

Instituto de Terapia Integrada e Oriental

Curso Técnico de Massagem

**AS BÚSSOLAS DO TAO E DE JUNG:
CAMINHOS PARA SE ALCANÇAR O TODO**

São Paulo

2009

Karen Messas Cicuto

**AS BÚSSOLAS DO TAO E DE JUNG:
CAMINHOS PARA SE ALCANÇAR O TODO**

Trabalho de Conclusão de Curso do
Curso Técnico de Massagem do Instituto
de Terapia Integrada e Oriental

Orientadores: Leonice F.S.
Kurebayashi e Luisa de Oliveira

São Paulo

2009

Karen Messas Cicuto

**AS BÚSSOLAS DO TAO E DE JUNG:
CAMINHOS PARA SE ALCANÇAR O TODO**

Aprovado em ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

Profa. Orientadora: Fumie Kurebayashi
Instituto de Terapia Integrada e Oriental

Profa. Examinadora Viviane Castilho
Instituto de Terapia Integrada e Oriental

Profa. Examinadora Ana Lucia Giaponesi
Instituto de Terapia Integrada e Oriental

Dedicatória

Dedico este trabalho ao meu namorado e futuro esposo Francisco Miguel, por me ensinar que um “sonho que se sonha junto é realidade”, e por sempre confiar e acreditar em mim, quando nem eu mesma o fazia.

Às minhas bússolas pessoais, meu pais, Marilís e Airton, que sempre me indicaram o norte e me deram o apoio para chegar lá em segurança. Sem eles eu nada seria.

Ao meu querido irmão Erick, por sempre me fazer enxergar novas possibilidades e por sempre acreditar em mim, encorajando - me à superação.

E a tantos grandes amigos, que sempre tiveram fé em mim.

Amo muito todos vocês!

Agradecimentos

À Prof^a. Fumie Kurebayashi por aceitar orientar meu trabalho com tanto carinho e por compartilhar comigo o sonho de uma nova realidade.

À Prof^a. Luisa de Oliveira por aceitar me ajudar e co-orientar meu trabalho com tanto carinho.

Ao Prof. Ray Takiguchi pela paciência, incentivo e ricas sugestões.

Às minhas grandes amigas Luciana e Silvia, sem cujo apoio nada disso seria possível.

À minha segunda família, Isabel, Norberto e Valen, que me apoiaram desde o começo.

Às minhas queridas amigas e mestras, Gentila e Íris, pelas broncas e incentivos nos momentos certos e pelo carinho que tem por mim.

Às mestras do Templo Zu Lai, que com tanto amor sempre me ensinaram que o caminho a seguir é o caminho do meio.

Aos professores e colegas que me ensinaram tanto sobre a MTC e sobre a vida.

A tantos amigos que de forma direta ou indireta estiveram envolvidos nesse trabalho.

E, principalmente aos meus familiares e meu namorado, que acreditaram em mim e estiveram ao meu lado desde o início.

Namastê, Omito Fo e que Deus os abençoe!

Epígrafe

*“Imagine all the people
Living life in peace
You may say I'm a dreamer
But I'm not the only one
I hope someday you'll join us
And the world will live as one”.*
John Lennon - Imagine

Resumo

Os objetivos deste estudo de revisão bibliográfica são: estabelecer elos de congruência entre os principais conceitos da Psicologia Analítica de Jung e os antigos preceitos chineses advindos do Taoísmo e contribuir para a divulgação de estudos que privilegiem o holismo na saúde e o diálogo entre as diversas áreas do conhecimento. Para tanto, o método utilizado foi uma revisão literária, que teve por base o levantamento bibliográfico de conceitos fundamentais da Teoria Junguiana e do Taoísmo, com base em livros, artigos científicos, dissertações e teses. Foram encontradas semelhanças entre conceitos das duas teorias, como as polaridades yin e yang para o taoísmo e as polaridades no sistema psíquico para Jung. Além disso, há também semelhanças entre a finalidade de vida do homem para as duas teorias, que é buscar a plenitude. Observou-se que há grande influência da antiga cultura chinesa na teoria da Psicologia Analítica de Jung.

Descritores: Psicologia, Psicanálise, Estudo Comparativo, Terapias Complementares.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	8
2 OBJETIVOS	12
3 METODOLOGIA.....	13
4 REVISÃO DE LITERATURA	14
4.1 Breve histórico do Taoísmo e principais conceitos.....	14
4.2 Sobre Jung e aspectos de sua teoria.....	18
5 ANÁLISE COMPARATIVA ENTRE CONCEITOS DA PSICOLOGIA ANALÍTICA DE JUNG E O TAOÍSMO	29
5.1 Relação entre yin-yang e sombra e persona.....	30
5.2 Relação entre yin-yang e anima e animus	32
5.3 O Processo de Individuação e a Iluminação para o Taoísmo	35
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	39
REFERÊNCIAS.....	42

1 INTRODUÇÃO

Quando vamos viajar a um lugar onde nunca fomos antes, sempre levamos algo para nos localizar. Por mais que estudemos as direções corretamente, sempre há o risco de nos perder. É por isso que sempre devemos levar um mapa ou uma bússola conosco.

A bússola é, antes de mais nada, um objeto simples. É fácil de entendê-la, e de utilizá-la. Sua única, porém imprescindível função, é de nos nortear. É ela quem nos indica a direção correta, para assim traçarmos um caminho e chegarmos ao lugar onde desejamos.

Vivemos em um mundo onde as pessoas estão perdidas e desnorteadas. Em um mundo onde ser é confundido com ter; onde não conhecemos nossos vizinhos; e não nos impressionamos quando vemos pessoas morrendo pela violência na televisão, pois isso já se tornou algo “normal”. Aqui onde vivemos, a arte é luxo, a mulher é lixo e o que importa é o lucro; onde “o próximo” é visto como “o outro”, algo completamente separado e distante de nós. Esse é um mundo onde a união é feita por acordos, o amor é raridade e paz é utopia. Em um mundo perdido como esse, uma bússola se faz necessária. Uma bússola que indique a direção da felicidade, da paz, e da plenitude.

Não existe apenas uma bússola que indique essas direções. Felizmente, existem muitas bússolas, que nos ajudam a traçar muitos caminhos. Falaremos nesse trabalho de dois desses caminhos, de duas bússolas diferentes que indicam o mesmo “norte”. Chamemos esse norte de plenitude, chamemos de paz, chamemos de Deus, chamemos de Tao.

Este trabalho fala das interfaces entre o Taoísmo, a Medicina Tradicional Chinesa e a Psicologia Analítica de Jung. Pode-se perguntar: Por que estabelecer congruências entre teorias originárias de culturas tão distintas em tempo e espaço, como a ocidental e oriental? Hoje, mais do que nunca, tende-se para a integração e a globalização dos conhecimentos. Segundo Kurebayashi (2007) a Medicina Tradicional Chinesa (MTC) tem se expandido, principalmente pela acupuntura, massagem e pelos exercícios corporais em culturas ocidentais e em muitos países

orientais. A Organização Mundial de Saúde (OMS) teve um importante papel para a expansão e divulgação da cultura e medicina popular da China realizando encontros entre os países membros, publicando e divulgando importantes documentos (WHO, 2002).

Desta forma, a partir dos anos 70 houve uma grande propagação da cultura chinesa, principalmente das práticas corporais como Tai Chi Chuan, Qi Gong e Liang Gong, que tem o Taoísmo como sua base.

Chega ao ocidente, portanto, uma nova forma de enxergar o homem. Um novo paradigma se apresenta para o campo da saúde a partir de uma visão holística do cuidar. O homem é visto em todas as suas dimensões física, psicológica, mental e espiritual, diferentemente da medicina alopática, que desenvolveu um olhar biologicista sobre a doença em detrimento de um olhar totalizante do ser humano.

Durante muito tempo no Ocidente, corpo e mente foram vistos como coisas completamente separadas. Reis (2002) afirma que a separação corpo/alma, levou a ciência a investigar o corpo como uma máquina e o seu comportamento era visto como determinado por suas partes mecânicas. Já a partir do séc. XIX, começa a reverter-se a idéia de que o corpo é a soma de suas partes e a admitir-se que as partes são governadas pela totalidade. Hoje, a Medicina já enxerga que as doenças dependem de uma relação entre a psique e o corpo.

Embora os caminhos percorridos pelas medicinas oriental e ocidental sejam bem distintos, na Grécia, em suas origens, a medicina ocidental sustentava uma visão congruente à da medicina oriental. É possível estabelecer um paralelo entre a MTC com as origens da Medicina Ocidental (MO) de tradição hipocrática, que representou um ponto alto na filosofia médica ocidental. Na antiga tradição grega, há 2500 anos, Hipócrates enfatizou a inter-relação fundamental entre corpo, mente e meio-ambiente ao reconhecer as forças curativas inerentes aos organismos vivos e considerar o papel do médico como aquele que auxilia essas forças naturais, criando condições mais favoráveis ao processo de cura. Esse é o significado original de “terapia”, que se origina do grego *therapeía* (dar assistência, cuidar de) (CAPRA, 2006).

E ainda, Heráclito, filósofo pré-socrático, propunha idéias semelhantes às idéias chinesas, a partir de uma visão relacional e dinâmica. Heráclito era “taoísta” na essência de sua doutrina, sendo superado, entretanto pelo Atomismo, que estava mais de acordo com os pressupostos da cultura e da civilização ocidentais (CARNEIRO e SOARES, 2004).

