

GISELA CABRAL DE VASCONCELLOS VALLIN

A TÉCNICA DA CALATONIA E O PROCESSO DE INDIVIDUAÇÃO

Pontifícia Universidade Católica
São Paulo
2008

GISELA CABRAL DE VASCONCELLOS VALLIN

A TÉCNICA DA CALATONIA E O PROCESSO DE INDIVIDUAÇÃO

Trabalho de conclusão de curso como exigência parcial para graduação no curso de Psicologia, sob orientação do Professor Doutor Marina Pereira Gomes

Pontifícia Universidade Católica
São Paulo
2008

Agradecimentos :

À orientadora Marina Pereira Gomes, pelo apoio, seriedade e sensibilidade ao me orientar na realização deste trabalho.

À professora Rosa Farah por seu respaldo fundamental no desenvolvimento deste trabalho.

À todos os professores do núcleo de Corpo, cujas aulas foram imprescindíveis para um bom embasamento dos meus escritos.

Aos meus amigos que foram solidários para compreender os finais de semana que recusei os convites para sair com eles.

Aos meus pais pelo apoio e carinho durante toda a minha trajetória de graduação.

“ O ser humano não se torna iluminado ao imaginar figuras de luz, mas ao conscientizar-se da escuridão”
(C. G.Jung)

Resumo: O processo de individuação, ou seja, a realização das potencialidades inatas de um indivíduo por meio de um equilíbrio entre consciente e inconsciente, é uma possibilidade da qual todos os seres humanos são dotados, e a individuação geralmente ocorre na segunda metade da vida. Muito embora esse reencontro com o si-mesmo seja um processo natural, existem métodos psicoterápicos que o facilitam, na medida em que podem possibilitar que o indivíduo tenha um maior conhecimento de si, e portanto, viva o processo de forma consciente e não de modo meramente instintivo. A técnica de relaxamento corporal, denominada Calatonia, desenvolvida pelo médico húngaro Pethö Sándor, é uma delas. Por meio de toques suaves em pontos específicos do corpo do paciente, a Calatonia proporciona um relaxamento do tônus muscular. Atua potencialmente em vários níveis da complexa estrutura psicofísica do indivíduo, trazendo à tona a evocação de vivências que deverão ser elaboradas depois, em psicoterapia verbal. Desse modo, a Calatonia deve ser entendida como uma técnica de relaxamento facilitadora da individuação.

Palavras-chave : individuação, Calatonia, toques sutis, corporalidade, psicoterapia.

Sumário

Introdução.....	7
Individuação.....	13
Corporalidade.....	19
Técnicas de Relaxamento.....	25
Entrevista e análise.....	33
Conclusão.....	45
Referências.....	47

Introdução

Tive a possibilidade de ter contato com as diferentes formas de cada indivíduo lidar com seu corpo por meio da minha experiência como aplicadora de Reiki(técnica japonesa de cura pela imposição das mãos) desde os 13 anos, aspecto que foi a mola propulsora para a escolha do meu tema de pesquisa. Pude perceber que a maior parte das pessoas não tem consciência das necessidades do próprio corpo, pois, geralmente, vivem de modo automatizado, sem vivenciar plenamente as situações cotidianas. Tanto que, quando eram submetidas às sessões de Reiki, relatavam o quanto não tinham o hábito de ficarem em silêncio consigo mesmas, sem se envolverem com as interferências do ambiente externo. Na maior parte das vezes, iniciavam o tratamento com uma feição de cansaço e falta de vitalidade, mas ao final do processo, a expressão corporal como um todo estava visivelmente modificada. Desde então, percebo a necessidade de se incluir o corpo no processo psicoterapêutico, já que apenas o discurso pode não ser tão efetivo para a compreensão do paciente no que tange o desenvolvimento de sua personalidade.

O desenvolvimento da personalidade humana é alvo de estudos, indagações, pesquisas há séculos. O ser humano está em constante desenvolvimento pessoal. Desde a primeira infância, a criança já aprende, pela construção do meio social em que está inserida, gestos e expressões que facilitarão a sua integração ao meio. Aprende determinadas posturas e formas de comportamentos para viver de acordo com os moldes de uma dada sociedade. Muitas vezes, a maneira como essa criança é educada, pode dificultar suas possibilidades mais intrínsecas de expressão corporal, fazendo com que ela se funda na massa gregária e se distancie da sua natureza individual.

Para Jung, dá-se o nome de personalidade ao desenvolvimento da totalidade dos indivíduos. Para Jung (1983) “a personalidade já existe em germe na criança, mas só se desenvolverá aos poucos por meio da vida e no decurso da vida. Sem determinação, inteireza e maturidade não há personalidade.” (p.176) Jung considera que todo ser humano tende a realizar o que existe nele, ou seja, tende a completar-se. Desse modo, nota-se que, para ele, individuação significa fazer-se indivíduo, alcançar o máximo de sua individualidade, a qual podemos entender como a mais íntima e profunda expressão de nosso ser, com uma total compreensão, aceitação e permissão desta expressão. E, ademais, reconhecer a ação de um material inconsciente sobre o eu. Isto seria reconhecer-se tal como se é, por natureza, e não como se gostaria de ser. Desse modo, Jung considera que atingir a totalidade permite que realizemos potencialidades inatas e,

como conseqüência, consigamos adquirir um equilíbrio interior que se alie a um modo simples de relacionamento com o próximo, com o mundo exterior. Segundo o autor, o que impulsiona esse encontro com o si-mesmo:

É o que se denomina *designação*; é um fator irracional traçado pelo destino, que impele emancipar-se da massa gregária e de seus caminhos desgastados pelo uso. Personalidade verdadeira sempre supõe designação e nela acredita, nela deposita ‘pístis’ (confiança) como em Deus, mesmo que na opinião do homem comum seja apenas um sentimento pessoal de designação. Essa designação age como se fosse uma lei de Deus, da qual não é possível esquivar-se. (JUNG, 1983, p.181)

Assim, desenvolvimento psíquico é um processo através do qual o indivíduo chega ao seu auto-conhecimento, é aquele pelo qual é levado a estabelecer contato com o seu inconsciente; não só com o seu inconsciente pessoal, mas também com seu inconsciente coletivo. A etapa final desse processo, ou, podemos dizer, o objetivo desse processo é a chegada ao self, ao centro da personalidade. Quando o indivíduo chega a esse centro, realiza-se como personalidade, como individualidade. (SANTOS, 1976, p.65).

Segundo Nise da Silveira (2003), sobre o conceito de individuação:

Todo ser tende a realizar o que existe nele em germe, a crescer, a completar-se. Assim é para a semente do vegetal e para o embrião do animal. Assim é para o homem, quanto ao corpo e quanto à psique. Mas no homem, embora o desenvolvimento de suas potencialidades seja impulsionado por forças instintivas inconscientes, adquire caráter peculiar: o homem é capaz de tomar consciência desse desenvolvimento e de influenciá-lo. Precisamente no confronto do inconsciente pelo consciente, no conflito como na colaboração entre ambos é que os diversos componentes da personalidade amadurecem e une-se numa síntese, na realização de um indivíduo específico e inteiro. (Silveira, 2003, p. 77)

Segundo Santos (2003), totalidade psíquica quer dizer simplesmente certo equilíbrio atingido entre consciente e inconsciente, em última análise, produzindo-se uma situação de certa paz e plenitude. Quando o indivíduo atinge a sua totalidade, as funções do seu psiquismo, mesmo as mais inferiores (as mais inconscientizáveis) ganham em consciência.

Pode-se supor, nesse sentido, que o processo de individuação seja facilitado por meio de técnicas que integrem a psique e o corpo, muito embora, ao longo do desenvolvimento do processo histórico, estejamos habituados a cindir o homem entre esses pólos. Em se tratando dessa integração, Ramos (1994) faz as seguintes considerações :

Quando um determinado complexo se constela, não há só uma alteração no nível fisiológico, como os experimentos de associação revelam, mas uma transformação na

estrutura corpórea total, quer o indivíduo perceba ou não. Essa transformação pode ser sentida como um mal-estar indefinido ou expressar-se numa sintomatologia mais clara. Podemos então, observar que todo complexo, inclusive o egóico, tem um padrão específico de imagens e sensações sinestésicas. A auto-imagem corporal faz parte do complexo do ego, assim como todas as sensações sinestésicas presentes na consciência, formando no indivíduo normal uma estrutura coerente e relativamente estável. (RAMOS, 1994, p. 42)

Desse modo, Ramos (1994) considera que a doença também pode ser uma forma do corpo simbolizar, de expressar um conflito na polaridade orgânica. Assim, a autora explicita:

O Símbolo é a expressão da percepção do fenômeno psique- corpo, feita através da percepção das alterações fisiológicas e das imagens referentes, sincronicamente. Um complexo tem sempre uma expressão simbólica corpórea, através da qual podemos ter a chave para a compreensão da doença. Neste caso, o símbolo apresenta uma disfunção, um desvio que precisa ser corrigido, quando a relação ego-self fica alterada. (RAMOS, 1994,p.51)

Jung nas suas obras refere-se constantemente à queda de potencial da energia psíquica, constatando, por exemplo, que quanto mais extensa é a tensão dos opostos, tanto maior será a energia surgida deles e quanto maior é esta energia, tanto mais extensa será a força atrativo consteladora, diminuindo a possibilidade de perturbações futuras.

Sannino (1992) considera que o trabalho corporal pode ser eficiente na psicoterapia, na medida em que uma vez a pessoa relaxada, haverá uma maior probabilidade de o material inconsciente aflorar:

Os métodos de relaxação são essencialmente técnicas de treinamento que visam obter um domínio sobre certas funções corporais e, por conseqüência, o controle de certos processos mentais. Sua origem é bem antiga, mas seu estudo e sua aplicação científica no homem sadio ou doente são de data relativamente recente. (Bousingen, 1961, apud Sannino,1992,p128).

Existem diversas técnicas de relaxamento corporal, entretanto, todas elas possuem em comum o fato de que há um indivíduo que habita aquele corpo, e que, portanto, internalizou uma representação dele. Existe, naquele corpo, um indivíduo que, literalmente, foi tocado ao longo de sua vida e que atribuiu às suas experiências táteis determinados tipos de afetos.

