

ENCONTROS DE PSICOLOGIA ANALÍTICA

Maria Elci Barbosa Spaccaquerche (org.)



O USO DA ARTE COMO UM RECURSO EXPRESSIVO NA CLÍNICA PSICOLÓGICA¹

(a partir de uma vivência singular do terapeuta)

Denise Maia

*Psicóloga com especialização em arte integrativa
e membro-analista do Instituto Junguiano de São Paulo / AJB,
filiação à IAAP – Zurique, Suíça*

A arte pode ser entendida sob muitas óticas e o meu olhar sobre ela busca compreender o processo criativo em seu aspecto psicológico. A sua utilização no trabalho clínico como um recurso expressivo facilita a mobilização de conteúdos inconscientes.

Embora Jung tenha privilegiado, em sua vida pessoal e clínica, o contato com diversas formas artísticas, como pintura, desenho e argila, e tenha atribuído uma grande importância às imagens e símbolos, ele falou pouco especificamente sobre arte em seus escritos. No vol. X (livro 1) de sua obra, no tomo intitulado “O espírito na ciência e na arte,” ele analisa a obra *Arlequim* de Picasso e o *Ulisses* de James Joyce.

Uma das primeiras coisas que Jung enfatiza é a diferença significativa entre o seu olhar e a visão de Freud. Para ele, a psicanálise clássica via a arte como um produto psíquico da sublimação, ou seja, conteúdos reprimidos encontravam na realização da obra uma possibilidade de expressão mais aceita. Assim, dentro deste ponto de vista,

¹ Palestra proferida em junho de 2006.

a obra era percebida como uma forma de explicação aos sintomas do artista, e este como um caso clínico. Havia uma compreensão regressiva, onde os fatos da infância do autor eram mais importantes do que a própria obra.

A visão de Freud configura-se então em um olhar reducionista e causal pois embora a história do artista possa trazer um maior conhecimento sobre sua vida, ela não explica o significado da obra e seu caráter, pois a obra traz em si sua própria forma, impondo-a ao artista.

Diz Jung: “A planta não é simplesmente um produto do solo, mas também um processo vivente e criativo que repousa em si mesmo e cuja essência nada tem a ver com o caráter do terreno. Assim, a obra é uma força natural que vive e cresce no indivíduo, é um ser vivente plantado na alma do homem” (1922).

Para ele, é o self que se exprime através de conteúdos arquetípicos, revelando a natureza mais profunda, independente da vontade do artista que se vê compelido a criar. Desta forma o processo criativo não pode ser guiado apenas por uma escolha consciente, pois a obra se desenvolve no artista como um complexo criativo autônomo, que irrompe e se impõe.

A partir da diminuição da atividade consciente, há o surgimento de um estado alterado (rebaixamento da consciência), que propicia a atividade criativa e a mobilização inconsciente. Esta é uma situação de risco, onde os conteúdos que emergem do inconsciente precisam de um ego suficientemente forte para integrá-los. Caso o ego seja frágil e se desestruture, há a invasão dos conteúdos inconscientes na consciência e a ruptura com o mundo objetivo, ocorrendo a possibilidade de psicotização.

O processo criativo se expressa num diálogo constante entre consciente e inconsciente, podendo se fazer um paralelo com o processo de individuação, onde o artista trabalha sua própria transformação, num pro-

cesso de reconhecimento e unificação dos opostos na sua psique.

A confrontação de dados conscientes e inconscientes é uma operação criativa que conduz a uma modificação. Assim, o jogo de opostos está presente no trabalho do artista que tenta dar forma ao caos e ao sem forma elaborando nesta dialética a sua obra.

Em 1936 Jung falou sobre os cinco instintos e apontou um deles como o instinto criativo, onde a força criativa é vista como uma função psíquica.

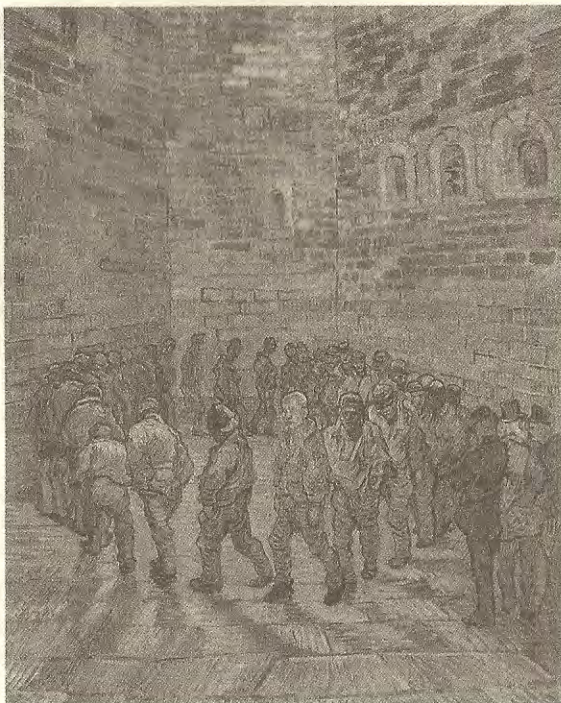
O meu contato com a arte se deu de três formas diferentes: a 1ª como apreciadora, depois como criadora e também como terapeuta que acompanha o cliente que cria. Esta primeira experiência se iniciou quando fui a uma exposição e me percebi profundamente mobilizada por um quadro. Senti a necessidade de visitar várias vezes não a exposição, mas esta obra em especial, pois a partir da contemplação da tela senti-me envolvida com seu segredo.