A idéia chinesa do corpo como um sistema indivisível de componentes inter-relacionados está muito mais próxima da moderna abordagem sistêmica, do que do modelo cartesiano sobre o qual a Medicina Ocidental se apóia. Desde Galileu, Descartes e Newton, a cultura ocidental tem estado obcecada com o conhecimento racional, a objetividade e a quantificação, sendo relegados a um segundo plano, a intuição e o conhecimento subjetivo (CAPRA, 2006).

Com a chegada do modelo chinês de medicina, o homem é novamente visto como um todo, de partes indivisíveis e inter-relacionadas. No entanto, há outros estudiosos ocidentais que tem a mesma visão que a MTC e o Taoísmo do homem como um todo. Um deles é Carl Gustav Jung, para quem as polaridades são opostos inseparáveis e não dicotômicos. Nota-se uma grande similaridade com os antigos preceitos fundamentais da MTC e do Taoísmo sobre os conceitos de Yin e Yang (TEIXEIRA, 2005).

Jung foi um grande estudioso de diversas áreas, incluindo filosofia, alquimia e teologia. Estudou a cultura chinesa e escreveu posteriormente o prefácio para o *I Ching* e comentários do *O segredo da flor de ouro: um livro de vida Chinês*, de autoria de R. Wilhelm. Jung concebe o homem e sua psique como um todo dinâmico, no qual o inconsciente não é apenas um depósito de conteúdos pessoais reprimidos, mas contém, também, conteúdos de ordem coletiva. Ele concebia a psique como um sistema constituído de pares de opostos que podem intercambiar-se. Para ele, o objetivo da vida humana era o alcance do “si-mesmo”, tornar-se um “indivíduo”, tornar-se aquilo que de fato somos. “Assim, o único objetivo da existência humana seria o de “ascender uma luz na escuridão do mero Ser”” (JUNG *apud* Grinberg, 2003, p. 210).

Desta forma, falaremos das interfaces entre alguns conceitos da Psicologia Analítica de Jung, MTC e o Taoísmo, devido à semelhança entre o objetivo

partilhado por essas teorias de se alcançar um estado de plenitude e totalidade. Para tanto, serão estudados previamente alguns conceitos fundamentais da Psicologia Analítica e Taoísmo. Estudaremos primeiramente essas duas “bússolas” e os caminhos apontados, para assim, chegarmos ao mesmo “norte”.

2 OBJETIVOS

Os objetivos deste estudo de revisão bibliográfica são:

- Estabelecer elos de congruência entre os principais conceitos da Psicologia Analítica de Jung e os antigos preceitos chineses advindos do Taoísmo.
- Contribuir para a divulgação de estudos que privilegiem o holismo na saúde e o diálogo entre as diversas áreas do conhecimento.

3 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão literária, um estudo de reflexão, que teve por base o levantamento bibliográfico de conceitos fundamentais da Teoria Junguiana e do Taoísmo, com base em livros, artigos científicos, dissertações e teses.

4 REVISÃO DE LITERATURA

Encontrar conexões entre os preceitos do Taoísmo e os fundamentos filosóficos e conceituais da Psicologia Junguiana não se constitui uma tarefa simples, uma vez que surgiram em diferentes contextos históricos, culturais e sociais. Julgamos, porém, pertinente e necessário o estudo, já que há no panorama atual, uma premência quanto aos desafios que o paradigma holístico trouxe para todos os campos do saber humano e da saúde. Ressalte-se, entretanto, que não se pretende esgotar a reflexão, mas sim, dar início às discussões acerca do assunto no sentido de estimular futuras pesquisas.

Para estabelecer elos de congruência entre a antiga filosofia taoísta e a psicologia analítica de Jung, é preciso, inicialmente, compreender o que seria o Taoísmo e quais os principais aspectos da psicologia de Jung que passaremos a estudar.

4.1 Breve histórico do Taoísmo e principais conceitos

O Taoísmo teve uma forte influência sobre a cultura chinesa e em especial, sobre a Medicina Tradicional Chinesa e é um dos pilares do pensamento chinês, juntamente com o Confucionismo e o Budismo. O Taoísmo surgiu no período dos Estados Combatentes, período final da dinastia Zhou (480 a 221 a.C.) e não eliminou o Confucionismo e nem as tradições religiosas já existentes. Corresponde ao período de dissolução do feudalismo com a consolidação do Império na China. O primeiro monarca, Qin, abriu caminho para o desenvolvimento da cultura chinesa. Foi uma época fértil de desenvolvimento cultural e político, levando também ao desenvolvimento da medicina, que se utilizava de duas teorias principais, o Yin e Yang e a doutrina dos Cinco Movimentos (BIRSCH & FELT, 2002).

Segundo Miorim (2006), tentar falar sobre a filosofia taoísta pode ser considerado como algo contraditório. Por princípio, não se define o taoísmo, e nem se busca demonstrar o *Tao*. Já no primeiro poema de Lao Tsé, encontramos:

*Uma via que pode ser traçada não é a Via eterna, o Tao.
Um nome que pode ser pronunciado não é o Nome eterno.
Sem nome, está na origem do Céu e da terra.
Com nome, é a Mãe dos dez mil seres.
Assim, um Não-desejo eterno exprime sua essência,
E por meio de um Desejo eterno, manifesta o limite.
Ambos os estados coexistem inseparáveis e diferem apenas no nome.
Pensados juntos, mistério!
Mistério dos mistérios, é o Portal de todas as essências.
(LAO TSÉ, 2001, p.1)*

O Taoísmo é uma tradição ancestral, na qual os aspectos culturais, espirituais, religiosos, filosóficos e científicos não estão separados. Por isso, o Taoísmo abrange uma vasta gama de elementos: um amplo ensinamento filosófico, práticas místicas, complexa teologia e inúmeros pensadores. Os maiores pensadores taoístas são conhecidos como os Três Mestres, sendo eles: Lao Tsé, autor do *Tao Te Ching*, Chuag Tsé e Lie Tsé. (CHERNG, 2000).

O Taoísmo, diferentemente do Confucionismo não propunha alterações na esfera política ou econômica, porém na visão que o homem tem de si próprio e da sua relação com a natureza. O Tao seria um estado de vazio, de supressão do pensar e sentir humanos, em busca de um estado de entrega e de encontro com o Todo; a partir da prática meditativa, uma busca de harmonização do homem com a natureza e com sua própria natureza divina. Lao Tsé enfatizava a não-ação passiva, para a busca do Tao, que pode ser atingido a partir de técnicas de respiração profunda e meditação. Seus preceitos acabaram por influir na forma e essência do livro *Nei Jing*¹, o conceito de Qi e as técnicas de medicina e saúde. (BIRSCH & FELT, 2002).

O Taoísmo é a filosofia das relações e da arte de viver; trata da plenitude da Natureza e do lugar que nela o homem ocupa. É a filosofia do ritmo da vida e da simplicidade da mente e do espírito, bem como da ausência de atividade premeditada – conforme expressa na doutrina do *wu-wei* e da presença da espontaneidade, do equilíbrio e da harmonia (COOPER, 1999, p. X).

¹ *The Yellow Emperor's Classic of Internal Medicine-Simple Question*. (Huang Ti Nei Jing Su Wen). People's Health Publishing House, Beijing, primeira publicação a.C. 100.

Os principais conceitos do Taoísmo que vamos estudar serão os conceitos de todo e de polaridades. Para o taoísta, o Tao é o todo. Ele está além da mente racional. É o Não-Manifesto, é algo que sempre existiu por toda a eternidade (COOPER, 1999). Não temos um termo ideal para traduzir o Tao. Em chinês ele é representado por dois sinais: “cabeça” e “caminhar”, podendo ser entendido como “caminho consciente”. Wilhelm o traduz como “sentido” (JUNG & WILHELM, 1996).

O termo Tao pode ser também traduzido por caminho, trilha ou estrada. Ele é um caminho que veio de um passado, que não teve início e se estenderá para um futuro infinito. Ele abrange todas as coisas, desde as menores, quantos as maiores, desde as mais nobres, às mais desprezíveis. Ele é tão grande que apreende todas as coisas e tão pequeno que pode caber dentro de um grão de poeira. O Tao está em todas as coisas que podemos imaginar, nomear, sentir, olhar, tudo o que possui uma forma ou uma imagem. O Tao está em tudo. Tanto as coisas concretas como as abstratas são suas manifestações (CHERNG, 1999).

*Antes do Céu e da terra,
Já havia um ser indeterminado em sua Perfeição.
Silencioso! Imaterial!
Permanece só, imutável, onipresente e imperecível.
Pode ser considerado a Mãe dos dez mil seres.
Não conhecendo seu nome, designo-o pela palavra Tao.
Esforçando-me para dar-lhe nome, chamo-o Grande.
Sendo Grande, escapa.
Escapando, afasta-se.
Afastando-se, retorna.
O Tao é grande, o Céu é grande, a terra é grande,
E o rei também é grande.
Essas são as quatro Grandezas do Universo, e o rei é uma delas.*

*O homem segue a lei da terra.
A terra segue a lei do Céu.
O Céu segue a lei do Tao.
O Tao segue a si mesmo.(LAO TSÉ, 2001, p.25)*

O Tao é absoluto; assim é a Verdade. Se é algo que está em toda parte, se pode abranger tanto o manifestado quanto o não manifestado, o Tao poderia ser compreendido como a consciência que está em todas as partículas, em todas as coisas. Quem encontra o Tao descobre a ligação de todas as coisas e, assim, pode ter a visão verdadeira e real da totalidade. Consegue enxergar a realidade simplesmente como ela é. Por isso o Tao é a verdade (CHERNG, 2000, p. 21).