Nesse sentido, demonstra-se a importância da relação psique-corpo. Segundo Farah (2008) o ego, que é a parte central da consciência, se forma a partir de uma percepção geral do nosso corpo. A imagem corporal tem uma relação direta com a formação da identidade do indivíduo:

Para saber quem é, o indivíduo precisa ter consciência daquilo que sente. Deve conhecer a expressão do seu rosto, a sua postura e a forma de movimentar-se. Sem esta consciência de sensação e atitudes corporais a pessoa torna-se dividida: um espírito desencarnando e um corpo sem alma. (LOWEN, 1979, apud FARAH, 2008, p.90)

A partir de testes que Farah (2008) aplicou em um grupo, em se tratando da imagem corporal, faz as seguintes observações:

Em suma, a gradual ampliação da consciência de uma pessoa a respeito da própria imagem corporal acaba por se entrelaçar intimamente- e talvez mesmo por coincidir em alguns momentos- com o processo de desenvolvimento e ampliação da sua consciência enquanto individualidade.

Nesse sentido, ela aponta a importância da imagem corporal como uma forma do indivíduo ampliar a consciência e portanto, dotar de mais possibilidades para se auto-conhecer. Segundo ela :

É, portanto, a partir das fases vivenciadas pela criança essencialmente nos termos do próprio self corporal que podemos localizar não apenas os primeiros estágios de desenvolvimento da consciência, ou seja, a estruturação do ego, como também, e simultaneamente, a estruturação básica daquele dinamismo a se constituir futuramente como a própria imagem corporal.

Desse modo, ela explicita a importância do toque como uma forma de o indivíduo sentir-se reconhecido como ser humano, por isso é fundamental que a criança receba toques acolhedores desde que nasce, pois o contato satisfatório ou não que ela terá com outras pessoas no futuro, certamente terão influência nos estímulos táteis que ela recebeu quando criança.

Assim, Farah ressalta que, dentre esses estágios de desenvolvimento da criança, o primeiro, acontece a nível da pele e que, muito provavelmente, no tempo de nossos ancestrais a consciência derivaria de um relacionamento sensorial da pele com o mundo exterior.

Considerando-se a importância do contato físico para o auto-conhecimento do paciente, Farah utilizou a técnica da Calatonia, para os seus grupos de terapia. Esta é uma técnica de

relaxamento profundo que leva a regulação do tônus, viabilizando um equilíbrio psicofísico do paciente. Segundo ela : “ conjunto de estímulos táteis, a Calatonia caracteriza-se como uma forma suave de estimulação, por meio de toques em vários pontos do corpo.”(2008,p.295).

A Calatonia foi trazida ao Brasil em 1949, pelo médico húngaro Pethö Sándor, que desenvolveu essa técnica na época em que trabalhava como médico da Cruz Vermelha nos campos de refugiados, na Alemanha. Ao atender como obstetra nas enfermarias femininas, observou um grande número de mulheres com problemas circulatórios. Devido à escassez dos recursos convencionais provocada pela guerra passou a experimentar toques e manipulações suaves nas extremidades do corpo de suas pacientes, visando o alívio dos sintomas e dores. E assim iniciou a observação dos efeitos terapêuticos do toque suave.

Desde 1950 a Calatonia vem sendo utilizada no Brasil, por vários profissionais, em especial nas áreas de saúde e educação (Psicólogos, Médicos, Terapeutas Ocupacionais, Fisioterapeutas, Massoterapeutas, Fonoaudiólogos, Educadores, entre outros) em vários contextos, a saber: consultórios, hospitais, pré-escolas, centros de saúde mental, etc..

Partindo do que foi comentado anteriormente, proponho-me a realizar uma pesquisa teórica para investigar se a Calatonia, sendo utilizada como recurso técnico para facilitar o processo de individuação.

Considero que a relevância dessa pesquisa é buscar resgatar a importância de se considerar que corpo e psiquismo são unidades sincrônicas nas quais os indivíduos expressam sua consciência. Pretendo fomentar no ser humano uma compreensão mais holística do seu processo de existência, viabilizando recursos para auxiliá-lo no desenvolvimento da sua personalidade de modo mais consciente, e menos instintivo.

Metodologia :

O objetivo deste trabalho é desvelar se a Calatonia pode facilitar o processo de individuação. Para solucionar meu problema de pesquisa realizarei uma pesquisa teórica. Será elaborado um corpo teórico para temas relevantes da psicologia analítica tais como individuação e corporalidade. Há a necessidade também de construir um capítulo sobre as técnicas de relaxamento, em especial a Calatonia, técnica facilitadora de relatos sobre as vivências desencadeadas ao longo de sua aplicação.

Meu intuito é fazer uma análise teórica dos relatos de vivências obtidos por Armando (2007) a partir da sua experiência profissional quando da utilização dessas técnicas em seus pacientes. Selecionei para a minha análise os participantes 4 e 11. Farei uso de Dicionário de Símbolos para a extração dos significados dos diferentes símbolos que aparecem nos relatos de vivência. Procurarei elaborar um entendimento simbólico que me possibilite relacionar as vivências calatônicas com a aproximação do ego ao self.

Não pretendo me ater às provas e certificações da eficácia da técnica, apenas quero refletir sobre suas contribuições e ter o testemunho de sua importância para o processo de individuação.

Individuação

Segundo a concepção da psicologia analítica, os seres humanos são dotados de potencialidade inatas que se desenvolvem no decorrer do seu processo de existência. Ao longo da vida, os seres tendem a realizar aquilo que existe em si, visando completarem-se. Desse modo, Jung (1983) compreende que a individuação significa fazer-se indivíduo e, para tanto, o sujeito deve realizar plenamente as capacidades que lhe são inatas, reconhecendo-se como é, por natureza, e não como gostaria de ser. Individuar-se é, portanto, tornar-se aquilo que se é.

Para completar-se e tornar-se indivisível, distinto das outras pessoas ou da psique coletiva, o indivíduo precisa aceitar suas próprias limitações, convivendo de modo equilibrado com as suas próprias tendências opostas. Assim, Jung considera que o processo de desenvolvimento da personalidade está destinado a orientar o sujeito para algo maior e transcendente, visando um ponto de fusão entre consciente e inconsciente e possibilitando que estes se equilibrem. Para tanto, a consciência deverá integrar conteúdos do inconsciente na tentativa de reconciliar posições opostas, mostrando ao indivíduo quais os recursos de desenvolvimento possíveis para ele, quais os caminhos que lhes são solicitados e que estão fechados, de acordo com o plano inerente do self¹.

A aceitação de si, com todas as angústias e alegrias, é algo imprescindível para que o processo de tornar-se um ser único se efetue realmente. O indivíduo deve despir-se, o mais profundamente, das determinações do inconsciente, bem como dos valores construídos pela cultura na qual está inserido. Esse processo pode acontecer de modo espontâneo, ou ser viabilizado por uma psicoterapia, a qual poderá incitar o sujeito a entrar no processo do desabrochar da sua totalidade.

Para a Psicologia analítica, portanto, ser o que se é, obtendo uma relação consciente com o centro da totalidade psíquica, ocorre por meio de necessidades. Se não houver acontecimentos internos ou externos que mobilizem essas possibilidades inatas que temos, a tendência da nossa personalidade é permanecer inerte, sem transformar-se, afinal, nem sempre é simples para os seres humanos aceitarem seus lados obscuros.

¹Nota: Jung considera que self é o si mesmo, o centro da personalidade total.

Segundo Jung (1983), o ser humano não pode individuar-se se não houver, de fato, um equilíbrio entre consciência e inconsciente pois, enquanto houver a repressão de um haverá a predominância de outro, e não um equilíbrio como realmente é necessário para a realização do plano inerente ao self.

A personalidade jamais poderá desenvolver-se se a pessoa não escolher seu próprio caminho de maneira consciente e por uma decisão consciente e moral. A força para o desenvolvimento da personalidade não provém apenas da necessidade que é o motivo causador, mas também da decisão consciente e moral. (...). Somente será possível que alguém se decida por seu próprio caminho, se esse caminho for considerado o melhor (...). Os outros caminhos são as convenções de natureza moral, social, política, filosófica e religiosa. (JUNG, 1983, p.179)

Segundo Jung, (1983) os condicionamentos construídos socialmente, afastam o indivíduo da realização total de sua personalidade. Quanto mais inserido em valores grupais o sujeito estiver, mais ficará evidente seu alto grau de inconsciência. Muito embora as convenções sociais sejam inevitáveis e necessárias, submeter-se a elas é, simplesmente, uma forma de dificultar o processo de individuação. Por esse motivo, não é de se surpreender que poucos indivíduos na história da humanidade se arriscaram no processo de desenvolvimento da personalidade, já que pressupõe um recolhimento, um isolamento em si mesmo e o afastamento da massificação construída pelo meio social em que estamos inseridos. O próprio conceito de inconsciente coletivo² proposto por Jung permite que o ser humano não esteja cegamente submetido às necessidades do ego, o que abre novas dimensões espaciais e temporais para o homem.

Assim, seguir um caminho diferente, que se distinga dos caminhos escolhidos pelas massas, é uma decisão bastante arrojada, a qual não deve ser impulsionada apenas pela necessidade, mas também pelo que Jung denomina designação.

²Nota: Jung considera que inconsciente coletivo é a camada mais profunda da psique humana constituídas por materiais que foram herdados da humanidade.

É um fator irracional, traçado pelo destino, que impele emancipar-se da massa gregária e de seus caminhos desgastados pelo uso. Personalidade verdadeira sempre supõe designação e nela acredita, nela deposita pístis (confiança) como em Deus, mesmo que na opinião do homem comum seja apenas um sentimento comum de designação. Esta designação age como se fosse uma lei de Deus, da qual não é possível esquivar-se. (JUNG, 1983, p.181)

Ademais, Jung considera que esse sentimento de realização da totalidade, ativado pela designação, é uma forma de uma personalidade representar as necessidades de toda uma população. Os grupos, por serem mais inconscientes, são incapazes de tomarem decisões livres. Eles estão submetidos às convenções sociais, as quais: “São mecanismos sem alma, que nada mais podem abranger do que a rotina da vida”.(Jung, 1983, p.184)

Portanto, o indivíduo que se destaca e que resolve seguir o percurso do desenvolvimento de sua personalidade é compreendido pelo povo como um herói, capaz de exterminar os perigos causados pelo perigo do psíquico, o qual é gerado, justamente, pela submissão aos condicionamentos sociais.

Desse modo, nota-se que, para Jung, (1983): “O ser vivente existe apenas sob a forma de uma unidade viva ou indivíduo, por isso, a lei da vida se destina sempre a uma vida vivida individualmente”.(p.185). Portanto, para ele, já nascemos com todas as aptidões necessárias para a vida, que irá desenvolver-se ao longo das diversas fases do nosso processo de existência sempre pretendendo a realização mais completa possível do si mesmo.

