento. E não precisa necessariamente ser algo bom, um evento positivo, pois até mesmo uma dor ou sofrimento, quando aprofundada, terá sentido, passará por uma reflexão e se tornará uma experiência.

Esse olhar de aprofundamento pode ser associado com o que Barcellos (2012) chama de “o movimento de desliteralização das experiências”. Para o autor, o que Hillman pretendia com a idéia de despertar a alma, ou, a idéia de recuperação de um sentido de alma, era retirar o costume de ver as coisas de uma maneira literal. Deve-se ir além do literal e considerar eventos, sonhos, emoções e impulsos a partir de uma reflexão sobre eles como imagens.

“Há uma compreensão da psique como essencialmente analógica, ou metafórica. Ela opera com analogias o tempo todo. A metáfora é a intuição de uma analogia entre coisas de natureza diferente. É uma comparação em nível de essência. Ela transporta o significado de uma imagem à outra, fazendo com que possamos compreender uma pela outra, simultaneamente, em comunicação, em trânsito. Assim, despertar um sentido de alma em nossas vidas tem a ver essencialmente com uma consciência que não se esgota no plano literal das coisas que nos acontecem. Alma é aquilo que transforma os eventos em experiências, ou que os devolve para suas imagens (BARCELLOS, 2012, p. 97)”.

O ser humano está tão acostumado a ver os eventos de um modo literal, que muitas vezes é somente quando há uma constante repetição de algo que o indivíduo se dá conta da necessidade de um aprofundamento, uma reflexão sobre aquilo que foi vivido. Somente com essa reflexão é que o conteúdo que se repete poderá ser interiorizado, integrado. Barcellos (2012) associa essa idéia de repetição à circularidade da alma:

“Circular, a alma repete-se infinitamente, e na repetição está uma tentativa de aprofundamento. A alma volta constantemente às suas feridas para extrair delas novos significados. Volta em busca de uma experiência renovada. Ficamos familiarizados com nossos complexos e nosso sofrimento. O ego, identificado com o arquétipo do herói chama a repetição de neurose. Mas na repetição, na circularidade, o ego é forçado a conscientizar-se de que há presente uma outra força. Na repetição o ego é forçado a servir à psique. Há um aspecto ritual aqui, uma humilhação. A circularidade, por fim, nos personaliza. Do ponto de vista da alma, a repetição é uma maneira de nos tornarmos aquilo que somos (BARCELLOS, 2012, p.87)”.

Cultivar a alma é captar a alma, é ter um olhar que enxerga alma, naquilo que está inanimado. Assim como a criança, que dá vida à seus brinquedos e aos objetos ao seu redor, desenvolvendo em relação a eles algum tipo de apego ou sentimento, o ser humano adulto precisa trazer à tona novamente esse modo de pensar para cultivar sua alma. Pois é dessa maneira que tornará suas atividades

corriqueiras em experiências dotadas de sentido e valor para suas almas. Hillman (1993) afirma que “nosso reconhecimento imaginativo, o ato infantil de imaginar o mundo, anima o mundo e o devolve à alma”.

A respeito do disso, Hillman (1993, p.14) retoma a idéia de “Anima Mundi”:

“Imaginemos a *anima mundi* como aquele lampejo de alma especial, aquela imagem seminal que se apresenta por meio de cada coisa em sua forma visível. Então, a *anima mundi* aponta as possibilidades animadas oferecidas em cada evento como ele é, sua apresentação sensorial como um rosto revelando sua imagem interior – em resumo, sua disponibilidade para a imaginação, sua presença como uma realidade psíquica. Não apenas animais e plantas almadados como na visão romântica, mas a alma que é dada em cada coisa, as coisas da natureza dadas por Deus e as coisas da rua feitas pelo homem”.

Moore (1993, p. 238), acrescenta que “anima mundi se refere à alma de cada coisa” e, nessa idéia “não há separação entre nossa alma e a alma do mundo”. As “coisas fabricadas também tem alma. Apegamo-nos a ela e lhes atribuímos significado, além de profundo valor e agradáveis memórias”. Ele atenta para o fato de que se levássemos mais a sério esse sentimento de apego às coisas teríamos mais responsabilidade com as coisas do mundo, pois as trataríamos com mais proximidade e reconhecimento.

Assim, os objetos ao meu redor não são meros objetos. A casa onde moro não é só mais uma casa, mas é *meu lar*. Ela está carregada de valor, de sentimento, de alma. É muito comum dizerem a respeito de uma comida insossa que ela não foi preparada com amor, com alma. Se não enxergarmos o valor nos objetos que nos rodeiam, se não nos relacionarmos com eles, se não nos determos frente a eles, se não os cuidarmos, tudo se torna vazio. Qualquer coisa serve. Tudo pode ser substituído e não nos apegamos a nada. Não há aquele envolvimento, aquela preocupação com as coisas, que dão um tom afetivo a cada vivência.