Se o Tao é o todo, o Yin e o Yang são dois aspectos desse todo. O conceito de Yin-Yang é muito simples, ainda que muito profundo. Sua referência mais antiga é de 700 a.C. no *Livro das Mutações* (MACIOCIA, 2007). Eles são manifestações de uma única força, mas em polaridades diferentes. “Tudo o que se relaciona com o conceito de Yin-Yang implica o que é inseparável, incapaz de se manter, exceto quando em relação” (COOPER, 1999, p.2).

O Yin e o Yang são opostos e complementares, o primeiro é o frio, o segundo é o calor, assim como, feminino e masculino, pequeno e grande, lua e sol, sombra e luz. As oposições são incontáveis já que o princípio de Yin-Yang está presente em todas as manifestações existentes (COOPER, 1999).

A relação de interdependência de Yin e Yang significa que cada um deles existe sob a dependência da presença do outro, sendo que nenhum deles pode existir isoladamente. Não teríamos dia se não houvesse noite; não teríamos frio se não houvesse calor. Portanto, podemos concluir que Yin e Yang estão ao mesmo tempo em oposição e em interdependência (WEN, 2009, p. 19).

Há mais dois aspectos da relação Yin-Yang além da oposição e da interdependência, que são: o consumo mútuo e a intertransformação de Yin e Yang.

Yin e Yang estão em constante equilíbrio dinâmico, por meio de um ajuste contínuo. Quando um deles está em desequilíbrio, logo o outro é afetado, modificando também sua proporção. Desta forma alcançam um novo equilíbrio. Esses desequilíbrios podem ser das seguintes formas: preponderância do Yin, preponderância do Yang, debilidade do Yin e debilidade do Yang (MACIOCIA, 2007).

Yin e Yang também têm uma relação de intertransformação. Como eles não são estáticos, em determinados estágios de desenvolvimento de alguma coisa, tal mudança acontece. O Yin pode transformar-se em Yang e vice-versa. “O verão transforma-se em inverno, o dia, em noite, a vida, em morte, a felicidade, em tristeza, o calor em frio, e vice-versa” (MACIOCIA, 2007, p.7).

Como já explicitado, o conceito de Yin corresponde à matéria, à forma, ao corpo físico e sua materialidade. Ao Yang corresponde a energia, a não matéria, a Mente e espírito. Portanto, a vida do homem só se torna possível, quando as duas partes que o compõe estão igualmente presentes e são de igual modo, respeitadas, coordenadas e equilibradas como um todo.

Justifica-se, portanto, porque o oriental sempre buscou o equilíbrio mental, emocional e físico a partir de práticas físicas, cuja abrangência atinge não somente as estruturas músculoesqueléticas e o campo físico. A Medicina Tradicional Chinesa não separa o corpo, da mente e do espírito. A esse respeito, segundo Miorim (2006), já existem propostas da psicologia analítica de uma abordagem psicossomática, que ampliam as concepções do corpo já presentes na obra de Jung. Antes mesmo de estabelecer elos comparativos entre a MTC, o Taoísmo e Jung, passaremos a estudar conceitos fundamentais da teoria de Jung, contextualizando-o historicamente.

4.2 SOBRE JUNG E ASPECTOS DE SUA TEORIA

4.2.1 Breve Biografia de Jung

Karl Gustav II Jung nasceu no dia 26 de julho de 1875. Recebeu seu nome em homenagem a seu avô paterno, Carl Gustav I Jung. Seu nome inicialmente era escrito com K, mas quando era estudante na universidade mudou para a forma familiar original, tornando-se Carl Gustav II Jung. Carl, conhecido em sua infância como o “Carl do pastor”, já que seu pai, Paul, era pastor da paróquia de Kesswill, foi o quarto bebê de Paul Achilles Jung e Emilie Preiswerk. Foi, porém, o primeiro filho sobrevivente do casal, tendo uma irmã posteriormente.

Carl fez faculdade de Medicina na Universidade de Zurique e trabalhou com o renomado Dr. Eugen Bleuler no Hospital Mental Burghölzli. Casou-se com Emma Rauschenbach e além de escrever diversos artigos, também atendia pacientes em sua hoje famosa casa, em Küsnacht.

Todas essas informações são importantes para entendermos a Psicologia de Jung. Foi, no entanto, sua amizade com Freud e posteriormente, o rompimento dessa amizade, que foram decisivos para sua psicologia.

Jung, que já era estudioso da teoria de Freud, enviou-lhe os seus *Diagnostischen Assoziationstudien* (Estudo sobre Associação de Palavras) em abril de 1906. Foi aí que começou uma amizade de sete anos, que terminou quando Jung discordara da teoria de Freud sobre a sexualidade.

Jung entrou em contato com religiões desde o início de sua vida, já que seu pai era pastor e morou toda sua infância em paróquias. Já mais velho, em sua adolescência, teve seu primeiro contato com práticas místicas, participando de seções espíritas com a família Preiswerk. No entanto, foi estudando o inconsciente coletivo que ele começou seus estudos sobre a religião oriental (BAIR, 2006).

Jung, durante toda sua vida, foi um estudioso ousado, já que buscou conhecimento em lugares que poucas pessoas em sua área de atuação chegaram. Segundo Miorim (2006), Jung foi um pesquisador que explorou os conhecimentos tradicionais e buscou paralelos com as grandes tradições. Estudou sobre a alquimia da Idade Média e também avançou sobre o vasto campo das filosofias, religiões e práticas do oriente.

Jung encontrou muitos paralelos entre suas observações clínicas e as descrições encontradas nos textos, o que solidificou ainda mais a sua teoria sobre os conteúdos do inconsciente e sua visão da psique (MIORIM, 2006, p. 13).

4.2.2 O Consciente, o Ego e o Inconsciente

Podemos observar o conceito de oposição e complementaridade em muitos aspectos da teoria de Jung, como por exemplo, no conceito de sombra e persona, ou ainda nos tipos psicológicos. No entanto, para entendermos esses conceitos e como eles foram pensados, devemos ver a teoria de Jung como um todo.

Não podemos confundir o conceito de ego de Jung com o conceito de ego de Freud, muito menos ainda os conceitos de inconsciente de ambos. Jung (2007, O.C. XVIII/1, par.126, p.57) diz que “Freud vê os processos mentais como fatores estáticos, enquanto eu penso em dinâmica e relacionamento. Para mim tudo é relativo”.

Stein (2006) diz que, embora Jung tivesse o maior interesse em descobrir o que havia por baixo da consciência, nas regiões interiores da psique, ele também assumiu a tarefa de descrever e explicar a consciência humana. Sua vontade era criar um mapa completo da psique, de modo que estudar a consciência fosse

inevitável: a consciência do ego é uma característica primordial do território que ele estava explorando.

Podemos dizer que o ego é o centro da consciência. É ele quem decide quais conteúdos são conscientes e quais são inconscientes. O ego é um “sujeito” a quem os conteúdos psíquicos são apresentados (SANTOS, 2008).

Entendemos por ego aquele fator complexo com o qual todos os conteúdos conscientes se relacionam. É este fator que constitui, por assim dizer, o centro do campo da consciência, e dado que este campo inclui também a personalidade empírica, o ego é o sujeito de todos os atos conscientes da pessoa (STEIN, 2006, p.23).

A ligação com o ego é a condição necessária para tornar qualquer coisa consciente - um sentimento, um pensamento, uma percepção ou uma fantasia. “O grau em que um conteúdo psíquico é tomado e refletido pelo ego é o grau em que se pode afirmar que ele pertence ao domínio da consciência” (STEIN, 2006, p.23).

Nenhuma imagem, emoção, sentimento ou idéia pode ser consciente, a menos que esteja associado ao ego. Não é possível existir consciência sem ego. (GRINBERG, 2003, p.68)

Portanto, o ego é um centro crítico da consciência, tudo o que se torna consciente é “apresentado” a ele. O ego pode “não aceitar” conteúdos dolorosos demais, conteúdos que não lhe agradam ou ainda conteúdos que são incompatíveis com outros conteúdos, mantendo-os no inconsciente.

Stein (2006) afirma, também, que o ego quer e age. Como centro vital da consciência, precede a aquisição da linguagem, a identidade pessoal e até o conhecimento de um nome pessoal. As aquisições subseqüentes, como reconhecimento do próprio rosto e nome, são conteúdos que se aglomeram em torno desse centro de consciência e tem o efeito de definir o ego e ampliar a sua faixa de comando executivo e auto-conhecimento.

Quando usamos as palavras eu ou me, mim, meu, estamos nos referindo ao ego. Ele é que vai captar, avaliar, criticar, raciocinar, organizar, sentir ou intuir o significado das várias situações que a vida traz, de acordo com o padrão de funcionamento da consciência naquele determinado momento (GRINBERG, 2003, p. 69).