Somente pode tornar-se personalidade quem é capaz de dizer um “sim” consciente ao poder de destinação interior que se lhe apresenta; quem sucumbe diante dela fica entregue ao desenrolar cego dos acontecimentos e é aniquilado. O que cada personalidade tem de grande e de salvador reside no fato de ela, por livre decisão, sacrificar-se à sua designação e traduzir conscientemente em sua realidade individual aquilo que, se fosse vivido inconscientemente pelo grupo, unicamente, poderia conduzir a ruína. (JUNG, 1983, p.185)

Com, isso, nota-se que o indivíduo vive sua vida singular, mas ao mesmo tempo representa em sua unicidade e desenvolvimento de potencialidades inatas, as necessidades da massa gregária.

O processo de individuação, geralmente ocorre na segunda metade da vida. Ele é dotado de 4 fases :

Em primeiro lugar a conscientização da persona (máscara através da qual o indivíduo se relaciona com o outro e com o mundo), em segundo lugar o confronto com a sombra(formada por conteúdos inconsciente que já deveriam estar na consciência), em terceiro lugar o encontro com a anima(para o homem) e com o animus (para a mulher)- arquétipos que trazem à consciência sua contraparte- e, finalmente, o encontro com o Self (ou si-mesmo) representado pelos arquétipos do velho sábio ou da velha sábia. (VARGAS, 2006, p.78)

Segundo a concepção da psicologia analítica, o sentido da vida está atrelado à questão do indivíduo ser fiel às suas próprias possibilidades de atingir o centro da sua totalidade psíquica. Porém, não são todos os indivíduos que dirigem a sua vida nesse sentido, já que a natureza não impõe, necessariamente, essa questão aos seres humanos. Assim, quanto mais inserido na cultura um ser humano estiver, menos possibilidades terá de ouvir sua voz íntima, a qual o incita a ativar o desenvolvimento de sua personalidade. Esse fato se comprova, na prática, segundo Jung, por uma evidência encontrada em nossa cultura: os curandeiros, por exemplo, considerados homens primitivos, têm uma capacidade muito maior para ouvir essa voz interna do que os homens contemporâneos, que estão fortemente inseridos na cultura pós-moderna. Isso porque eles se relacionam cotidianamente com a natureza, com os animais, o que cria maiores possibilidades para que o indivíduo chegue ao seu autoconhecimento, aquele pelo qual ele é levado a estabelecer contato com o seu inconsciente, não só com o inconsciente pessoal, mas também com o inconsciente coletivo. Assim, evidencia-se que o processo de individuação pressupõe que o indivíduo se distinga das regras coletivas para seguir suas próprias regras, o próprio percurso consonante à sua natureza.

Para Jung, o desenvolvimento da personalidade pode propiciar uma grande cura para o indivíduo.

(...) o surgimento da própria personalidade tem ação curativa sobre o indivíduo. É como se um rio, que antes se perdesse em braços secundários e pantanosos, descobrisse seu verdadeiro leito. (...). A voz interior é a voz de uma vida mais plena e de uma consciência mais ampla e abrangente. (JUNG, 1983, p.190)

Dessa forma, nota-se que, para a Psicologia Analítica, a psique tem um grande potencial auto-curativo, já que o inconsciente não dispõe apenas de elementos perturbadores. Esse potencial de cura opera por meio da tendência à compensação aparentemente inerente à psique, isto é, a tendência de gerar o outro lado de todo impulso, emoção ou visão consciente. Porém, para esse potencial de cura ser ativado, irá depender do grau de conscientização do sujeito, ou seja, sua capacidade de transformar os impulsos ameaçadores do inconsciente em

elementos úteis. Essa ânsia para a transformação é inerente à configuração do próprio indivíduo, sendo idêntica para o impulso a individuação. E esta, acontece de fato, quando o sujeito consegue estabelecer um bom relacionamento entre o seu ego e o centro da totalidade psíquica, viabilizando o desenvolvimento de suas possibilidades latentes. Geralmente esse processo ocorre a partir da meia-idade, que é o momento em que o indivíduo começa a reavaliar seus valores consolidados até então. A Sombra, que são os conteúdos negados pelo indivíduo, passa a emergir à consciência, o que é muito difícil para o sujeito, pois ele é “obrigado” a lidar com aspectos de sua psique os quais sempre reprimiu. Nesse momento, o sujeito passa a entrar em contato com o que há de pior em si, todo o seu potencial destrutivo. Entretanto, é só a partir desse contato que o ser humano poderá viabilizar a transformação da sua consciência, garantindo a integridade do ser.

No processo de individuação, o ego é assimilado numa personalidade mais ampla, descrita como self. E é a partir dessa assimilação que ocorre um equilíbrio entre o consciente e o inconsciente, aspecto que promove uma série de transformações em nossas vidas.

Nota-se que o processo de individuação significa que o ser humano deve tornar-se um ser único, indivisível, seguindo o fluxo do plano inerente ao self. Para tanto, ele precisa emancipar-se das regras coletivas, elaborando valores compatíveis com a sua própria natureza. Na citação abaixo, Jung explicita que, tornar-se um ser único, está estritamente relacionado com um retornar-se ao corpo, a própria casa. Assim, ele estabelece um vínculo entre o processo de individuação e o corpo, considerando fundamental a participação deste para que tal processo ocorra. Ele reafirma esse aspecto em outra consideração:

O SELF, como Deus Absconditus, pode destruir seu próprio simbolismo para um determinado propósito: Quando o grande impulso levou um indivíduo para dentro do mundo dos mistérios simbólicos, nada vem disto, nada pode vir disto, a não ser que tenha sido associado à terra, a não ser que tenha ocorrido quando o indivíduo estava no corpo. Sabem, se a nossa alma é destacável, como na condição primitiva, somos simplesmente hipnotizados em uma espécie de estado sonambúlico ou transe, e o que quer que experimentemos nesta condição não é sentido porque não foi experimentado no corpo – não estávamos lá quando aconteceu. (JUNG, 1923/1971, p.300)

Tal processo pode realizar-se de modo espontâneo ou ser realizado por meio da psicoterapia, a qual, pelo menos hipoteticamente, deve fornecer ao paciente recursos para que ele consiga integrar conteúdos inconscientes à consciência, transformando sua personalidade. Assim, ele terá mais possibilidades para tornar-se aquilo que de fato é.

È importante ressaltar que, segundo Penna (2003) o processo psicoterápico, de acordo com a concepção da psicologia analítica, tem o intuito de favorecer o processo psicológico normal de desenvolvimento da personalidade, possibilitando, talvez, que o paciente se torne aquilo que de fato é, contribuindo, de alguma forma, para o reestabelecimento do equilíbrio dinâmico da totalidade. Porém, esse processo nem sempre é muito fluido, já que irá “obrigar” o paciente a lidar com lados obscuros da sua personalidade. O papel do analista é ajudar o paciente a integrar aspectos inconscientes à consciência, promovendo a ampliação da mesma, o que, necessariamente, resulta no desenvolvimento da personalidade. E, evidentemente, essa síntese de polaridades opostas, muitas vezes é um processo doloroso, já que coloca o paciente em contato com suas própria feridas, suas próprias limitações.

Corporalidade

1. A compreensão do corpo nas sociedades pós-modernas

A concepção do corpo adquiriu diferentes formas, dependendo do contexto histórico pelo qual a humanidade estava atravessando. Nas sociedades pós-modernas, é predominante o modelo biomédico, cujas características principais são a de que ele se respalda num grande reducionismo, determinismo e universalismo. Derivado da psicologia experimental, esse modelo abdicou da visão holística do corpo humano, e o fragmentou em sistemas menores para facilitar os estudos dos pesquisadores. Segundo Ramos (2006), esse novo sistema de estudo, engendrou profundas transformações na medicina, já que, nesse momento, se buscava uma única e específica causa para a doença e não havia mais um interesse para o reestabelecimento do paciente em sua totalidade. Assim, os sistemas do organismo dos seres humanos passaram a ser compreendidos como relacionados, mas dispendo de uma certa independência um em relação ao outro.

Ademais, também gerou o universalismo na medida em que, para facilitar os estudos experimentais, era preciso que houvesse uma padronização dos estados fisiológicos do paciente. Assim, estabeleceu-se um padrão de temperatura corporal, pressão arterial, etc, ideais para os seres humanos, ignorando-se, portanto, as especificidades corporais dos indivíduos. Também se estabeleceu um padrão para os sentimentos, pensamentos e emoções do paciente. Segundo Ramos: “ Fatores psíquicos e sociais foram considerados um ‘epifenômeno’ sem impacto sobre o organismo, sendo assim, excluídos do tratamento clínico.” (2006, p.36). Nesse momento, a ciência está focada em estudar apenas o que pode ser mensurável, portanto, é materialista e considera dos fenômenos psíquicos, apenas o que pode ser comprovado empiricamente, ou seja, aquilo que pode ser medido por meio de pesquisas experimentais. Ocorre, nesse momento, portanto, uma separação entre o objetivo e o subjetivo.

Desse modo, com essa sistematização do estudo do corpo em detrimento de uma visão integrada do mesmo, o ser humano passou a ser compreendido, nesse momento histórico, apenas por seus aspectos fisiológicos, e as questões psíquicas e sociais nas quais ele estava inserido, foram ignoradas. Psique e corpo, portanto, deixaram de ser considerados como uma

realidade única e complexa, que se manifesta numa totalidade. Entretanto, há diversas pesquisas no campo da corporalidade que comprovam sua relação com a psique, e sua relevância na construção da identidade humana. Estudos no campo da Física Ocidental, por exemplo, têm comprovado que a dualidade matéria/energia, ou corpo/mente, tempo/espaço, nada mais é do que uma abordagem que depende da percepção do observador e, portanto, limitada pelos seus sentidos e condicionamentos da sua consciência.

2. Relações do sujeito com o próprio corpo

Segundo o psicanalista Paul Schilder (1981), todos os seres humanos têm uma imagem do seu próprio corpo formada em suas mentes. Portanto, além do corpo físico, há o corpo que é percebido pelo sujeito que o tem. Temos uma imagem do nosso corpo que é construída a partir das sensações físicas que temos, de calor, frio. Mas não são apenas essas sensações que fazem com que os sujeitos construam suas imagens corporais. Isso porque, o córtex sensorial armazena impressões passadas, o que faz com que os sujeitos construam um esquema do seu próprio corpo. E esse esquema é que vai modificar as sensações que temos dos impulsos sensoriais. Desse modo, iremos relacionar a sensação atual com algo que já aconteceu anteriormente. Por esse motivo, Schilder considera que as sensações que temos do nosso corpo não são meramente objetivas, mas estão relacionadas com vivências anteriores que tivemos e registramos no córtex sensorial. Assim, a imagem que temos do nosso corpo, é construída por meio da integração desses dois elementos: as sensações objetivas e os significados afetivos e cognitivos que atribuímos a elas.