Por outro lado, esse mesmo tom afetivo é o que nos permite entrar em contato com a dor e a perda. Ciúmes, inveja, raiva, ódio, tristeza – todos esses sentimentos, por mais difíceis que sejam de serem encarados, são igualmente necessários para que nos tornemos almadados. É preciso enfrentar as dificuldades, tomar consciência das limitações e dos conteúdos sombrios para despertar a alma. Afinal, como dito anteriormente, a alma também possui aspectos sombrios.

Então, para se chegar até a alma não se pode ignorar ou negligenciar esses conteúdos.

Segundo Stein (2007, p.14):

“Durante anos tenho me perguntado sobre o que é preciso para que as pessoas se tornem ‘psicológicas’, ou seja, o que faz uma pessoa prestar atenção e cuidar de sua psique, respeitar sua força e honrar seus dons? O que torna uma pessoa ‘religiosa’? Parto do princípio de que, quando uma pessoa dá atenção à sua psique e se torna psicológica, ela olha para dentro de si mesma e passa a ‘amar e odiar’ a própria alma. Nesse momento, em última análise, uma pessoa reconhece que possui uma alma e precisa aprender a lidar com ela. Assim, o que fica faltando para que, como Jung, você possa dizer que a psique é sua pior maldição e também sua maior riqueza? Como fazer nascer esta dialética em nossa alma? Tenho observado em meu consultório que uma das maneiras de entrar em contato com a alma é através da ‘crise’. Quando somos jogados num estado de emergência psicológica, não podemos evitar a visão da alma em processo de mudança. Quando tudo está correndo conforme manda o figurino, a alma fica adormecida como se fosse o brilho da lua e das estrelas comparado ao brilho do sol.”

Portanto, os conteúdos da sombra também fazem parte da alma. A sombra faz parte daquele ser que está alçado. Uma pessoa alçada não é aquela que conseguiu integrar somente aquilo que é belo, mas é aquela que aceita as limitações que a sombra lhe impôs. Moore (1994, p.14) afirma que: “Uma personalidade animada é complicada, multifacetada e moldada pela dor e pelo prazer, pelo sucesso e pelo fracasso. A vida vivida com alma não deixa de ter momentos sombrios e períodos de tola despreocupação.”

Os afetos, sentimentos e emoções – tanto os sombrios quanto aqueles que estão na luz – são o que qualificam a nossa relação com as coisas e pessoas. Se não houvesse relação esses afetos não existiriam, pois eles são justamente o que caracterizam as relações. Então a relação é necessária para o cultivo da alma. Jung (in HILLMAN, 1984, p.33) enfatiza a importância do relacionamento humano para fazer alma, afirmando que:

“a alma (do homem) só pode viver de e para os relacionamentos humanos; ... a realização consciente da unidade interna agarra-se desesperadamente aos relacionamentos humanos como a uma condição indispensável, pois sem o reconhecimento e a aceitação consciente de nossa relação com aqueles que nos cercam não se dá a síntese de personalidade (HILLMAN, 1984, p.33)”.



Hillman (1984, p.34) ainda acrescenta que “em isolamento cessa o desenvolvimento psicológico; [que] parece incapaz de prescindir do contexto de outras almas”. Portanto, a relação que se estabelece com o analista tem um papel preponderante neste processo.

A relação entre analista e paciente gera uma transferência e contratransferência. Segundo Edinger (2004), o termo transferência é usado para descrever o envolvimento emocional entre paciente e médico em uma relação psicoterápica. Este envolvimento dinâmico e intenso que ocorre possui uma natureza transformadora.

“[a transferência] refere-se a uma ligação intensa, positiva e libidinal do paciente com o terapeuta em uma relação psicoterápica, onde o paciente se confronta com seus conflitos mais intensos. Se for tratada de maneira apropriada, essa relação oferece uma oportunidade única de transformação psíquica (EDINGER, 2004, p. 124)”.