O ego é o *locus* da tomada de decisões e do livre-arbítrio. Quando tomamos uma decisão, por exemplo, de cozinhar algo, ou tomar banho, o nosso ego mobiliza energia física e emocional necessária para cumprir essa tarefa. (STEIN, 2006). Portanto, o ego:

É um complexo formado primeiramente por uma percepção geral de nosso corpo e existência e, a seguir, pelos registros de nossa memória [...]. É ele que atrai os conteúdos do inconsciente, daquela região obscura sobre a qual nada se conhece. Ele também chama a si impressões do exterior que se tornam conscientes ao seu contato. Caso não haja esse contato, tais impressões permanecerão inconscientes” (JUNG, 2007, O.C. XVIII/1, par. 18, p. 7).

Mas, se o ego é o centro da consciência, o que é consciência? Jung define as características da consciência e do inconsciente como: consciência é o que conhecemos e inconsciência é tudo aquilo que ignoramos.

Segundo Stein (2006), a consciência é, muito simplesmente, o estado de conhecimento e entendimento de eventos externos e internos. Ela é a percepção dos nossos próprios sentimentos e no seu centro existe um “eu”.

O mundo da consciência caracteriza-se sobremaneira por uma certa estreiteza; ele pode apreender poucos dados simultâneos num dado momento. Enquanto isso tudo o mais é inconsciente [...]. A consciência é como uma superfície ou película cobrindo a vasta área inconsciente, cuja extensão é desconhecida (JUNG, 2007, par. 11, p. 4).

A consciência não é algo estático e imutável, mas algo em desenvolvimento. Ela vai evoluindo e se transformando com o tempo, de acordo com o contexto histórico e cultural na qual ela está inserida. Ela é formada a partir do inconsciente e vai se desenvolvendo progressivamente. Desta forma, não somente o corpo evolui (como músculos e ossos), mas também a consciência, que cresce, se desenvolve, adoece e transforma-se ao longo da vida. Sua função principal, junto com o ego, é de adaptação à vida tanto interior quanto exterior. “Viver tende a se tornar mais fácil à medida que a consciência aumenta e o ego se estrutura” (GRINBERG, 2003, p. 72).

Já o inconsciente é a parte obscura, da qual não temos conhecimento. Segundo Araújo (2003), ao nos voltarmos para a teoria de Jung do inconsciente, deparamo-nos não só com um “tipo” de inconsciente, mas com dois: o inconsciente pessoal e o coletivo. É como se, para Jung, o inconsciente como um

todo fosse dividido em duas camadas, uma mais recente, superficial e pessoal, e outra mais antiga, profunda e coletiva.

O inconsciente pessoal, segundo Jung, seria uma região adjacente ao ego, que além de armazenar as antigas experiências outrora conscientes de um indivíduo (experiências que foram de alguma maneira reprimidas, suprimidas, esquecidas ou ignoradas), também guarda experiências a princípio fracas demais para causarem uma impressão no inconsciente (Jung, 1984).

O inconsciente pessoal contém lembranças perdidas, reprimidas, (propositalmente esquecidas), evocações dolorosas, percepções que, por assim dizer, não ultrapassam o limiar da consciência (subliminais), isto é, percepções dos sentidos que por falta de intensidade não atingiram a consciência e conteúdos que ainda não amadureceram para a consciência. Corresponde à figura da sombra (que veremos mais detalhadamente adiante), que freqüentemente aparece nos sonhos (JUNG, 2007, O.C. VII/1, par. 103, p. 58).

Ainda segundo Araújo (2003), essa camada do inconsciente é, como o próprio nome já diz, superficial, e por isso mantenedora de toda e qualquer experiência pessoal de um dado indivíduo, desde suas recordações infantis mais remotas até lembranças atuais, porém momentaneamente perdidas, reprimidas ou subliminares.

Já o inconsciente coletivo, segundo Stein (2006) é a camada mais profunda da psique humana e seu conteúdo é uma combinação de padrões e forças universalmente predominantes, chamadas “arquétipos” e “instintos”. Na concepção de Jung, nada existe de individual ou único nos seres humanos nesse nível. Todos temos os mesmos “arquétipos” e instintos.

O arquétipo é uma das manifestações da energia psíquica que se torna visível por meio de uma imagem arquetípica ou se evidencia nos comportamentos externos, principalmente os que expressam as experiências mais básicas e universais da humanidade (nascimento e morte, casamento e separação, maternidade, paternidade, criatividade) (GRINBERG, 2003, p. 222).

“Os arquétipos são fundamentos de experiências vividas pelo conjunto da humanidade e que se repetem constantemente” (SANTOS, 2008, p. 43). Eles são parte importante no desenvolvimento da individuação. Os arquétipos aparecem,

metaforicamente, tanto em sonhos de pessoas comuns quanto nos delírios de psicóticos. Ele dá a noção de atemporalidade (SANTOS, 2003).

Stein (2006) diz que os instintos e arquétipos são dons que a natureza concede a cada um de nós. São dados por igual a todos e a cada um, ricos ou pobres, brancos ou negros. Independe da raça, religião ou cultura. Esse tema da universalidade é uma característica básica do entendimento de Jung da psique humana. “Temos os mesmos arquétipos, bem como todos possuímos fígado, olhos, e coração” (JUNG, 2007, O.C. XVIII/1, par. 93, p.42).

Assim, da mesma forma que existem os arquétipos no inconsciente coletivo existem os complexos no inconsciente pessoal. Stein (2006) deu um belo exemplo da estrutura psíquica descrita por Jung quando fez a proposta de imaginarmos a psique como um objeto tridimensional como o sistema solar. O Ego (ou Consciência do ego) é a Terra, é onde vivemos, pelo menos durante as horas vigéis. O espaço ao redor da Terra está cheio de satélites e meteoritos, alguns grandes e outros pequenos. Esse espaço é o que Jung chamou de inconsciente e os objetos com que primeiro nos deparamos, quando nos aventuramos nesse espaço, são o que ele chamou os complexos. O inconsciente é povoado por complexos. Foi isso que Jung explorou no começo de sua carreira, depois lhe dando o nome de inconsciente pessoal.

Desta forma, para Jung, o inconsciente é dividido em dois, o pessoal, que possui conteúdos que foram adquiridos ao longo da vida de uma pessoa, e o coletivo, que é universal e possui os arquétipos e os instintos. Este é bem mais profundo que o primeiro, não contendo nada de pessoal. No centro da consciência (que é tudo o que conhecemos), há o ego, que tem também suas raízes no inconsciente. É ele quem define os conteúdos que são conscientes ou não, já que para qualquer conteúdo se tornar consciente ele deve ser apresentado ao ego.

4.2.3 Sombra e Persona

Sombra e Persona são dois aspectos da psique que se desenvolvem simultaneamente durante nossa vida. Elas são opostas e complementares e

existem em toda a psique humana. Ao contrário do que normalmente pensamos, uma não é boa e a outra ruim. Elas são simplesmente opostas.

O termo *persona* foi trazido do grego e representava a máscara que era usada pelos atores para interpretar um papel. A *persona* é formada a partir de condições, expectativas e demandas da sociedade e pelas aspirações do indivíduo (STEIN, 2006).

A persona diz respeito principalmente ao que é esperado socialmente de uma pessoa e à maneira como ela acredita que deva parecer ser. Trata-se de um compromisso entre o indivíduo e a sociedade (GRINBERG, 2003, p. 142).

A *persona* é o que uma pessoa se mostra ser, mas não o que ela realmente é. É o resultado de um processo de aculturação, educação e adaptação aos nossos meios sociais (STEIN, 2006). Desta forma, o desenvolvimento da *persona* se dá junto com o desenvolvimento do ego. É o ego quem escolhe que conteúdos vão para a consciência (*persona*) e quais vão para o inconsciente. Escolhendo, assim, conteúdos que lhe agradam (conteúdos não dolorosos) para irem para a consciência, formando a *persona*, e conteúdos desagradáveis para ficarem na sombra (inconsciente pessoal).

A persona é um complicado sistema de relação entre a consciência individual e a sociedade; é uma espécie de máscara destinada, por um lado, a produzir um determinado efeito sobre os outros e por outro lado a ocultar a verdadeira natureza do indivíduo (JUNG, 2006, O.C. VII/2, par. 305, p. 68).

No outro pólo existe a sombra, que é formada por conteúdos dolorosos que o ego manteve no inconsciente. Ela pode ser vista como uma subpersonalidade que quer tudo o que a *persona* não permite, sendo completamente oposta a ela.

De modo geral, a sombra possui uma qualidade imoral ou, pelo menos, pouco recomendável, contendo características da natureza de uma pessoa que são contrários aos costumes e convenções morais da sociedade (STEIN, 2006, p. 98).

Podemos pensar que, como a sombra está no inconsciente e ela é tudo o que o ego não quer mostrar, ela não pode ser vista. No entanto, mesmo que a pessoa não perceba, a sombra aparece sendo projetada em outras pessoas.

Com a projeção, há uma grande resistência à assimilação da Sombra. A causa de uma determinada emoção é colocada fora, e, com isso, a pessoa acha que a Sombra não lhe diz respeito (GRINBERG, 2003, p. 149).

Desta forma, uma pessoa que, por exemplo, vê em outra pessoa algo que a incomoda, como egoísmo, provavelmente tem em sua sombra a mesma característica.