Para a imagem corporal se constituir, é fundamental que se considere a importância de nossa pele nesse processo, bem como algumas de suas principais características. Montagu (1988) estabelece a relação entre o sistema nervoso central e a pele, já que ambos têm a mesma origem: a ectoderme. Por conta disso, o sistema nervoso central é como se fosse uma “pele interna”, pois ele se desenvolve a partir do corpo embriônico. Para a autora: “O sistema nervoso é como uma parte escondida da pele ou, ao contrário, pode ser considerada como a porção exposta do sistema nervoso.” (p.22).

A pele é o maior órgão que temos, todo o nosso corpo é revestido por ela. Ela é dotada de “sensores eletrônicos” que apalpa o mundo. Tem uma área de 2 metros quadrados, é fina, mas protege todos os órgãos que se encontram abaixo dela. Constitui 12% do peso corporal. No recém-nascido sua extensão corresponde a aproximadamente 2.500 centímetros quadrados, e

no homem adulto passa a aproximadamente 19.000 centímetros. Se estudarmos a evolução dos nossos sentidos, constatamos que o tato é o primeiro a surgir, posteriormente vieram os demais. O tato é a origem dos nossos olhos, ouvidos, nariz e boca.

A pele é um órgão bastante complexo que protege o organismo de ameaças externas. Tem funções imunitárias, é o principal órgão de regulação do calor, protegendo contra a desidratação. Ela também é dotada de funções nervosas, constituindo o sentido do tato, bem como metabólicas, como a síntese de vitamina D. Em se tratando do desenvolvimento do tato, ele é o primeiro a se desenvolver no embrião, podendo-se constatar por meio de pesquisas da vida intra-uterina, que as primeiras respostas aos estímulos táteis já podem ser vistas a partir da primeira semana de vida.

A pele se renova ao longo de toda a vida. Ela produz 1250 células por dia para cada centímetro quadrado, e a duração normal do ciclo celular da pele é de 311 horas. A epiderme é a camada mais externa da pele, é constituída por células epiteliais com disposição semelhante a uma “parede de tijolos”. Estas células são produzidas na camada mais inferior da epiderme (camada basal ou germinativa) e em sua evolução em direção à superfície sofrem processo de queratinização ou corneificação, que dá origem à camada córnea, composta basicamente de queratina, uma proteína responsável pela impermeabilização da pele. A renovação celular constante da epiderme faz com que as células da camada córnea sejam gradativamente eliminadas e substituídas por outras. É a epiderme que abriga o sistema tátil. É através das terminações nervosas de numerosos plexos, é que os estímulos do meio ambiente são registrados e transmitidos ao sistema nervoso central.

Em suma, a pele é um órgão cujas funções principais são de regeneração, delimitação do nosso corpo do meio externo, produz queratina, regula a temperatura do corpo, sintetiza compostos essenciais como a vitamina D, por exemplo. Ela nos protege das agressões do meio-ambiente, como bactérias e fungos, condições climáticas, poluição e substâncias químicas, entre outras. Além do proteger o corpo, a própria pele produz uma camada de proteção para si chamada de manto hidrolípido. Ela lubrifica a pele e os pêlos, sendo importante contra infecções³. Portanto, é uma membrana que embora, fina, é fundamental, na medida em que separa o ambiente interno do externo, é sutil, elástica e flexível.

³Nota: Para maiores detalhes vide livro Montagu.

As relações do sujeito com o seu próprio corpo podem ser compreendidos de formas diferentes (Wahba,1982). A autora cita Steichener, que considera que a concepção fenomenológica do corpo vivido, baseia-se na relação do sujeito com o mundo, transcendendo a visão de mundo interno e externo, e considerando que o sujeito tem um corpo e é um corpo, ao mesmo tempo. Assim, é esse corpo que permite que o indivíduo seja no mundo, pois ele é a ferramenta que viabiliza as possibilidades de existência do sujeito.

Há também a perspectiva da imagem do corpo, que se relaciona com a percepção que o sujeito tem do próprio corpo no espaço. Porém, é uma concepção que deriva do modelo médico e, portanto, da Psicologia experimental. Embora seja interessante conhecer essa concepção, ela não explicita claramente a relação do sujeito com seu próprio corpo. A outra relação que a autora considera é a da corporeidade, entendida como o conjunto das maneiras de ser e ter um corpo que nem sempre é aquele percebido pelo outro.

Entendemos a forma corpórea como uma das manifestações do ser humano, inserida numa totalidade que transcende esta mesma forma. Por outro lado, esta não se limita ao visível e aparente, sendo englobada pelo fenômeno da consciência numa realidade mais ampla; intervêm nesse processo emoções, pensamentos e toda uma vida interior. (WAHBA, 1982,p.13)

3. Corpo e identidade

A construção da identidade de um indivíduo tem uma íntima relação com o contato entre mãe e filho, proveniente das primeiras semanas de vida do infante.

O conteúdo da relação dual primária com a mãe, o modo de experimentar da criança, determina a proporção na qual suas vivências se integram numa estrutura psíquica pessoal, obtendo uma imagem corpórea, a qual estabelece seus limites e figura como símbolo para sua identidade (ARAÚJO, 1986,p.70)

Desse modo, desde as primeiras semanas de vida, por meio da relação mãe e bebê, este já começa a formar sua imagem corporal. No relacionamento primário entre mãe e bebê, não há um limite entre o self de um e o self de outro. O self da criança é ilimitado, de modo que seus impulsos interferem na mãe e vice-versa..Desse modo, mesmo que, biologicamente a criança, ao nascer, possa ser independente de sua mãe, não ocorre o mesmo em termos psicológicos, na medida em que ambas compartilham do mesmo self. Nos primeiros estágios do desenvolvimento da criança, esta ainda não tem uma imagem corporal própria, mas sim uma imagem difusa, já que ela ainda não reconhece o limite entre ela e o ambiente ao redor. Assim, numa relação normal entre mãe e criança, o self de um interfere no da outra e a diferenciação ocorre de modo gradativo, quando os conteúdos psicológicos vão se diferenciando dos somáticos O desenvolvimento da fala, geralmente, ocorre em harmonia com esse processo.

A diferenciação psique-corpo estabelece-se paulatinamente e a relação mãe-bebê dá a base para a formação da função transcendente. Aos poucos os arquétipos se deintegram, tornando-se conscientes. (RAMOS, 2006, p.59)

Desse modo, nota-se que é por meio dessa diferenciação que ocorre o desenvolvimento do processo simbólico, pois viabiliza que a criança disponha de uma consciência individual. Uma dificuldade de simbolizar no nível mais abstrato na vida adulta, pode ser conseqüência de uma relação primária não muito bem estabelecida entre mãe e bebê. Daí se daria a dificuldade em pensar ou fantasiar uma situação conflituosa, e ter-se-ia, então, apenas a capacidade de senti-la corporalmente Ademais, a relação do sujeito com o próprio corpo, também pode ser reconhecida, por meio de uma relação entre identidade e tônus muscular. Ao formarmos nossa identidade por meio do contato com outras pessoas, também modificamos nossa tonicidade

muscular, nossa postura. Desse modo, a formação do caráter tem uma íntima relação com a tonicidade muscular dos ser humano, evidenciando que a postura física relaciona-se com as disposições psíquicas.

“(...) supomos que um trabalho corporal visando conscientização, definiria a imagem corporal, tornando o sujeito mais presente às suas necessidades, posturas vivenciais e expressividade emocional.” (WAHBA, 1982, p.17)

Jung considera a importância do corpo em vários momentos de sua obra, muito embora nunca tenha se proposto a escrever um capítulo sobre isso diretamente. Ao definir consciência, por exemplo, ele considera:

A consciência é, sobretudo, o produto da percepção e orientação no mundo externo, que provavelmente se localiza no cérebro e sua origem seria ectodérmica. No tempo de nossos ancestrais essa mesma consciência derivaria de um relacionamento sensorial da pele como o mundo exterior.(JUNG, 2004, p.5)

Essa alusão também pode ser constatada quando o autor define ego:

É um dado complexo formado primeiramente por uma percepção geral do nosso corpo e existência e, a seguir, pelos registros de nossa memória. Todos temos uma certa idéia de já ter existido, quer dizer, de nossa vida em épocas passadas; todos acumulamos uma longa série de recordações. (JUNG, 2004, p.7)

Ademais, Jung evidencia que há uma estreita correlação entre corpo e identidade, na medida em que ele afirma:

"Qualquer coisa experimentada fora do corpo, num sonho, por exemplo, não é experimentada, a menos que a 'incorporemos', porque o corpo significa o aqui e agora." (JUNG, 1930, p. 301)

Isso significa que vivenciar uma situação que foi presentificada pelo corpo, é a única forma de vivê-la realmente. Desse modo, Jung explicita a importância da vivência da corporalidade para que o indivíduo sinta-se experienciando, de fato, o momento presente, demonstrando que considera a integração psicofísica como um elemento imprescindível na constituição do ser humano.

Técnicas de Relaxamento

1. História das Técnicas de Relaxamento no Brasil

As técnicas de relaxamento começaram a ser veiculadas no Brasil a partir do final da década de 60 e início da década de 70. Os primeiros cursos teóricos e práticos dos quais se têm registro em nossa literatura datam desse período, como uma solicitação da própria categoria de psicólogos da época. Nesse momento, é publicado o “Boletim de Psicologia”, no qual várias técnicas de relaxamento são descritas minuciosamente, visando facilitar a aplicação das mesmas, e assim, atender a essa nova demanda que estava surgindo como uma possibilidade de trabalho psicológico.

Pretendeu-se visar os aspectos predominantemente psicológicos e psicoterápicos, sem excluir, entretanto, a menção do uso do relaxamento em outros aspectos, ainda que não estejam dentro da área psicoterápica, ficando a critério dos médicos, fonoaudiólogos, terapeutas ocupacionais e fisioterapeutas, as considerações a respeito da sua extensão na abordagem. Ficam claras as indicações das possibilidades amplas de relaxamento, como processo de recondicionamento psico-fisiológico. (NEDER M. in Boletim de Psicologia, 1969, p.1)

Nota-se, portanto, que esse material foi um modo de viabilizar as explicações das técnicas de relaxamento no Brasil, na medida em que, até então, a obra original da maior parte dos autores, ainda não havia sido traduzida para o português e, em alguns casos, quando traduzida, essa tradução não era muito adequada. Para Neder (1969), ter a possibilidade de dispor de todas as principais técnicas detalhadas no Boletim, era uma forma do psicoterapeuta não comparar qual era a melhor ou a pior técnica, mas sim conhecê-las a ponto de ter discernimento para decidir qual seria a mais apropriada para cada caso.