Por isso, a relação analítica funciona como uma facilitadora, como aquela que desperta para o cultivo da alma. A transferência que acontece nesse processo, a relação do analista com a psique do paciente, estimula a relação deste com a própria psique e com a vida em si, conforme Edinger (2004, p. 128) descreve a seguir:

“O significado real da transferência revela-se ao comparar o estado de consciência prévio do paciente com a nova consciência-transferência [...]. O estado pré-transferência será, provavelmente, um estado de espírito estéril, falido ou paralisado, que deixa o indivíduo, de alguma forma, isolado dos outros e de experiências de vida significativas. A transferência muda isso. O paciente fica profundamente envolvido com pelo menos um outro ser humano. A capacidade de conferir valor e interesse a objetos ou pessoas foi despertada. Algo completamente novo e fascinante entrou na consciência, de forma que o paciente encontra-se envolvido com a vida de novo. Em uma palavra, ele entrou em contato com a própria libido”.

As noções que Edinger (2004) desenvolve acerca da transferência, enfatizam o papel da relação analítica como propulsora do cultivo da alma, e podem ser relacionadas à ideia de que, a alma, antes adormecida – estéril, falida, paralisada e privada de experiências significativas – pode ser despertada por esta relação. É como se a relação analítica colocasse a alma novamente em contato com Eros, devolvendo-lhe a libido.

“[...] O que antes estava morto ou ainda por nascer ganha vida. O que era apenas potencialidade torna-se realidade psíquica. É isso que eu considero como o elemento essencial da transferência: uma situação de envolvimento dinâmico que vitaliza a personalidade consciente e traz consigo a capacidade de viver a vida mais intensamente. Em resumo, é o nascimento ou uma ressurreição da libido – o bem mais precioso da humanidade (EDINGER, 2004, p. 133)”.

Sobre isso, Hillman (1993, p.135) acrescenta que o médico psiquiatra seria o “animador ou inspirador da psique: [ele] traz de volta o calor e o humor por estimulação e excitação”. A animação, reanimação, inspiração e vivificação pode ocorrer através de um “envolvimento emocional com o paciente no processo terapêutico. Aqui, o médico recorre a seu próprio espírito e alma (anima) a fim de trazer calor e vida ao paciente”.

Em “O mito da análise”, Hillman (1984), atenta que o opus de fazer alma é a razão de ser do analista. A alma não é mera natureza e por isso não pode ser criada “exceto através da inter-relação subjetiva” dos processos psíquicos. “Nossa intervenção, por confusa e intencional que seja, parece necessária aos seus movimentos”.

E, diante disso, enfatiza-se a importância do analista ter cultivado a própria alma antes de se dedicar ao trabalho de fazer análise. Segundo Hillman (1984) o opus do analista é a própria psique, que é objetivada pela outra pessoa, a qual põe limites ao seu trabalho e lhe oferece respostas diante de suas ações.

“[...] a relação médico-paciente é uma relação pessoal, dentro do quadro impessoal de um tratamento médico. Nenhum artifício evitará que o tratamento seja o produto de uma interação entre o paciente e o médico, como seres inteiros... Esta é a razão por que muitas vezes a personalidade do médico (como também a do paciente) é infinitamente mais importante para um tratamento psíquico do que aquilo que o médico diz ou pensa... O encontro de duas personalidades é como a mistura de duas substâncias químicas diferentes: no caso de se dar uma reação, ambas se transformam (JUNG, 2011, §163, VOL. XVII/I, OC)”.

Segundo Edinger (2004, p.86), o que Jung pretende descrever no parágrafo anterior é que na relação analítica se forma “um campo dinâmico de influência psíquica compartilhado pelo médico e pelo paciente, para o qual os dois contribuem e pelo qual ambos são afetados”.

Então, o instrumento de trabalho do analista é sua própria alma. Por isso, é imprescindível que o analista cuide dela. Na terapia ocorre uma inter-relação de

almas, e o analista só pode avançar com o outro até onde ele mesmo já tenha avançado.

“Na relação médico-paciente existem fatores irracionais que produzem transformações mútuas. Ao final, será decisiva a personalidade mais estável e mais forte. [...] o médico também ‘está em análise’, tanto quanto o paciente. Ele é parte integrante do processo psíquico do tratamento, tanto quanto este último, razão por que também está exposto às influências transformadoras. Na medida em que o médico se fecha a essa influência, ele também perde sua influência pelo paciente. E, na medida em que essa influência é apenas inconsciente, abre-se uma lacuna em seu campo de consciência, que o impedirá de ver o paciente corretamente. Em ambos os casos, o tratamento está comprometido (JUNG, 2011, §164 e §167, VOL. XVII/I, OC).

A alma do analista precisa estar desperta, trabalhada, cultivada, para que possa possibilitar e suportar que o analisando passe por esse processo também, ou melhor, para possibilitar que o analisando cultive a dele.