Outra forma de se lidar com a sombra é através da negação e da repressão. A negação é um mecanismo mais arcaico, simplesmente nega-se a existência do problema, como uma criança que fecha os olhos para fazer o monstro desaparecer. E a repressão é um mecanismo que expulsa da consciência aquilo que não lhe convém, mantendo os conteúdos excluídos no inconsciente (GRINBERG, 2003).

Assim, sombra e persona são aspectos da psique que estão em polaridades opostas, porém são complementares.

4.2.4 Anima e Animus

Como já disse Jung em 1916, “Não há homem algum tão exclusivamente masculino que não possua em si algo de feminino.” (JUNG, 2006, O.C. VII/2, par. 297, p. 65). O contrário também é verdade, não existe uma mulher que seja exclusivamente feminina, já que ela sempre possui aspectos masculinos.

Algumas características físicas e hormônios do homem estão presentes no corpo da mulher e vice-versa. Esse fato biológico expressa-se também psicologicamente: ambos os sexos contém elementos um do outro. Assim, no inconsciente de cada homem encontra-se uma personalidade feminina, e no de cada mulher, uma personalidade masculina (GRINBERG, 2003, p. 150).

Cada homem sempre carregou dentro de si a imagem da mulher; não é a imagem desta determinada mulher, mas a imagem de uma determinada mulher (JUNG, 2008, O.C. XVII, par. 338, p. 203).

Segundo STEIN (2006) anima e animus são personalidades subjetivas, que assim como a sombra, não combinam com a representação de si e a identidade de si refletidas pela persona. Eles também representam um nível do inconsciente mais profundo do que a sombra. Da mesma forma que a persona é um complexo

funcional que tem como objetivo a adaptação ao mundo externo, anima e animus é um complexo funcional, no entanto seu objetivo é se adaptar ao mundo interno.

Como anima/us tem como função principal ficar entre o inconsciente coletivo e o pessoal, atuando como uma ponte, levando imagens do inconsciente coletivo, eles permitem que o ego penetre e tenha experiência das profundidades da psique (STEIN, 2006).

A anima, sendo feminina, é a figura que compensa a consciência masculina. Na mulher, a figura compensadora é de caráter masculino e pode ser designada pelo nome de animus (JUNG, 2006, VII/2, p. 81, par. 328).

O Animus é a personificação dos aspectos masculinos nos inconsciente da mulher. Do mesmo modo que a Anima, condensa experiências vivenciadas ao longo dos milênios, tratando-se, porém, das experiências da mulher na sua relação com o homem. Esse arquétipo corresponde ao modelo de homem que a mulher almeja encontrar (GRINBERG, 2003, p. 151).

Quando os arquétipos de anima e animus são devidamente reconhecidos pelo ego, vão contribuir para uma maturidade psíquica. Eles são responsáveis pelas qualidades das relações com o sexo oposto, e enquanto eles são inconscientes, esses arquétipos aparecem sob a forma de projeção (MONDELLI, BARBOZA, CARVALHO & FURIGO, 2007).

A primeira projeção do animus (o aspecto masculino da mulher) é na figura do pai ou de um irmão. E a primeira projeção da anima (o aspecto feminino do homem) é na figura da mãe ou de uma irmã. Desta forma, a mulher e o homem procurarão companheiros com características dessas pessoas (homens procurando companheiras com características da mãe, e mulheres com características do pai) (RAMOS, 2002).

O homem, em sua escolha amorosa, sente-se tentado a conquistar a mulher que melhor corresponde à sua própria feminilidade inconsciente: a mulher que acolha prontamente a projeção da sua alma (JUNG, 2006, VII/2, p. 65, par. 297).

Desta forma, anima e animus são os aspectos feminino e masculino que estão no inconsciente de todos os homens e todas as mulheres. A feminilidade e a masculinidade desses arquétipos são inversamente proporcionais à feminilidade

ou masculinidade da persona de uma pessoa. Além disso, como são arquétipos, aparecem sob as formas negativa e positiva.

4.2.5 O processo de individuação

Para Jung, o processo de individuação se divide em duas partes. A primeira delas acontece durante a primeira metade da vida, e a segunda, durante a segunda metade da vida.

Quando nascemos estamos em um estado indiferenciado de identidade, no qual o ego se encontra em fusão com o inconsciente. Estamos, de certa forma, vivendo um estado de “todo”, no entanto, é um todo inconsciente e desorganizado. Caminhamos, então, para uma diferenciação que implica uma separação dos opostos eu-outro, ou consciente-inconsciente (GRINBERG, 2003).

Jung divide a trajetória da consciência em quatro fases. As duas primeiras fases acontecem na primeira metade da vida, quando a maior preocupação está relacionada à conquista de uma identidade, autonomia e adaptação social, ou seja, há uma adaptação ao mundo exterior. Já as outras duas fases ocorrem na segunda metade da vida, quando há uma adaptação ao mundo interior. É quando temos a oportunidade de encontrar o significado da vida (GRINBERG, 2003).

Individuação significa tornar-se um ser único, na medida em que por “individualidade” entendermos nossa singularidade mais íntima, última e incomparável, significando também que nos tornamos o nosso próprio si-mesmo. Podemos pois traduzir “individuação” como “tornar-se si-mesmo” (Verselbstung) ou “o realizar-se do si-mesmo” (Selbstverwirklichung) (JUNG, 2006, O.C. VII/2, par.266, p.49).

A individuação, no entanto, significa precisamente a realização melhor e mais completa das qualidades coletivas do ser humano; é a consideração adequada e não o esquecimento das peculiaridades individuais, o fator determinante de um melhor rendimento social (JUNG, 2006 O.C. VII/2, par. 267, p.49).

A individuação é o processo de tornar-se uma personalidade unificada, uma pessoa indivisa e integrada. Essa unificação da personalidade total só acontece, de fato, na segunda metade da vida, quando alguns objetivos já alcançados são

questionados como valores fundamentais, o que leva a uma reavaliação do que já foi realizado. A principal tarefa nessa fase é a unificação do ego com o inconsciente, para tornar-se a pessoa que já é potencialmente, mas agora de uma forma mais profunda e consciente (STEIN, 2006).

O todo ou a integridade é o termo-mestre que descreve o objetivo do processo de individuação, e é a expressão, no âmbito da vida psicológica, do arquétipo do si-mesmo (STEIN, 2006, p. 167).

O processo de individuação consiste em “tornar-se um” consigo mesmo, e ao mesmo tempo com a humanidade toda (MATTOS & BELTRÃO FILHA). É uma realização do *vir-a-ser*, cujo objetivo final é a integração de consciência e inconsciente. No entanto, a individuação não é algo que ocorre passivamente. Ela “exige a colaboração ativa do ego consciente, que deve buscá-la e conquistá-la com empenho, engajamento, paciência e coragem” (GRINBERG, 2003, p. 177).

Segundo Vergueiro (2008) o primeiro estágio do processo de individuação é o confronto com a sombra:

Reconhecer a sombra significa admitir aspectos desconhecidos e freqüentemente indesejáveis de nós mesmos. A admissão de tais elementos de nossa própria personalidade é tarefa nem sempre fácil ou agradável. Trata-se, contudo, de tarefa imprescindível para o desenvolvimento pessoal, mediante o qual a personalidade desenvolve-se. A confrontação com a sombra é uma das tarefas impostas pelo si-mesmo no processo de individuação (VERGUEIRO, 2008, p.131).

Para Jung, portanto, a individuação é o tornar-se um “indivíduo”, aquele que não se divide. É tornar-se o “si-mesmo”.

“Si-mesmo” é algo que podemos verificar psicologicamente. Nós experimentamos “símbolos do si-mesmo” que não se deixam distinguir dos “símbolos de Deus”. Não posso provar que o si-mesmo e Deus sejam idênticos, mesmo que na prática pareçam idênticos. Naturalmente, individuação é em última análise um processo religioso que exige uma atitude religiosa correspondente – a vontade do eu de submeter-se à vontade de Deus. Para não provocar mal-entendidos digo si-mesmo em vez de Deus. Empiricamente também é mais exato. A psicologia analítica ajuda-nos a conhecer as potencialidades religiosas [...] (JUNG apud VERGUEIRO, 2008, p.129).

Desta forma, a individuação é um longo e árduo processo, que necessita grande esforço do ego. O objetivo é a integração entre inconsciente e consciência, mesmo que seja muito difícil de acontecer. Ela acontece de fato na segunda

metade da vida, quando inicialmente encara-se a sombra. Stein (2006) cita em seu livro *Jung: o mapa da alma*, no tópico *Integrando persona e sombra* uma carta de uma antiga paciente de Jung, escrita algum tempo depois de ele a ter visto para análise:

A partir do mal, muita coisa boa me aconteceu. Conservando-me tranqüila, não reprimindo nada, permanecendo atenta e aceitando a realidade – tomando as coisas como elas são e não como eu queria que fossem – ao fazer tudo isso ganhei um conhecimento incomum, e poderes incomuns também, como jamais imaginara que me pudesse acontecer. Eu sempre pensara que, quando aceitamos coisas, elas nos sobrepõem e dominam de um modo ou de outro. Acontece que isso não é absolutamente verdade e que só aceitando-as é que podemos assumir uma atitude em relação a elas. Assim, pretendo agora fazer o jogo da vida, ser receptiva para tudo o que me vier, bom ou mau, sol e sombra alternando-se para sempre e deste modo aceitar também a minha própria natureza com seus lados positivos e negativos. Assim, tudo adquire mais vida para mim. Que tola eu era! Como tentei forçar tudo a acontecer de acordo com o modo que eu achava que devia ser! (STEIN, 2006, p. 112).