De grande aplicabilidade e com grandes possibilidades terapêuticas, o relaxamento vem ocupando lugar de destaque na psicoterapia. Inclusive, pela exposição dos autores, é idéia dominante que o relaxamento constitui aparato indispensável e de valor no equipamento terapêutico e do psicólogo. (NEDER, 1969, p.2)

Naquele momento do processo histórico de nosso país, o relaxamento ainda estava começando a ser introduzido no trabalho psicoterápico como um recurso técnico. Nesse sentido, o Boletim de Psicologia é um marco, pois é o primeiro trabalho que reúne as

principais técnicas, de modo a atingir a demanda de uma classe de psicoterapeutas que estava se voltando para essa nova prática de trabalho.

2. Técnicas de relaxamento: principais características e formas de aplicação

O relaxamento é um método de recondicionamento psicofisiológico. Existem várias técnicas com as quais ele pode ser fomentado num dado paciente, dependendo do caso e da necessidade do mesmo. O fato é que, independente da técnica utilizada, ele sempre promove “tranquilização, descontração e recreação nos pacientes.” (SÁNDOR, 1982,p.7). Pode ser usado não apenas pelos profissionais de psicologia, como também por fonaudiólogos, médicos, terapeutas ocupacionais, fisioterapeutas, no teatro, nos esportes, na assistência social, nas belas-artes. Isso porque a descontração e o relaxamento, quando aplicado de um indivíduo em outro, promove novas possibilidades de contatos e vivências, que, muitas vezes, não foram antes experienciadas em situações da vida pessoal do indivíduo. Entretanto, é importante ressaltar que as técnicas de relaxamento devem ser realizadas de modo criterioso,sério e responsável. O fato de haver uma ampla divulgação das mesmas, muitas vezes promove um uso indevido já que, indivíduos pouco comprometidos produzem alterações no método de aplicação original, o que pode promover resultados negativos. Por isso, Sándor (1982) considera fundamental que os terapeutas que realmente se propuserem a fazer uso desse recurso terapêutico pratiquem- no por diversas vezes, para que possam realizá-lo de modo responsável e coerente com as reais necessidades do paciente.

Sándor (1982) considera que o relaxamento pode ter vários usos:

- a) Uso central na psicoterapia;
- b) Uso paralelo com outro tipo de terapia;
- c) Uso coadjuvante, um paliativo, por exemplo, como na medicina clínica.

O autor também considera que, como a aproximação terapêutica do ser humano irá atingir ao indivíduo como um todo (física e psiquicamente), muito provavelmente irá promover diversas transformações nas diferentes esferas de existência do indivíduo.

Portanto, é fundamental que o terapeuta não tenha nenhuma atitude unilateral³ em relação ao paciente, porque, se isso ocorrer, ele “perturbará sensivelmente a mobilização multidimensional espontânea do dinamismo psicofísico do paciente e prejudicará o ‘encontro’ entre terapeuta e paciente.” (SÁNDOR, 1982, p.8). Assim, é importante que o terapeuta utilize a técnica como um mecanismo que irá permitir que o paciente vivencie sentimentos, sensações, percepções diferentes das que tem habitualmente, e assim, possa descondicionar os padrões aos quais o ego está habituado.

Em se tratando do modo como a Psicologia Profunda em questão, compreende as técnicas de relaxamento baseadas, fundamentalmente na idéia e atuação dos opostos de tensão e distensão.

Jung nas suas obras refere-se constantemente à “queda de potencial” da energia psíquica, constatando, por exemplo, que quanto mais extensa é tensão dos opostos, maior será a energia surgida deles e, quanto maior é essa energia, tanto mais extensa será a força “atrativo-consteladora”, diminuindo a possibilidade de perturbações futuras. (SÁNDOR, 1982,p.13)

Dessa forma, por meio dessas técnicas, o paciente terá maiores possibilidades de contato com o seu eu inconsciente.

Nesse sentido, Jung valoriza o fato de conciliarmos nossos opostos (como por exemplo integrando conteúdos do inconsciente à consciência) e não de eliminá-los. E é justamente com base nesses preceitos, que o relaxamento é utilizado como método na psicoterapia que se respalda na abordagem da Psicologia Profunda.

Igualmente quase todas as escolas analíticas ou psicoterapêuticas experimentam os diferentes métodos de relaxação para conseguirem em tempo mais curto que a paciente se reestruture, pela nova coordenação dos seus valores existenciais, pela introspecção, vivência e ação.(SÁNDOR,1982,p.14)

³Nota: Em “ A Prática da psicoterapia” (1985), Jung considera a psicoterapia como uma troca entre os sistemas psíquicos do terapeuta e do paciente, a qual, para ocorrer de fato, é fundamental que o terapeuta estabeleça uma relação simétrica com seu paciente, na qual ambos trabalharão em conjunto.O terapeuta deve supor que uma paciente é diferente dele, mas sempre numa relação de igualdade, sem se considerar superior ao paciente.

3. A Calatonia

Em se tratando de técnicas de relaxação, citamos a Calatonia, elaborada pelo médico húngaro Pethö Sándor. Para compreender esse método de relaxamento, que se baseia em estímulos táteis, é fundamental que compreendamos o contexto histórico em que ele foi criado.

Segundo Armando (2007), Sándor nasceu em Gyentyamos, Hungria, em 28 de abril de 1916. Formou-se em 1943 pela Faculdade de Medicina de Budapeste, especializando-se em Medicina e obstetrícia, num contexto histórico de Segunda Guerra Mundial. Seus pais foram assassinados em um trem, por aviões americanos, quando saíram da Hungria para buscar melhores condições de vida. A partir daquele trágico dia, Sándor decidiu que dedicaria sua vida para cuidar dos feridos.

Para realizar tal feito, tentou usar o método de Schultz⁴.Entretanto, como esse método depende da colaboração do paciente (pois o fomenta a exercitar a imaginação), ele não obteve resultados significativos. Isso se justifica pelo fato de os feridos da guerra se encontrarem em um estado de extrema vulnerabilidade e dor, o que dificultava a concentração. A Calatonia, por ser uma técnica em que o paciente fica passivo, teve melhores resultados nessas condições.

Baseando-se nos conhecimentos que tinha de Psicologia e Neurologia, Sándor começou a sistematizar a técnica. A partir de 1949 o médico emigrou para o Brasil, dando continuidade ao seu trabalho, principalmente na área da Psicologia.

No original grego, o verbo “khalaó” indica “relaxação” e também “alimentação”, “afastar-se do estado de ira, fúria, violência”, “ abrir uma porta”, desatar as amarras de um odre”, “ deixar ir”, “ perdoar aos pais”, “retirar todos os véus dos olhos.”, etc. (SÁNDOR, 1982, P.137).

A Calatonia é uma técnica de relaxamento profundo que leva à regulação do tônus, promovendo o reequilíbrio físico e psíquico do paciente. Atua na "sensibilidade tátil", através da aplicação de estímulos sutis em áreas do corpo onde se verificam especial concentração de receptores nervosos.

⁴Nota: Técnica de relaxamento na qual o paciente a realiza de modo autógeno, isto é, auto-induzido por meio de frases que são verbalizadas pelo terapeuta, assim, o paciente chega a auto-relaxação concentrativa.

É um trabalho corporal que se utiliza do alto potencial de sensibilidade da pele, para viabilizar que o paciente vivencie experiências multissensoriais. Isso significa que é um tipo de estímulo que não é sentido meramente no físico, mas também mobiliza questões psíquicas.

Segundo Farah (2008), a Calatonia é um tipo de toque muito diferente daquele ao qual estamos habituados. Nossos pés estão acostumados a fazer movimentos mais pesados, já que sustentam o peso do corpo. Desse modo, um toque sutil, pode propiciar sensações nunca vivenciadas anteriormente pelo sujeito .

Os toques são feitos silenciosamente, de forma simples e suave, durante 2 a 3 minutos em diferentes pontos. O procedimento básico da Calatonia consiste em uma série de 9 toques que o terapeuta realiza na área dos pés, com ambas as mãos, simultaneamente: em cada um dos artelhos, em dois pontos da sola dos pés, nos calcanhares; tornozelos além de mais um toque no início da barriga das pernas. Pode ser acrescido do décimo toque, conhecido como Calatonia da cabeça, aplicado na nuca (região occipital). A seqüência foi proposta por Sándor e não existe um registro formal do porquê ela foi realizada desta forma, mas , segundo Armando (2007), alguns grupos de estudos do Sándor atribuem esse aspecto a referências a meridianos chineses, do-in, reflexologia, “ mas sempre com o sentido de amplificação e não de explicação.” (ARMANDO,2007,p.29).

A descrição detalhada da técnica é a seguinte:

O terapeuta deve sair da sala para lavar as mãos tanto no começo quanto ao final da técnica, e deve pedir ao paciente que, enquanto, ele lava as mãos, o paciente tire os sapatos, deite-se em decúbito dorsal com os braços ao longo do corpo e feche os olhos, preferencialmente. Deve avisar ao paciente que ele receberá toques suaves nos pés e que esse aspecto pode causar sensações ou alterações em outras partes do corpo. Pede-se que o paciente fique em silêncio para uma melhor fluência do método, entretanto, se ele sentir alguma emoção muito intensa, não há problemas caso sinta necessidade de expressá-la verbalmente, embora o ideal seja deixar os comentários para depois do relaxamento. Deve-se recomendar ao paciente que ele não se atenha a nenhum pensamento, mas que os deixe fluir livremente, sem preocupar-se com eles. (DELMANTO, 1997)

A descrição detalhada dos toques é a seguinte:

1º toque: terapeuta deve segurar com os dedos medianos e com os polegares, de modo bastante suave, os seus correspondentes. O polegar deve ficar embaixo e o mediano em cima. O mediano deve tocar suavemente “como quem quisesse carregar uma bolha de sabão” (SÁNDOR, 1982, p.140) por 3 minutos. É importante que o terapeuta observe sua postura corporal e procure deixá-la descontraída, o máximo possível, sem levantar os ombros.

2º toque: deve ser realizado no 2º dedo, no dedo do pé correspondente, e deve-se repetir os procedimentos do 1º toque.

3º toque: No 4º dedo, e deve-se repetir as instruções dadas no 1º toque.

4º toque: No dedo mínimo. Igual ao 1º toque.