Em outra passagem, Jung (2011, vol. XVII/I, Obras Completas, §167) afirma que “você tem que ser a pessoa com a qual você quer influir sobre seu paciente”. Edinger (2004, p.98) complementa que “uma análise psicológica profunda envolve um processo inevitável em que o paciente assimila partes da personalidade do terapeuta”. Essas frases se relacionam ao que Hillman (2013) diz sobre quereremos “almas trabalhadas”. Se o anseio e a demanda do cliente é justamente desenvolver uma atitude que priorize esse cultivar da alma, então o analista deve ter uma alma que foi e é constantemente cultivada para que possa intervir nesse caso.

“Embora uma pessoa possa ser ‘natural’ e ‘talentosa’, podemos entretanto sentir sua alma como crua, ingênua, simples como se ainda houvesse um bom tanto de trabalho a ser feito, abrindo seu espaço, solidificando seu corpo e sofisticando sua sensibilidade. Queremos não apenas ‘almas velhas’, ‘boas almas’ e ‘grandes almas’, mas almas *trabalhadas*, em cujo contato ganhamos um sentido do que realmente importa (HILLMAN, 2013, p.199).”

Sob este ponto de vista, Hillman (1993, p.20) afirma que a psicoterapia deveria deixar de ser concebida como uma ciência para ser imaginada como uma atividade estética. Nesse caso, a formação do analista deveria possibilitar uma sofisticação da sua percepção: os sentidos – tato, olfato, visão e audição - devem

ser provocados e educados “para sentir verdadeiramente, fazer os movimentos certos, os atos reflexivos certos, a habilidade correta”. Dessa forma, as perguntas serão endereçadas a “*o que são as coisas, e onde, quem e de qual modo preciso elas são como são, em vez de por que, como surgiram e para quê*”. Com este tipo de formação, a alma do analista deixaria de ser crua, pois passaria por todo um trabalho.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nos capítulos anteriores, foi possível perceber que o sentimento de perda da alma existe desde os primórdios da humanidade e por isso não deve ser associado somente ao estilo de vida moderno. É um fenômeno arquetípico, atemporal, que já foi descrito e ilustrado em mitos e contos de fadas. O que leva o ser humano a ter esse sentimento parece ser uma vida superficial, que, neste caso, significa uma vida onde não há um aprofundamento, onde se permanece apenas na superfície, onde os eventos não ganham um sentido, um significado. E se não há sentido, a alma não é tocada, ficando assim, adormecida. Dentro desse contexto, chama a atenção a necessidade que se tem de aprender a aprofundar-se em cada evento que é vivenciado, de fazer essa reflexão: Refletir a imagem contida nele. Isto é, aprender a cultivar a alma.

O cultivo da alma funciona justamente com o aprofundamento das imagens contidas em cada evento. É um olhar e um trabalho com essas imagens: um movimento vertical para dentro, uma interiorização, para além da superfície, para além do que é literal em cada evento.

Fazer esse movimento nem sempre acontece de uma forma natural no desenvolvimento humano. Muitas vezes o ser humano fica prisioneiro, refém desse funcionamento e são necessários momentos de dor e sofrimento para que a alma desperte e perceba a necessidade de uma mudança.

O caminho para essa transformação, ou a imprescindibilidade de uma transformação, é o que leva muitas pessoas a procurar um analista. A análise, como promotora do cultivo da alma, irá auxiliar o indivíduo a desenvolver esta atitude mais reflexiva acerca das imagens contidas em suas vivências, sonhos, fantasias, sintomas.

O analista tem um papel fundamental na arte de fazer alma. Ele funciona qual um guia, um xamã, que irá em busca da alma perdida. E isso só é possível pelo fato do próprio analista já ter tido um contato mais íntimo com seu próprio inconsciente, por ter explorado esse mundo, mais do que o analisando. A vivência do analista com seu mundo interior, o êxito ao lidar com os desafios e sofrimentos provenientes dessa experiência é o que permite que ele avance com o analisando

neste mundo, dando-lhe o suporte necessário. A relação que se estabelece entre analista-paciente é transformadora nesse processo.

O trabalho que deve ser feito com as imagens produzidas pela psique é outro ponto de fundamental importância neste trabalho. A idéia de uma terapia como uma oficina, que não intenciona o ajustamento da alma aos padrões desejados pela sociedade, mas sim, que almeja trabalhá-la, da mesma maneira que o artista faz com sua arte.