Vemos assim que realizar o processo de individuação de fato, se assemelha a alcançar a iluminação, ou seja, alcança-se um estado de plenitude.

5 ANÁLISE COMPARATIVA ENTRE CONCEITOS DA PSICOLOGIA ANALÍTICA DE JUNG E O TAOÍSMO

A partir de alguns conceitos estudados no Taoísmo e na Psicologia Analítica de Jung, passaremos a estabelecer alguns elos de comparação entre concepções, fundamentos e idéias que serviram de base para estas ciências do conhecimento. Jung já mostrara grande interesse pela cultura oriental, e em especial pelas religiões orientais, desenvolvendo estudos profundos acerca de diferentes práticas para a obtenção do estado de felicidade e plenitude. Estado este que é buscado por toda a humanidade, independentemente de cultura ou religião.

Segundo Miorim (2006), Jung trabalhou textos da filosofia taoísta. Com Richard Wilhelm, tradutor e conhecedor da cultura chinesa, escreveu o prefácio,

em 1949, do livro traduzido por Wilhelm – I Ching: O livro das mutações. E em 1929, fez comentários psicológicos no livro “O Segredo da Flor de Ouro”, na qual Jung traça muitos paralelos entre suas observações clínicas e as descrições encontradas nos textos.

Quanto aos conceitos que estudaremos a seguir, selecionamos aqueles que transparecem em sua essência a polaridade de idéias, o conceito de sombra e persona e de anima e animus. Para depois falarmos sobre a busca da individuação como o ápice do desenvolvimento da personalidade e o paralelo com o Taoísmo e a MTC.

5.1 Relação entre yin-yang e sombra e persona

É claro ver a oposição e a complementaridade dos conceitos de sombra e persona. Sabemos que os dois se desenvolvem simultaneamente e que um é o “contrário” do outro. No entanto, nós tendemos a classificar um como o bom (a persona) e o outro como o mau (a sombra).

Como o ego escolhe conteúdos que vão para consciência e inconsciente, forma-se a oposição e a complementaridade de sombra e persona. Assim como os conceitos de Yin e Yang, que são opostos, mas complementares, não há um bom e um ruim em sombra e persona. Existem pessoas, por exemplo, que formam uma “identidade negativa”, que se orgulham de sua agressividade e ganância, no entanto, em sua sombra são sensíveis e sentimentais. Assim como o yin e o yang, os dois são opostos e interdependentes, ou seja, um não existe sem o outro.

Desta forma, uma pessoa que se mostra muito calma e tranqüila, ou seja, tem uma persona com características yin, tem em sua sombra características yang, uma face nervosa e ansiosa. Como já falamos, yin não pode existir sem yang, nem o yang sem o yin. Desta forma, se uma pessoa expõe o yin (tanto em seu comportamento como também em seu físico) sabemos que o yang está também presente, mesmo que não muito aparente.

Como os antigos chineses observavam na natureza, de fato, não existe um lado claro da montanha, sem o seu outro lado obscuro. Como não existe o dia,

sem a noite. Não existe nada que não esteja em constante mutação de um aspecto para o seu oposto e nada permanece exatamente como aparenta ser. Observamos na obra de Jung, algumas observações sobre dicotomias entre o que aparentamos ser e o que somos de fato.

O “homem forte” no contexto social é, freqüentemente, uma criança na “vida particular”, no tocante a seus estados de espírito. Sua disciplina pública (particularmente exigida dos outros) fraqueja lamentavelmente no lar e a “alegria profissional” que ostenta mostra em sua casa um rosto melancólico (JUNG, 2006, O.C. VII/2, par 307, p. 70).

Quanto mais exacerbamos um aspecto, mais ele tende ao outro, como uma resposta compensatória. Isto se manifesta na natureza, no corpo humano e em suas manifestações físicas, psíquicas, mentais e espirituais. Portanto, se entramos em contato como o frio externo, o nosso corpo busca se aquecer para se defender desta invasão e assim produzimos febre.

Além disso, Jung também falou sobre a enantiodromia, que significa “correr em sentido contrário” (JUNG, 2008, O.C. VI, p. 405, par. 790). Podemos comparar isso com a intertransformação entre yin-yang. O caso de Dr. Jekyll e de Mr. Hyde, do conto de R. L. Stevenson nos mostra essa transformação entre yin e yang. Dr. Jekyll era um médico bondoso e respeitável, que tinha dupla personalidade e se transformava em Mr. Hyde, que era capaz de todo tipo de maldade. Era uma enantiodromia entre persona e sombra, entre yin e yang.

A sombra e persona são expressões dos aspectos yin-yang que temos em nosso sistema psíquico. Mais adiante falaremos em como a harmonia entre yin e yang (o objetivo do Taoísmo) acontece, nesse caso a partir da integração entre persona e sombra.

5.2 Relação entre yin-yang e anima e animus

O conceito de Anima e Animus é mais um dos muitos conceitos de Jung que pode ser comparado ao conceito taoísta de yin-yang. Além disso, os gêneros feminino e masculino já eram vistos como um sendo yin e o outro sendo yang dentro da medicina chinesa, antes mesmo da proposta da Psicologia Analítica.

Essa relação psíquica de oposição e complementaridade é conhecida há muitos séculos pela psicologia oriental, expressando-se no símbolo do TAO (oposição e a complementaridade entre os princípios yin – yang) (RAMOS, 2002, p.127).

Vemos que assim como no conceito de yin-yang, no qual yin possui a semente de yang e yang possui a semente de yin, em anima/us, o feminino possui a semente do masculino e o masculino possui a semente do feminino. Sendo a mulher o yin, ela possui em seu inconsciente o oposto do que há em seu consciente, o arquétipo masculino animus (yang). E sendo o homem o yang, ele possui em seu inconsciente o oposto do que há em sua consciência, o arquétipo feminino anima (yin).

Nada é tão yin que não possa conter o yang, nem nada é tão yang que não possa conter o yin. Desta forma, nada é tão exclusivamente masculino que não possa conter o feminino, nem nada é tão exclusivamente feminino que não possa conter o masculino. Além disso, como são opostos e proporcionais, a masculinidade na consciência de um homem é proporcional à feminilidade em seu inconsciente. E a feminilidade na consciência de uma mulher é proporcional à masculinidade do animus em seu inconsciente. “Assim, um homem muito masculino na persona terá que ser igualmente feminino na anima” (STEIN, 2006, p. 125). E quanto mais feminina for a mulher em sua persona, mais masculina ela será em seu animus.

Assim como o homem e a mulher (yang-yin) são complementares, anima e animus também o são. Desta forma, o animus de uma mulher é projetado em um homem, fazendo com que ela encontre o seu parceiro e - porque não? - seu complemento. E a anima de um homem é projetada em uma mulher, fazendo com

que ele encontre uma parceira. Desta forma, não só seus conscientes se encontram (o feminino na persona dela, e os masculino na persona dele), como também seus aspectos masculinos e femininos inconscientes (o animus dela e anima dele) se complementam.

Num relacionamento íntimo, não são apenas os egos dos parceiros que entram na combinação de psiques; são também as partes inconscientes e, de um modo muito importante, a anima e o animus (STEIN, 2006, p.134).

Assim, anima e animus são o yin e o yang aparecendo sob mais uma forma na psique proposta por Jung, como o feminino que contém o masculino, e o masculino que contém o feminino.

Além disso, há outros de seus elos com os conceitos chineses. Jung (1996) comenta em seu livro *O Segredo da Flor de Ouro* que Wilhelm traduziu a palavra “Hun” por “Animus” - aspecto yang e masculino - e “Po” por “Anima” – aspecto yin e feminino. Segundo Maciocia (2007), o Hun corresponde à Alma Etérea (mais imaterial) e Po traduz-se por Alma Corpórea (mais material). Eles são expressões das almas dos Zang Fu, em especial comandadas pelo Gan (Fígado) e Fei (Pulmão) respectivamente.

Para que possamos entender estes princípios é importante lembrar que o chinês não parte do princípio da existência de um “Eu”. Para o chinês, o conjunto de funções psíquicas espirituais corresponde à definição geral de Shen, entendido como Espírito ou Consciência. Desta forma, Espírito ou Consciência é o princípio vital do homem, uma qualidade não mensurável, porém perceptível que provém do todo.

Por outro lado, Shen também indica atividade do pensamento, consciência e memória, traduzida como Mente, e dependente das funções específicas do Xin (Coração). Shen indica naquele primeiro sentido mais amplo, o complexo de todos os cinco aspectos mentais e espirituais do ser humano: Alma Etérea - Hun (Gan/Fígado), Alma Corpórea – Po (Fei/Pulmão), Inteligência – Yi (Pi/ Baço Pâncreas), Força de Vontade – Zhi (Shen/Rim) e Mente – Shen (Xin/ Coração) (Maciocia, 2007).