5º toque: Deve ser realizado no grande dedo. Com todos os dedos, seguram-se os primeiros dedos, de maneira que os polegares apóiem por baixo, os indicadores e mínimos toquem os lados e os medianos e anulares estejam em cima.

Tanto o 6º, quanto o 7º toque devem ser feitos na sola dos pés. Cada um deles também deve durar cerca de 3 minutos. A mão deve estar em concha. O 6º toque, deve ser suave com os dedos anulares, médios e índices juntos a planta dos pés mais ou menos na extremidade metatársica do arco longitudinal. O 7º toque deve tocar a parte mais côncava do arco longitudinal e eles devem ser tocados com os 3 dedos (anular, mediano, indicador) de modo bastante sutil, sem exercer pressão.

O 8º toque deve ser realizado por meio da introdução das palmas das mãos em conchas pela lateralidade dos calcanhares. As mãos devem, portanto, apoiar os calcanhares, dando suporte a eles.

No 9º toque, o terapeuta deve colocar as palmas das mãos debaixo dos tornozelos, de modo que os calcanhares do paciente fiquem apoiados no antebraço do terapeuta. Os dedos indicador, mediano e anular ficam por baixo do início da barriga da perna e os outros dedos se distribuem naturalmente. Esse procedimento também deve durar 3 minutos.

Caso o terapeuta considere conveniente, após o nono toque ele pode colocar as mãos embaixo da nuca do paciente, na região occipital e, assim como os outros toques, deve-se permanecer por 3 minutos.

Após terminar a aplicação dos toques sutis, o terapeuta deve ajudar o paciente a retornar ao estado normal de consciência. Nesse caso, sugere-se as seguintes recomendações ao paciente: Sentir todo o corpo, movimentar, no seu tempo, os dedos dos pés e das mãos, abrir e fechar os olhos várias vezes, virar a cabeça para a direita, para a esquerda, encolher os ombros, soltar e encolher de novo, respirar profundamente, levantar, devagar, sem movimentos rápidos. (SÁNDOR, 1982).

Após fazer com que o paciente retorne, o terapeuta deve sair da sala para lavar as mãos, mas antes, deve pedir ao paciente que ele coloque suas meias, sapatos, etc. Ao retornar a sala, o terapeuta deve perguntar ao paciente quais foram as sensações que ele teve durante o relaxamento, esclarecendo que elas não são fundamentais, especialmente no início do trabalho corporal.

As imagens calatônicas.

Segundo Sándor (1982) as imagens da vivência da Calatonia surgem de modo espontâneo no decorrer das aplicações. Para ele, são condensações projetivas que ainda não têm condições de serem expressas verbalmente, e portanto são expressas por meio de imagens. Essas imagens são expressões do inconsciente e correspondem a uma realidade psíquica. Segundo ele:

“ A Calatonia possibilita uma afirmação e apresentação de problemas, em forma de imagens, sequência delas ou cenas, se o paciente não as reprime e o terapeuta não as força em esquemas interpretativos. Deve-se tomá-las como informações, conceituações ou até como fantasias ou sonho (sem estimular nem fomentar sua ocorrência), permitindo simplesmente que se manifestem.” (SÁNDOR, 1982, p.160)

Por serem de conteúdo subjetivo, essas imagens que trazem informações do obscuro mundo do inconsciente podem ser muito úteis para serem usadas em terapia, viabilizando a integração dos símbolos à consciência.

Sándor também relata a importância de se considerar a finalidade inerente das imagens, ou seja, de integrá-las ao processo psicoterápico de modo a levar em conta as necessidades momentâneas do paciente naquele contexto da sua vida. Portanto, o que surgir será uma imagem que deve ser compreendida em seu amplo sentido.

Assim, as imagens observadas durante as sessões de Calatonia em conjunto com as sensações corporais do paciente devem ser integradas para que os conteúdos inconscientes do mesmo possam ser integrados à consciência, viabilizando uma transformação de energia capaz de transformar o ego do sujeito.

Entrevistas

Abaixo encontram-se as duas entrevistas retiradas da obra de Armando (2007), as quais analisei, posteriormente, usando como base o Dicionário de Símbolos de Chevalier e Gheerbrant (1988).

Participante nº 4

Nome: Karin

Idade: 47 anos

Estado Civil: Casada

Filhos: 2

Local de nascimento: São Paulo

Profissão: Psicóloga (formada também em Biologia e Pedagogia)

Religião: Católica com crença espírita

Experiência anterior com a Calatonia : Não

Primeira sessão:

“De início acho que estava meio apreensiva. Logo que ela tocou o primeiro dedo senti a energia subir pelos pés, pernas, indo até braços, corpo. Num segundo momento senti a energia expandir ainda mais e chegar à cabeça. O fluxo de energia chegava a aquecer o corpo.

Vi um móvel cheio de vasos e ramalhetes de flores, tipo floreira de rua para venda. Depois, em toques diferentes, vinham outras flores : rosa cor-de-choque aberta, um arco de primavera rosa choque, uma flor de lótus branca.

Logo no segundo dedo ouvi alguém falar comigo dizendo algo do meu irmão e o ouvi eu mesma respondendo : “ Meu irmão, como assim, *meu irmão?*”. Depois pensei, só se for meu irmão que perdi...

Durante toda a aplicação eu **ouvia conversas**, eram conversas diferentes, grupos diferentes, mas eu não estava adormecida, estava bem desperta (*isso nunca aconteceu antes)

Só no segundo toque do pé é que dei uma “apagada” muito rápida e cheguei a ter um espasmo que até ergui a mão e parte do braço direito.

Segunda sessão:

Relaxei muito rapidamente, já no 2º/3º dedo. Logo que ela tocou, como na primeira vez, senti a energia subindo rapidamente e “preenchendo” o corpo todo. Tive alguns espasmos : mão esquerda, perna.

Percebi que estava com as coxas muito contraídas e tensas e tentei soltá-las. Lembro-me de ter visto algumas imagens, mas não consigo me lembrar delas. Logo que ela encerrou, me veio a imagem da caixa de sucrilhos Kellog`s e em seguida um caminho (uma trilha), todo forrado por sementes, principalmente alpiste.

Terceira sessão:

Novamente, logo que ela me tocou, senti a energia subir e parar no estômago, aonde pareceu ficar circulando por um tempo, depois a energia se espalhou pelo resto do corpo. Só que desta vez, a energia não subia de forma linear, ela vinha de forma espiralada, e assim demorei muito tempo para relaxar, pois esse movimento parecia me preencher e de certa forma era uma energia turbulenta.

Lembro da imagem de um cais de madeira com 2-3 pessoas em cima e no início dele. Noutro momento, vi uma árvore com a copa deitada para o lado (tipo bonsai), como que se o vento a tivesse modelado para o lado esquerdo, toda florida com flores lilás.

Eu tive um espasmo que cheguei a levantar a mão e fiquei muito relaxada, mole até. Demorei muito a voltar ao normal, estava em slow-motion, demorei inclusive a me recompor.

Participante nº 11

Nome: Elisa

Idade: 45 anos

Local de nascimento: São Paulo

Profissão: Psicóloga

Estado civil: casada

Filhos: 0

Religião: Messiânica

Experiência anterior com a calatonia : Sim

Embora não seja por um longo tempo, é importante destacar que este não foi o meu primeiro contato com a Calatonia, pois atualmente venho vivenciando na terapia.

No começo desta sessão, estava um pouco incomodada com a irregularidade da minha respiração, semelhante ao que ocorreu no dia anterior da minha terapia. Entretanto, a partir do 5º toque comecei a respirar regularmente, sentindo-me mais relaxada.

Com isso, consegui desconectar-me do desconforto, deixando fluir livremente o pensamento.

Neste momento surgiu a imagem de um muro totalmente coberto por folhagens (trepadeiras). Ao abri-lo percorri um longo corredor escuro, também de cor marrom que terminavam num canal. No momento em que fui aproximando deste canal, eu avistei uma corrente de água límpida, de cor bem clara onde mergulhei seguindo a correnteza da água. Em seguida, caí em mar aberto, levada pela força da água. Neste local não foi possível ver nada

adiante por causa de um forte nevoeiro que impedia a visão, mas eu ainda fiquei parada ali por um bom tempo, observando o nevoeiro.

Depois, no momento em que minha cabeça foi levantada, eu tive uma nítida sensação de elevação corporal, surgindo simultaneamente a imagem de uma lua bem grande que despontava por entre as árvores numa floresta escura. Essa imagem sumiu repentinamente, como a tela de uma televisão sendo desligada, dando espaço a uma escuridão total.

Segunda sessão:

No início desta sessão eu estava bastante relaxada e surgiu uma única imagem que não estou conseguindo resgatar de forma alguma.

Eu lembro somente que a sensação que tive foi de ter “apagado”, ou seja, não estava atenta aos movimentos e sons daquele momento (conforme o esperado para o meu padrão), mas também não estava dormindo. Em seguida, surgiu uma dor forte no braço direito que me fez desviar o foco de atenção, por ter provocado bastante desconforto.

Depois, acredito que da metade para o final da sessão, me desconectei da dor, voltando a mesma sensação de “desligamento” inicial.

Terceira sessão :

Imediatamente após o primeiro toque, surgiu a imagem de um Pegasus preto e brilhante como se fosse de porcelana, voando sozinho e inclinado. Quando aterrizou ele se transformou num cavalo normal, montado por um homem desconhecido que galopava livremente num campo aberto, onde tudo estava escuro.

Na sequência a imagem se modifica, ficando tudo claro e eu apareço montada no cavalo que agora era marrom, e estava percorrendo um campo deserto forrado por uma vegetação clara como plumas ou trigos.

Em seguida, surge uma nova imagem onde ainda estava montada no cavalo com a metade do seu corpo submerso no mar de cor azul turquesa bem clara e transparente. Lentamente um cavalo marinho foi aproximando e ficou nos observando. Neste momento fui envolvida por uma sensação agradável de leveza e conforto.

De repente, surgiu uma dor no braço direito que durou pouco tempo, mas desviou minha atenção. Logo após tive a sensação dos meus pés estarem puxados e com isso eles foram se alongando e ao mesmo tempo ficando frios. Em seguida me desconectei completamente por um instante, parecendo ter entrado num estado alterado de consciência, pois não estava dormindo mas também não estava atenta aos acontecimentos (“apaguei”). Ao terminar a sessão percebi que meus pés permaneciam ainda bastante frios, mas eu estava muito bem.