Por fim, é interessante notar que a alma não é dada, ela não vem pronta. Ela necessita do mundo, da vida e do que ela proporciona para ser preenchida, para desabrochar. Quanto mais nos aprofundamos e refletimos sobre as coisas, menos deixamos de agir de uma maneira inconsciente. Assim, nos tornamos mais psicológicos, almados. E o fato da alma não ser dada e o mundo ser o lugar de fazê-la, no decorrer da vida, é o que justamente dá sentido à existência do ser humano. A vida é necessária para fazer alma.

## REFERÊNCIAS

ARNALDO ANTUNES. **Um som**. Produtor: Chico Neves. São Paulo: BMG, 1998. CD.

BARCELLOS, G. **Psique e imagem**: estudos de psicologia arquetípica. Petrópolis: Vozes, 2012.

CASORETTI, A.M. **A origem da alma**: do Orfismo a Platão. 2010. 76 f. Trabalho de conclusão de curso (Filosofia) – Universidade Presbiteriana Mackenzie, São Paulo, 2010. Disponível em [http://revistapandorabrasil.com/revista\\_pandora/anna\\_maria\\_casoretti.pdf](http://revistapandorabrasil.com/revista_pandora/anna_maria_casoretti.pdf)

Acesso em: 01 jul. 2014.

EDINGER, E.F. **Ciência da alma**: uma perspectiva junguiana. São Paulo: Paulus, 2004.

ELLENBERGER, H.F. **El descubrimiento del inconsciente**. Madri: Editorial Gredos, 1976.

FIERZ, H.K. **Psiquiatria junguiana**. São Paulo: Paulus, 1997.

HILLMAN, L. **A força do caráter**. Rio de Janeiro: Editora Objetiva, 2001.

HILLMAN, J. **Cidade & Alma**. São Paulo: Studio Nobel, 1993.

HILLMAN, J. **Encarando os deuses**. São Paulo: Cultrix, 1992.

HILLMAN, J. **Entre Vistas**: conversas com Laura Pozzo sobre psicoterapia, biografia, amor, alma, sonhos, trabalho, imaginação e o estado da cultura. São Paulo: Summus editorial, 1989.

HILLMAN, J. **O livro do Puer**: ensaios sobre o Arquétipo do Puer Aeternus. 2ª. Ed. São Paulo: Paulus, 2008.

HILLMAN, J. **O mito da análise**: três ensaios de psicologia arquetípica. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1984.

HILLMAN, J. **O pensamento do coração e a alma do mundo**. Campinas: Verus, 2010.

HILLMAN, James. **Os Sonhos e o Mundo das Trevas**. Petrópolis: Vozes, 2013.

HILLMAN, J. **Psicologia Arquetípica**: Um breve relato. 9ª. ed. São Paulo: Editora Cultrix, 1992.

HILLMAN, J. **Re-vedo a psicologia**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2010.

HILLMAN, J. **Uma busca interior em Psicologia e Religião**. 2ª Ed. São Paulo: Edições Paulinas, 1984.

HILLMAN, J.; VENTURA, M. **Cem anos de psicoterapia...** e o mundo está cada vez pior. São Paulo: Summus, 1995.

JUNG, C.G. **A natureza da psique**. 7ª Ed. Petrópolis: Vozes, 2007. (Obras Completas de C.G. Jung; Vol VIII/II).

JUNG, C.G. **A prática da psicoterapia**. 14ª Ed. Petrópolis: Vozes, 2011. (Obras Completas de C.G. Jung; Vol XVI/I)

JUNG, C.G. **Ab-reação, análise dos sonhos, transferência**. Petrópolis: Vozes, 1987. (Obras Completas de C.G. Jung; Vol XVI/II).

JUNG, C.G. **Analytical Psychology**: Notes of the seminar given in 1925. Princeton: University Princeton Press, 1991.



JUNG, C.G. **O Livro Vermelho**: edição sem ilustrações. 3ª Ed. Petrópolis: Vozes, 2013.

JUNG, C.G. **Os arquétipos e o inconsciente coletivo**. 6ª. ed. Petrópolis: Vozes, 2008. (Obras Completas de C.G. Jung; vol IX/I).

JUNG, C.G, **Tipos psicológicos**. 3ª ed. Petrópolis: Vozes, 2009. (Obras Completa de C.G. Jung; Vol VI).

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

KREINHEDER, A. **Conversando com a doença**: um diálogo de corpo e alma. São Paulo: Summus, 1993

MOORE, T. **Cuide de sua alma**. 2ª. Ed. São Paulo: Editora Siciliano, 1994.

STEIN, M. **Jung**: O mapa da alma: uma introdução. 5ª. ed. São Paulo: Cultrix, 2006.

STEIN, M. **No Meio da Vida**. São Paulo: Paulus, 2007.