Devemos fazer uma observação quanto à utilização da mesma palavra “Shen” para a expressão de tantas idéias diferentes. No mesmo parágrafo encontraremos Shen, no sentido de Rins; Shen no sentido de Mente, aquela que está limitada à consciência humana, do estado vigil, governada pelo Xin (coração) e Shen ou Schen, no sentido mais abrangente, de Mente superior, corresponde ao Espírito manifesto ou Deus. Para que não haja dúvidas, transcreveremos as partes relacionadas à palavra Shen comandada pelo Coração, como Mente.

Segundo Jung (1929), Hun, ou Alma etérea, foram traduzidos por Wilhelm por alto sopro da alma, pertencente ao princípio Yang e que, portanto, é masculino. Após a morte, o Hun se eleva e se torna “SCHEN”, espírito ou Deus que se expande e manifesta.

O Hun, após a morte, sobrevive ao corpo e flui de volta para o céu (Tian), ainda na aparência de forma física. A Alma Etérea pertence ao mundo da imagem (existência não substancial) que retorna após a morte. Durante o sono, os sonhos, as imagens, os símbolos, as fantasias são relativas à atividade do Hun. Para a Medicina Chinesa a alma etérea é responsável pelo equilíbrio entre excitação e repressão da vida emocional. Corresponde à parte mais intuitiva e inconsciente da Mente, conectando-se aos olhos e à capacidade de visualizar e ter insights. Finalmente, o Hun dá movimento à Mente, concede-lhe a capacidade de autodiscernimento e introspecção, a habilidade de se projetar para fora e se relacionar com os outros (Maciocia, 2007).

Hun foi traduzido como “demônio das nuvens” e “Po” como “fantasma branco”. Po seria pertencente ao princípio feminino, Yin, à alma corporal e inferior. Ela reside nos pulmões e é a contraparte física da alma etérea. Seria a parte da alma que é inseparável do corpo e vai para a Terra, juntamente com ele, na morte. Seria a expressão somática da alma ou princípio organizacional do corpo.

Para Jung, esses dois aspectos originam-se em um só ser, único, mas são dois, na criação. A alma é a “força do pesado e curvo”, presa ao coração corporal e de característica Yin, em contrapartida ao Hun, que é de natureza Yang. Para Maciocia (2007), a Alma Corpórea pode também ser considerada como a atividade reguladora básica de todas as funções fisiológicas do corpo.

Importante que se ressalte que Jung fez suas considerações sobre a tradução proposta de Wilhelm de Hun e Po, para Animus e Anima. Considerações estas que não invalidam a propositura original. Por exemplo, para o psicólogo, a anima não seria um ser transcendental, mas algo que se pode experimentar, tais como os estados afetivos femininos que são depósitos de experiências que o homem já teve da mulher. A imagem da anima é projetada numa mulher. Por outro lado para melhor definir o sentido de Animus como Hun, Jung preferiu o termo Logos, que considerou mais adequada à visão da Psicologia Analítica (JUNG, 1996).

5.3 O Processo de Individuação e a Iluminação para o Taoísmo

Como já vimos, Jung sofreu grande influência da cultura oriental. Isso é bastante perceptível quando observamos o conceito de polaridades em grande parte de sua teoria. Conceitos que são muito importantes e que nos dão uma outra visão da psique humana. Estudamos também o processo de individuação.

É o processo de individuação, a finalidade última de vida do homem, para Jung. “Assim, o único objetivo da existência humana seria o de “ascender uma luz na escuridão do mero Ser”” (JUNG *apud* GRINBERG, 2003, p. 210). Alcançar o “si-mesmo”, tornar-se uno consigo mesmo e com a humanidade, tornar-se o que já se é potencialmente, tudo isso é a individuação, é alcançar o Tao.

O Taoísmo prega a mesma coisa em outras palavras. Até mesmo a forma de se alcançar o todo é semelhante. Vimos que o primeiro passo para a individuação é encararmos a sombra. É a aceitação do que se é na realidade, sem repressões ou máscaras. Podemos observar isso no emocionante relato da paciente de Jung quando ela conta o que aconteceu quando aceitou sua sombra. Para o taoísmo o processo é semelhante:

Mas somente a mente ciente das coisas em si, da unidade da vida, pode conhecer a sabedoria e tornar-se criativa, pode, na fraseologia budista, “tornar-se o que já é”, sentir-se unificada com a vida e perder o senso de

isolamento e suas conseqüentes enfermidades físicas, mentais e espirituais (COOPER, 1999, p.89).

Desta forma, para o taoísta, a única forma de se alcançar todo é pela aceitação, foi isso o que a paciente de Jung fez quando encarou sua sombra.

*Primeiro, se aceite,
tome consciência,
se conheça e, depois,
tente mudar e se
transformar naturalmente.
O caminho é longo.
(CHERNG, 2000, p. 29)*

Como disse o Mestre taoísta, o caminho é longo. O processo de individuação é longo e árduo. Ele requer um grande esforço do ego.

Com o mito da individuação, o homem alcança as suas raízes mais profundas, resgatando a experiência religiosa em seu significado etimológico, do latim re-ligare, ou "ligar-se novamente", unindo-se às raízes inconscientes da própria individualidade. Essa experiência seria um encontro com Deus dentro de si (GRINBERG, 2003, p. 211).

Realizar o processo de individuação se dá quando há uma união entre consciência e inconsciente, ou seja, quando acontece o perfeito equilíbrio entre yin e yang, que é o objetivo para o taoísta.

Para a psicologia analítica acontece uma união, a psique se torna um todo organizado e consciente (GRINBERG, 2003). Para o taoísmo acontece a transmutação da consciência do ego, a perda da individualidade. Acontece uma transmutação da consciência individual para a universal (CHERNG, 2000).

Para Jung (1996), o encontro da consciência individual, delimitada e clara, com o inconsciente coletivo, amplo e não limitado, tem sobre a consciência um efeito de dissolução, que muitas vezes pode ser perigoso. No caminho do desenvolvimento da personalidade, trilhar esta estrada consiste em dizer sim a si mesmo, tornando-se consciente daquilo que se faz e especialmente não fechando os olhos à própria dubiedade. Estes estados anímicos, que correspondem ao encontro do indivíduo com o todo inenarrável e diluente exprimem-se por símbolos, fantasias e visões, que embora não seja o objetivo maior da prática

meditativa taoísta, encontram um grande paralelo com os símbolos encontrados na prática analítica de Jung (JUNG, 1996, p.27)

Neste sentido, Jung cita em seu livro “O Segredo da Flor de Ouro”, que a visão da luz, é uma experiência comum a muitos místicos, e que foi relatada por Hildegard von Bingen:

Desde minha infância, diz ela, vejo constantemente uma luz em minha alma, mas não com o olhar externo, ou através dos pensamentos do coração; os cinco sentidos também não tomam parte nesta visão. A luz que percebo não se localiza, mas é muito mais clara do que uma nuvem transpassada pelo sol. Não consigo distinguir nela nem altura, nem largura ou comprimento... O que vejo e aprendo nessa visão perdura, aprendo o que sei num instante... (JUNG, 1996, ,p.35).

E que ao vivenciar, seja espontaneamente ou por impulso próprio, estes fenômenos, o efeito produzido era espantoso, solucionando complicações anímicas, liberando a personalidade interna de confusões emocionais e intelectuais, criando uma unidade de ser, como uma liberação. Esse processo foi chamado de individuação.

Desta forma o processo de individuação pode ser visto, com outro nome, na cultura chinesa. Podemos dizer que a busca pela individuação nada mais é do que a busca pelo Tao feita pelo oriental.

Alcançar o Tao é alcançar a paz e felicidade plena. Esse foi o desejo da humanidade durante toda sua história. Interessante observar, como historicamente, nos períodos mais críticos e opressores, emergiram novos conhecimentos, expressos em forma de arte, música, filosofia, ciência, enfim respostas que o homem criou para sobreviver ou tentar reorganizar o caos externo em que muitas vezes estavam inseridos. Como já explicitado, o Taoísmo surge em um tempo histórico de caos político, econômico e social, mais precisamente no período dos Estados Combatentes, no final da Dinastia Zhou, em 480 a 221 a.C. (BIRCH & FELT, 2002). E, portanto, o Taoísmo emerge como uma necessidade do homem daquele tempo, na busca de um caminho harmônico, simples e natural.

O taoísmo existe há aproximadamente 2500 anos. Outras filosofias com propostas semelhantes também já existem há muito tempo. O conceito de individuação de Jung, mesmo que muito recente se comparado a essas filosofias,

já existe há aproximadamente 70 anos. E mesmo com acesso a todos esses conhecimentos - que nos ensinam que o caminho da felicidade é olhar para nós mesmos de uma forma diferente do que fazemos - o homem continua se distanciando do seu "si-mesmo". A globalização acabou com fronteiras de tal forma que hoje não dividimos nossas culturas com outras, mas somos praticamente uma mesma cultura mundial baseada no consumismo.

Desta forma, vemos que a busca pelo Tao, pela felicidade, plenitude, e por que não, por Deus, está presente em todas as culturas de diferentes formas. Mesmo que ela esteja "fora de moda" na atualidade, essa busca é a finalidade única de todos nós.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse estudo teve como objetivo refletir sobre possíveis interfaces entre a psicologia ocidental e a filosofia oriental taoísta. Nossa meta não foi, em momento algum, alcançar alguma resposta ou esgotar a reflexão, mas sim, dar início às discussões acerca do assunto no sentido de estimular futuras pesquisas e propor que as culturas, ocidental e oriental, dialoguem cada vez mais entre si.