Análise

Análise da participante nº 4:

A paciente Karin relata ter visto um móvel cheio de vasos e ramalhetes de flores. Embora cada flor tenha seu simbolismo, de um modo geral, elas representam segundo Chevalier e Gheerbrant (1988) o princípio do passivo, na medida em que o cálice da flor é compreendido como algo que recebe as atividades celestes: “O desenvolvimento da flor a partir da terra e da água (lótus) simboliza o da manifestação a partir dessa mesma substância passiva.” (CHEVALIER E GHEERBRANT, 1988,p.437)

Esse simbolismo pode nos fazer compreender que Karin estava numa posição de receptivas aos benefícios do trabalho corporal, na medida em que estaria aberta para possibilidades de cura, como o cálice de flor. A flor também está muito relacionada a fiminilidade. Inclusive, uma das flores que vê em sua imagem é a Flor de Lótus. Ademais, a flor apresenta outros simbolismos:

O simbolismo tântrico-taoísta da Flor de Ouro é também o do atingimento de um estado espiritual: a floração é o resultado de uma alquimia interior, da união da essência (tsing) e do sopra (k'i), da água e do fogo. A flor é idêntica ao Elixir da vida; a floração é o retorno ao centro, à unidade, ao estado primordial. (CHEVALIER E GHEERBRANT,1988,p.437)

Nesse sentido, a partir da compreensão desse simbolismo que remete a transformação interior, podemos supor que a Calatonia promoveu possibilidades de alquimia interna da paciente, promovendo um retorno ao estado primordial, ou seja, às suas potencialidades que estão nela desde o momento de seu nascimento. Isso porque, ao viver a totalidade do seu ser, o indivíduo consegue fazer uma nova relação entre esses elementos psíquicos, consciente e inconsciente, e elaborar uma nova síntese.

A paciente relata várias sensações corporais, inclusive de espasmos das mãos e dos pés esquerdo o que demonstra uma dificuldade inicial em relaxar, que se abrandou gradativamente na medida em que ela teve várias imagens calatônicas. Ademais, o lado esquerdo está associado simbolicamente ao inconsciente, o que pode evidenciar em termos corporais a mobilização de conteúdos mais profundos.

O fato de a paciente ter visualizado uma caixa de cereais e posteriormente um caminho forrado por sementes, pode indicar a saída de um mundo fechado, particular, delimitado, para

uma outra situação na qual existiam novas possibilidades de vidas, representadas simbolicamente pelas sementes.

Caixa:

Símbolo feminino, interpretado como uma representação do inconsciente e do corpo materno, a caixa sempre mantém um segredo: encerra e separa do mundo aquilo que é precioso, frágil, temível. (CHEVALIER E GHEERBRANT, 1988, p.164)

Isso significa que, possivelmente, a paciente se viu saindo de um universo fechado, enquadrado e delimitado, para se aventurar a seguir outra possibilidade de vivência. Também pode significar uma receptividade ao trabalho psicoterápico, na medida em que ela permitiu que seus segredos saíssem da caixa para serem explicitados e foi, a partir da saída da caixa, que ela vislumbrou um novo caminho.

A paciente relata ter sentido a energia subir em seu corpo de forma espiralada. A espiral é uma figura encontrada em várias culturas e é dotada de diferentes significações simbólicas. De um modo geral, representa a partida de uma extremidade para se chegar numa outra extremidade de forma mais fácil. É o movimento que sai de um ponto e se prolonga ao infinito.

Espiral:

A espiral simboliza, igualmente, a viagem da alma, após a morte, ao longo dos caminhos desconhecidos, mas que a conduzem através dos seus desvios desordenados, à morada Central do ser eterno. (CHEVALIER E GHEERBRANT, 1998,p.400).

Nesse sentido, pode-se fazer uma analogia ao processo de individuação na medida em que a espiral representa a evolução de uma força, de um estado, haja vista a forma como ela se manifesta no reino vegetal, como as formas helicoidais do DNA e do RNA, por exemplo. Representa assim, um progresso, uma rotação criacional, um desenvolvimento, uma continuidade da vida. Analogamente, no processo de individuação, há um direcionamento do indivíduo para viver a totalidade do seu eu singular, possibilitando que ele se aproxime do si-mesmo. Assim, o ego sai do ponto inicial em que estava para aproximar-se do self, e, nesse momento, ocorre a reorganização dos elementos da psique (integração dos conteúdos inconscientes à consciência) que promovem uma nova síntese.

Além disso, Karin também relata que viu a imagem de uma árvore pendendo para o lado esquerdo. Segundo Chevalier e Gheerbrant(1988) muito embora árvore seja dotada de muitas simbologias, a principal é a ligação que ela representa entre o céu e a terra.

A árvore põe igualmente em comunicação os três níveis do cosmo: o subterrâneo, através de suas raízes sempre a explorar as profundezas onde se enterram; a superfície da terra, através de seu tronco e de seus galhos inferiores; as alturas, por meio de seus galhos superiores e de seu cimo, atraídos pela luz do céu. (CHEVALIER E GHEERBRANT, 1998,p.84)

Talvez o fato de a copa estar pendendo para o lado esquerdo, possa indicar que essa ligação entre céu e terra, que analogamente, seria inconsciente e consciente, ainda não está completamente equilibrada.

Dentre as simbologias da árvore, também existe, segundo Chevalier e Gheerbrant(1988) o mito de Penteu,a serpente,filho de Equíon, uma cobra. Para conseguir assistir às orgias de Mênades, Penteu sobe em uma árvore. Sua própria mãe avisa Mênades, que derruba a árvore e Penteu é confundido com um animal e é morto, e dentre seus assassinos está a própria mãe. Nesse mito encontra-se, portanto, duas simbologias da árvore : fálica, pois a derrubada indica a castração, e um sentido maternal, representado pela subida da mãe no pinheiro e pela morte que impinge ao próprio filho

Essa simbologia dupla da árvore,representa, de acordo com os autores, o processo de individuação, porque há uma união de opostos: castração e sentido maternal.

Desse modo, observa-se que as imagens mobilizadas durante as sessões de Calatonia, eram dotadas de um potencial transformador, na medida em que sempre estavam associadas à possibilidade de integração de conteúdos inconscientes à consciência.

Análise da participante nº: 11

Elisa relata um desconforto inicial, principalmente com a respiração. Ao que parece, a rigidez inicial da sua postura foi abrindo possibilidades para um maior estado de relaxação. Segundo Chevalier (1988), a respiração envolve um movimento centrífugo e centrípeto de entrada e saída do ar, que simboliza a produção e a reabsorção do universo. Segundo o autor : “Respirar é assimilar, se o ar é símbolo do espiritual do sopro, respirar será assimilar um poder espiritual.” (p.778) Ela também viu um muro com portão de ferro marrom escuro e fechado, o que algum modo, pode representar essa trava que a paciente tinha em vivenciar plenamente o relaxamento.

Muro :

É a cinta protetora que encerra um mundo e evita que nele penetrem influências nefastas de origem inferior. Ela tem o inconveniente de limitar o domínio que ela encerra, mas a vantagem se assegurar sua defesa, deixando, além disso, o caminho aberto à recepção da influência celeste.(...) Talvez seja também como símbolo da separação que deva se interpretar o famoso ‘Muro das Lamentações’.Assim, chegar-se-ia a significação mais fundamental do muro: separação entre os irmãos exilados e os que ficaram; separação fronteira-propriedades entre as nações, tribos, indivíduos, separação entre famílias, separação entre Deus e a criatura, o soberano e o povo. O muro é a comunicação cortada, com sua dupla incidência psicológica: segurança, sufocação, defesa, mas prisão. (CHEVALIER E GHEERBRANT, 1988,p.512)

Dessa forma, ao que parece,a imagem do muro que a paciente tem ao vivenciar a Calatonia,devido ao contexto pessoal da mesma,nos leva a pensar que há uma dificuldade em se entregar a novas vivências que vão além do muro. Este é dotado do paradoxo de protegê-la, ao mesmo tempo que a impede de conhecer outras possibilidades de existência. Entretanto, ela abre o portão que havia no muro e encontra um canal, no qual avista uma corrente de água límpida. Para Chevalier, a simbologia da água está ligada, fundamentalmente, à purificação, fonte de vida centro de regenerescência.Megulhar na água sem se diluir completamente, ou seja,conseguir sair dela inteiro, é como um renascer simbólico, é renovar-se.

Água:

Origem e veículo de toda a vida: a seiva é água e, em certas alegorias tântricas, a água representa prana, o sopro vital. No plano corporal, e por ser também um dom do céu, ela é um símbolo universal de fertilidade e fecundidade. A água do céu faz o arrozal, dizem os montanhesees do sul do Vietnã, sensíveis, também, cumpre dizê-lo, à função regeneradora da água, que consideram medicamento e poção de imortalidade. (CHEVALIER E GHEERBRANT, 1988, p.16)

A água também está relacionada, simbolicamente, nas tradições judaico e cristã, à origem da criação. Também pode ser compreendida como sendo fonte de vida e fonte de morte, porque tem o poder da criação e da destruição, haja vista as grandes tragédias provocadas por enchentes e tempestades. Em se tratando da sua função regeneradora, o autor considera:

A imersão nela é regeneradora, opera um renascimento, no sentido já mencionado, por ser ela , ao mesmo tempo, morte e vida. A água apaga a história, pois restabelece o ser num estado novo. A imersão é comparável a deposição de Cristo no santo sepulcro : ele ressuscita, depois dessa descida nas entranhas da terra. A água é símbolo de regeneração: a água batismal conduz explicitamente a um novo nascimento, é iniciadora. O Pastor de Hermes fala daqueles que desceram à água mortos e dela subiram vivos. É o simbolismo da água viva, da fonte da juventude. O que tenho em mim, diz Inácio de Teóforo (segundo Calisto) é a água que opera e fala. Sabe-se que a água da fonte de Castália, em Delfos, inspirava a Pítia. A água da vida é a Graça divina. (CHEVALIER E GHEERBRANT, 1988, p.18)

Assim, é possível supormos que, embora houvesse uma resistêcia inicial para a vivência de novas possibilidades de se colocar no mundo, devido a presença de um muro, as vivências corporais permitiram que, posteriormente, Elisa caminhasse e encontrasse um canal aonde havia água, símbolo da renovação e purificação. É como se a paciente estivesse tendo a oportunidade de apagar, naquele elemento, questões que dificultam seu desenvolvimento pessoal. Ao que parece, essa possibilidade de renovação a aproxima de si-mesma, na medida em que viabiliza que ela estabeleça um novo direcionamento para sua vida, pautado na regeneração. Podemos supor, desse modo que, a vivência da Calatonia, permitiu que a paciente entrasse em contato com imagens ilustrativas do seu potencial de desenvolvimento na medida em que ela conseguiu, imagetivamente, encontrar possibilidades de renascimento depois de abrir as portas de um muro que a cerceava de entrar em contato consigo mesma. Isso porque a água representa algo de inato na medida em que está relacionada com a fase embrionária do desenvolvimento humano. Ademais, após ter entrado neste canal, a paciente relata ter caído em mar aberto. Segundo Chevalier (1988), mar significa o dinamismo da vida porque é de lá que tudo sai e para onde tudo volta, por isso representa a vida e a morte. Esse aspecto confirma o fato de as imagens calatônicas representarem, possivelmente, uma profunda transformação no direcionamento da vida da paciente.