Depois de levantarmos alguns conceitos da Psicologia Analítica de Jung e do Taoísmo, enfatizou-se mais ainda a motivação de estudarmos as suas inter-relações, pois elas são muitas.

O conceito de yin e yang do Taoísmo, um dos mais importantes da filosofia oriental, é claramente perceptível no sistema psíquico proposto por Jung, em que as polaridades definem a psique, dividindo consciência e inconsciente, sombra e persona, anima e animus e tantos outros conceitos que não foram explorados por nós nesse texto de reflexão. Como já disse o mestre Taoísta, o yin e o yang estão em todos os fenômenos, inclusive na psique do homem e Jung nos mostrou isso.

Além das semelhanças entre os conceitos que são polaridades, há também a semelhança entre os objetivos de vida do homem entre as duas teorias. Vimos que no Taoísmo o objetivo de vida de todo homem é alcançar o Tao, que é a totalidade e a plenitude. E que a finalidade da vida do homem para a Psicologia Analítica seria realizar o processo de individuação, fundindo consciente e inconsciente, alcançando-se, também, um todo. Vimos também que há alguma semelhança entre os processos para se alcançar esse estado de plenitude, que se faz em grande parte pela aceitação da sombra, para a Psicologia Analítica, e de nossa verdadeira natureza, para o Taoísmo. Embora, para a psicologia este processo se dê pela conscientização e pelo emergir de conteúdos interiorizados e inconscientes e para o taoísmo, a principal prática se dê pela meditação, pelos exercícios físicos e respiratórios.

Vimos nesse trabalho duas bússolas. A bússola do Taoísmo que nos indica o caminho da iluminação, do Tao, da plenitude. E vimos a bússola da Psicologia Analítica que nos indica o caminho da individuação. No entanto, por mais que as

duas teorias tenham semelhanças , é importante lembrarmos que elas também têm muitas diferenças. Primeiramente elas nasceram em períodos, lugares e culturas completamente diferentes. Em segundo lugar, enquanto uma é o resultado de ensinamentos de mestres dados durante milhares de anos, e é considerada uma filosofia de vida, a outra é uma psicologia que foi proposta por um médico que fez seus estudos com bases empíricas.

A cultura chinesa está cada vez mais presente na cultura ocidental, mostrando-nos novas formas de enxergarmos o mundo e principalmente nós mesmos. “O Oriente penetra implacavelmente por todos os poros, atingindo a Europa em seu ponto mais vulnerável. Poderia ser uma perigosa infecção, mas talvez seja um remédio” (JUNG, 1996, p. 9). Os exercícios corporais e de respiração, a Medicina Tradicional Chinesa, os ensinamentos sobre o equilíbrio e sobre o caminho para a iluminação estão proporcionando ao homem ocidental uma nova forma de se alcançar plenitude e felicidade. No entanto, Jung ressalta que o homem ocidental não se torna oriental de um dia para o outro e que seria errado ele substituir sua cultura pela outra.

Menosprezar os méritos da ciência ocidental, porém, equivaleria a renegar as próprias bases do espírito europeu. De fato a ciência não é um instrumento perfeito, mas nem por isso deixa de ser um utensílio excelente e inestimável, que só causa dano quando é tomado como um fim em si mesmo. A ciência deve servir e erra somente quando pretende usurpar o trono. Deve inclusive servir às ciências adjuntas, pois devido à sua insuficiência, e por isso mesmo, necessita de apoio das demais (JUNG, 1996, p. 12).

Desta forma, se o homem ocidental experienciar conhecimentos da cultura oriental sem buscar esquecer ou substituir cegamente sua cultura original, haverá um enorme enriquecimento cultural, uma nova forma de se enxergar o homem no mundo e principalmente uma nova forma de enxergar a si próprio.

Todos os homens, em todas as culturas de todos os tempos buscaram e ainda buscam a felicidade plena. Essa felicidade tem diferentes nomes, dependendo de cada cultura. Alguns dizem que alcançar esse estado é alcançar a Deus, alguns dizem que é alcançar a Allah. Alguns falam que é alcançar o Nirvana, o estado de Budeidade. E alguns simplesmente o chamam de Tao. Não

importando o seu nome, esse todo, que todos nós procuramos pode ser alcançado de diversas formas. Citamos brevemente apenas duas possibilidades nesse trabalho. Certamente, ainda existem muitas outras. As bússolas do Tao estão aí, cabe a nós experimentarmos ou não estes velhos e/ou novos direcionamentos.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, A. N. **Diferenças na noção de inconsciente entre Freud e Jung**, Científico, Salvador, Ano III, janeiro-junho, 2003.

BAIR, D. **Jung: uma biografia**. Vol.1.São Paulo: Globo, 2006.

BIRCH, S.J.; FELT, R.L. **Entendendo a acupuntura**. São Paulo: Roca, 2002.

CAPRA, F. **O Tao da Física**. 24 ed. São Paulo: Cultrix, 2006.

CARNEIRO, M.L.M; SOARES, S.M. **Holismo e saúde**: uma abordagem ampliada. In: GUALDA, D.M.R.; BERGAMASCO, R.B. Enfermagem, cultura e o processo saúde-doença. São Paulo: Ícone, 2004, p. 73-92.

COOPER, J.C. **Yin e Yang**: a harmonia taoísta dos opostos. São Paulo: Martins Fontes, 1999

CHERNG, W, J. **Iniciação ao taoísmo**. Rio de Janeiro: Mauad, 2000.

GRINBERG, L. P.; **Jung, O homem criativo**. São Paulo: FTD, 2003.

JUNG, C.G. **A dinâmica do inconsciente**. OC v. III, Petrópolis: Vozes, 1984.

JUNG, C. G. **Fundamentos de psicologia analítica**. OC v. XVIII/1 Petrópolis, Vozes, 2007.

JUNG, C. G., **O desenvolvimento da personalidade**. OC v. XVII Petrópolis: Vozes, 2008.

JUNG, C. G. **O eu e o inconsciente**. OC v. VII Petrópolis: Vozes, 2006.

JUNG, C.G. **Psicologia do inconsciente**. OC v. II/2. Petrópolis: Vozes, 2007.

JUNG, C.G. **Tipos psicológicos**. OC v. VI. Petrópolis: Vozes, 2008.

JUNG, C. G. & WHILHELM, R. **O segredo da flor de ouro: um livro de vida chinês**. Petrópolis: Vozes, 1996.

KUREBAYASHI, L.F.S. **Acupuntura na Saúde Pública: uma realidade histórica e atual para enfermeiros**. 2007. 296f. Dissertação (Mestrado) - Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo, São Paulo, 2007.

LAO TSÉ. **Tao Te King: o livro do Tao e sua virtude: versão integrada e comentários**. Tradução Marcos Martinho dos Santos. São Paulo: Attar, 2001.

MATOS, F.B. & BELTRÃO FILHA, M. C. **Psicoterapia Analítica: um trabalho de expressão do processo de individuação**. Disponível em: <http://www.fupsi.org/VIIcongresso/PSICOTERAPIA%20ANALITICA.pdf>. Acesso em 22 mai. 2009.

MACIOCIA, G. **Os fundamentos da medicina chinesa: um texto abrangente para acupunturistas e fitoterapeutas**. São Paulo: Roca, 2007.

MIORIM, R. **Aprender com o corpo: estabelecendo relações entre a psicologia analítica e as técnicas corporais taoístas**. 2006. 151f. Dissertação (Mestrado) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2006.

MONDELLI, M., BARBOZA, R. A. M., CARVALHO, V. B., FURIGO, R. P. **Além do arco íris: o relacionamento com pessoas do mesmo sexo como possibilidade de individuação**. ANAIS, Bauru, SP, julho 2007. Disponível em: <http://www.ipjbr.com/2007_4_jornada_9_mostra.pdf>. Acesso em: 03 abr. 2009.

RAMOS, L. M. A. **A psicologia analítica de Carl Gustav Jung**: Apontamentos de aula. ETD, Educação Temática Digital, Campinas, v.6, n.2, p 192-205, jun. 2002.

RAMOS, L. M. A. **Apontamentos sobre a psicologia analítica de Carl Gustav Jung**. ETD, Educação Temática Digital, Campinas, v.4, n.1, p. 110-144, dez. 2002.

REIS, M.R.. O corpo como expressão de arquétipos. **Junguiana** – revista latino-americana da Sociedade Brasileira da Psicologia Analítica, Cidade, n. 20, p.4, 2002.

SANTOS, Sandra Regina (org.). **Jung**: um caminhar pela psicologia analítica. Rio de Janeiro: Wak, 2008.

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

TEIXEIRA, Maria Cecília Sanchez. O pensamento pedagógico de Jung e suas implicações para a educação. **Revista Educação**, São Paulo. Edição especial, p.18-29, 2005.

VERGUEIRO, Paola Vieitas. Jung, entrelinhas: reflexões sobre os fundamentos da teoria junguiana com base no estudo do tema individuação em Cartas. **Psicol. teor. prat.** [online]. jun. 2008, v.10, n.1, p.125-143, jun.2008.

WEN, T. S. **Acupuntura clássica chinesa**. São Paulo: Cultrix, 2008.

WHO - WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Traditional Medicine Strategy: 2002-2005**. Geneva: WHO Publications, 2002.