Elisa refere ter visto também, a imagem de um Pégaso, que, segundo a Enciclopédia Barsa (1965), na mitologia grega, é um cavalo alado símbolo da imortalidade. Nasceu do tronco da medusa, quando Perseu a decapitou. Domesticado por Minerva no Olimpo, foi, segundo uma

das versões místicas, doado por ela a Belerofonte (herói, filho de Posídon), a fim de que combatesse a Quimera. Conta-se, ainda, que Belerofonte, montado no Pégaso, desejou aproximar-se do céu. Júpiter atçou Pégaso, e este, corcoveando, jogou por terra o cavaleiro, que morreu. Está ligado ao mito de Eos (a Aurora), pois se em algumas versões esta deusa possui dois cavalos (Lamos e Faetonte), noutras seu cavalo é o próprio Pégaso. E é sobre este último que ela é representada, com uma coroa de flores, tendo em uma das mãos um archote e, na outra, uma chuva de rosas. Pégaso convivia com as medusas, e no Parnaso, no Helicon, no Pindo e no Piero, locais freqüentados pelas filhas de Júpiter e de Mnemosine, o cavalo alado costumava pastar.

Pelo fato de Pégaso ser o símbolo da imortalidade pode-se evidenciar que a paciente realizou uma associação simbólica que indica alguma relação com as mudanças ocorridas em sua vida após submeter-se às sessões de Calatonia. O fato de Pégaso ter se tornado uma constelação na mitologia grega, pode demonstrar que a paciente está com menos receio de lidar com seus conteúdos obscuros e reprimidos que estavam em seu inconsciente. O fato de ser de porcelana e estar voando sozinho, pode evidenciar certa fragilidade no processo de dissociação das massas gregárias. Ao mesmo tempo em que há o desejo da individuação, esse desejo ainda é vulnerável e pode esfacelar-se com facilidade pois a porcelana é vulnerável, porém, o vôo acontece. Elisa refere que, posteriormente, Pégaso transforma-se em um cavalo normal, montado por um homem desconhecido.

Psicanalistas fizeram do cavalo o símbolo do psiquismo inconsciente ou da psique não humana, arquétipo próximo ao da mãe, memória do mundo ou ao do tempo, porquanto está ligado aos grandes relógios naturais, ou ainda, ao da impetuosidade do desejo. Mas a noite conduz ao dia, e acontece que o cavalo, ao passar por esse processo, abandona as suas sombrias origens até elevar-se ao céu em plena luz. Vestido de um branco manto de majestade, ele cessa então de ser lunar e ctoniano, para tornar-se uraniano ou solar, nas esferas dos deuses bons e dos heróis: o qual amplia ainda mais o leque de suas acepções simbólicas. (CHEVALIER E GHEERBRANT, 1988, p.203)

Analisando-se o breve contexto de vida da paciente que nos foi descrito, pode-se supor: um desejo de voar, mesmo que o Pégaso seja de porcelana, e um possível medo de ser derrubada por Júpiter quando ela estiver voando alto. Júpiter, nesse caso, poderia simbolizar uma dificuldade do ego do sujeito em perceber os conteúdos inconscientes e assimilá-los à consciência. Quanto mais a paciente estiver presa numa idéia egóica de “eu sou mais eu”, polarizando apenas na percepção consciente, mais o ego terá dificuldade em se transformar e maior será a intensidade do conflito. Entretanto, ao que parece, embora a paciente sinta um medo de se envolver completamente no relaxamento, também existe uma busca no sentido de

viabilizar que o ego tenha acesso ao símbolo e que, portanto, possa se transformar. Isso se comprova também pela imagem do cavalo que é um símbolo portador da idéia de vida e morte, e portanto, analogamente, pode representar uma atitude do ego em integrar as sombras à consciência, pois existe um homem desconhecido galopando o cavalo, Esse homem desconhecido, pode ser uma parte da psique da paciente que ainda é sombria para ela, entretanto, essa parte está emergindo e conduzindo um cavalo que simboliza uma saída das sombras para ascender-se à luz, o que indica uma capacidade de conduzir a própria existência. Ademais, o fato de ser um homem galopando o cavalo, indica um contato da paciente com o animus, o que permite que ela integre sua energia masculina. É importante ressaltar que este contato compõem uma das fases do processo de individuação.

Desse modo, as imagens calatônicas são símbolos que, de algum modo, trouxeram a solução para o conflito que a paciente vivenciava naquele momento da sua vida.

Essas imagens calatônicas são fundamentais para promover uma modificação no ego e uma aproximação do mesmo ao self.

Conclusão

A partir da análise dos casos selecionados neste trabalho, pode-se concluir que a Calatonia viabiliza o processo de individuação na medida em que se observa que as imagens calatônicas das pacientes evidenciam que as vivências as conduziram a algo maior e transcendente, na medida em que as imagens estavam sempre associadas, simbolicamente, a possibilidades de orientação da vida para novos caminhos. Esta nova possibilidade de existência, ao que parece, promoveu uma transformação no ego das pacientes, pois facilitou uma integração de conteúdos inconscientes à consciência. Foi, portanto, por meio de uma vivência corporal que elas puderam viabilizar essa integração de opostos. Segundo Jung, “ o inconsciente só pode ser experimentado no corpo e este é a manifestação externa do Self (apud RAMOS, 1994,p.49)

Assim, a Calatonia facilitou a manifestação do símbolo, já que este sempre tem uma manifestação corpórea, haja visto os espasmos e as sensações de conforto e desconforto corporais sentidos pelas pacientes durante a sessão. Tanto as alterações fisiológicas quanto as imagens que as pacientes vivenciaram, são símbolos que expressam a integração psique-corpo.

Segundo Jung individuar-se é tornar-se si mesmo, desagregar-se das massas gregárias e seguir seu potencial próprio. É fato que esse processo é espontâneo e ocorre naturalmente em todos os seres humanos, porém, a partir da análise dos casos, pudemos constatar que ele pode se tornar mais fluido pela aplicação da técnica da Calatonia.

Isso se justifica pelo fato de as imagens calatônicas terem facilitado uma transformação no ego das pacientes. Pelos símbolos analisados, pudemos observar uma aproximação do ego ao self, já que os símbolos provenientes dos arquétipos estavam sempre relacionados com transformação e com um reencontro de si, bem como com uma conscientização de conteúdos obscuros. Assim, é possível constatar que as vivências promoveram uma aproximação da consciência ao corpo, na medida em que, segundo o relato da vivência das pacientes, houve um confronto com a sombra.

Desse modo, as imagens do inconsciente das pacientes, ao aflorarem durante a sessão, evidenciaram a realidade psíquica delas naquele momento, e, de algum modo, permitiram que elas se conscientizassem de conteúdos reprimidos do inconsciente, entrando em contato com partes obscuras de suas personalidades.

Referências bibliográficas :

ARAÚJO, C. A. *O corpo lúdico : sua utilização na psicoterapia infantil de orientação junguiana*. Dissertação de mestrado. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. São Paulo, 1986.

ARMANDO, M. *Calatonia e religiosidade -uma abordagem junguiana*. Dissertação de Mestrado. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. São Paulo, 2007.

CHEVALIER, J., GHEERBRANT, A. *Dicionário de símbolos*, Rio de Janeiro: José Olímpio, 1988.

DELMANTO, S. - *Toques Sutis*. São Paulo: Summus Editorial, 1ª edição, 1997.

ENCICLOPÉDIA BARSA, Vol. 10, Encyclopaedia Britannica Editores Ltda, Rio de Janeiro, 1965.

FARAH, R. M. *Integração psicofísica*. São Paulo: Companhia Ilimitada, 2008.

JUNG, C.G. (1923-1971) *The collected works of Carl G. Jung*. Bolíngen Series XX. Princeton, New Jersey. Princeton University Press.

JUNG, C. G. *A prática da psicoterapia*. Petrópolis: Ed. Vozes, 2ª edição, 1985.

JUNG, C. G. *Fundamentos de Psicologia Analítica*. Ed. Vozes, 12ª edição, 2004.

JUNG, C.G. *O desenvolvimento da personalidade*. Petrópolis: Ed. Vozes, 1983

JUNG, C.G. *Psicologia do inconsciente*. Petrópolis: Vozes, 1987.

JUNG, C. G., *Seminários sobre Visões*, 1930; Tradução de P. Sándor para uso em grupos de estudos; Texto apostilado.

MONTAGU, Ashley, *Tocar - O Significado Humano da Pele*. São Paulo : Summus, 1988.

PENNA, Eloísa- *Um estudo sobre o método de investigação da psique na obra de C. G. Jung*. Dissertação de mestrado. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. São Paulo, 2003.

RAMOS, D. G. *A psique do corpo : uma compreensão simbólica da doença*. São Paulo: Ed. Summus, 1994.

SÁNDOR, P. *Boletim de Psicologia*. Publicação da Sociedade de Psicologia de São Paulo, n.57-58, v. XXI, 1969.

SÁNDOR, P. e outros. *Técnicas de relaxamento*. São Paulo, Ed Vetor, 1982.

_____, Seminários sobre: Assim Falou Zarathustra, Clube Psicológico de Zurique, 1934 /1939; Tradução de P. Sándor para uso em grupos de estudos; Texto apostilado.

SANNINO, A. *Métodos do trabalho corporal na psicoterapia junguiana*. São Paulo, Ed. Moraes, 1992.

SANTOS, C. C. *Individuação Junguiana*. São Paulo, Ed. Sarvier, 1976.

SCHILDER, P. *A imagem do corpo : as energias construtivas da psique / Paul Schilder ; trad. Rosanne Wertman*. São Paulo, Martins Fontes, 1994.

SILVEIRA, N.da. *Jung-vida e obra*. 19ª ed. Rio de Janeiro: Ed. Paz e Terra, 2003.

VARGAS, N. Tornar-se si mesmo. *Viver mente e cérebro*. São Paulo, nº2, p.74-79.

WAHBA, L. L. *Consciência de si através da vivência corporal*, dissertação de mestrado em psicologia clínica pela PUC-SP, 1982.