Poderíamos falar aqui do carácter iniciatório do processo artístico que provocou em mim um chamado interno, para que eu trilhasse um novo caminho, até então desconhecido.

Disse Andrei Tarkovsky, cineasta russo: “Ao se emocionar com uma obra-prima, uma pessoa começa a ouvir em si própria aquele mesmo chamado da verdade que levou o artista a criá-la. Quando se estabelece uma ligação entre a obra e seu espectador, este vivencia uma comoção espiritual sublime e purificadora. É neste momento de descoberta de si mesmo que nos transformamos” (1998).

A partir do contato com esta tela, comecei a pesquisar sobre a arte, movimentos artísticos, artistas, enfim, procurei ter um maior entendimento do processo criativo e do fenômeno estético.

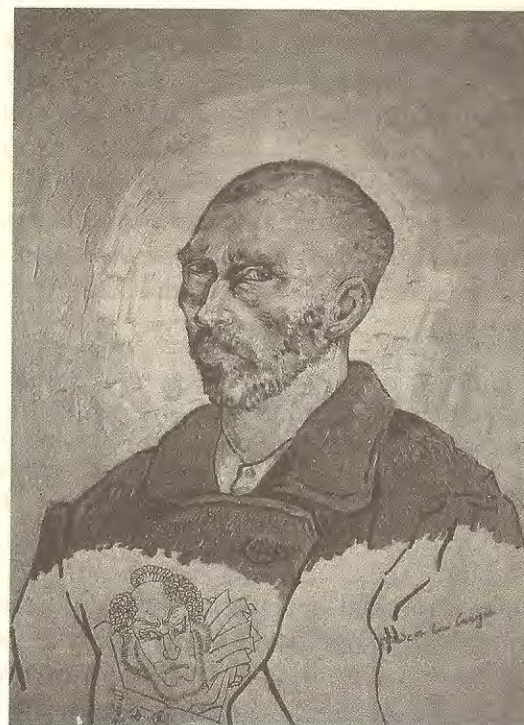
A ronda dos prisioneiros



Por ocasião de uma exposição sobre o impressionismo e pós-impressionismo europeu, tive meu primeiro contato visual com o estranho e intenso estado de alma de Vincent van Gogh, que de imediato me fascinou. Dentre as várias obras pós-impressionistas do acervo do museu Puskin de Moscou apresentadas, uma mobilizou profundamente a minha atenção: "A ronda dos prisioneiros", releitura feita por van Gogh de um trabalho de Gustave Doré em fevereiro de 1890, cuja tela traz uma luminosidade até então ausente na primeira versão.

Convém ressaltar o conteúdo arquetípico desta obra que se repete, por exemplo, nos rituais indígenas, nas danças circulares e nos jogos infantis, ou seja: o princípio de movimento em círculo, cujo circuito repetitivo gera a consciência de um centro transpessoal. Através da circulação forma-se um círculo mágico protetor onde se potencializa a energia vinda do inconsciente, como uma espécie de carga elétrica que envolve a todos.

Observa-se na tela que há um prisioneiro no círculo que olha diretamente para o observador e é considerado um autorretrato do artista. Interessei-me em estudar van Gogh e especialmente seus autorretratos, realizados num período de apenas 4 anos. Foram 43 imagens no total.



Autorretratos são espelhos da psique profunda, reflexos dos estados da alma. Quando examinados em série como as imagens de sonhos, delineiam um caminho trilhado denominado por Jung de processo de individuação. O autorretrato também é um laboratório onde a partir de sua imagem o artista trabalha técnicas e as aprimora.

Nesta imagem, van Gogh mostra-se quase como um santo na imagem desenhada em sua roupa, um guerreiro samurai, aspecto autônomo da psique que irrompe talvez simbolizando sua luta interior. Representa-se calvo e, segundo seu relato em cartas, seria um adorador de Buda, tendo os olhos amendoados e penetrantes denotando uma profunda tristeza. Talvez esta referência ao budismo signifique o movimento de van Gogh de se libertar da matéria.

Iniciei um trabalho com uma artista plástica neste momento, e passei a pintar aquarelas. A partir de um trabalho corporal, relaxamento e o contato com músicas, eu era convidada num ateliê a escolher tintas, pincéis e a expressar esta experiência plasticamente.

A partir de um sonho que tive neste período, resolvi incluir recursos artísticos no meu trabalho com adultos. Eu já os utilizava com crianças e adolescentes, além do material gráfico.

Entro numa sala e vejo um cavalete, a palheta e uma tela. Sobre uma mesa, ao lado, há um recipiente de vidro transparente com tubos grandes de tintas contorcidos. Ao pegar um deles percebo que pulsava no mesmo ritmo que o meu coração. Eu parecia contaminada por uma força descomunal.

Propor aos pacientes a pintura como forma de expressão é possibilitar-lhes que a partir de imagens e cores possam dar forma a seus desejos e emoções interiores, onde apenas o verbal torna-se vazio e limitado.

Uma das funções mais importantes do uso da arte na psicoterapia é a revelação do inconsciente.

Da mesma forma que na alquimia a matéria vai sofrendo vários processos, na psicologia a obra é a psique que vai sendo transformada a partir da projeção de seus conteúdos. Psicologicamente é o trabalho com a sombra que vai se diferenciando e trazendo conteúdos à consciência. É neste diálogo entre consciente e inconsciente que o terapeuta pode fazer a ponte entre o que observa no paciente e o que é expresso em imagem.

Reconhece-se hoje a importância da vivência simbólica e a limitação da explicação apenas racional. Percebe-se que cada vez mais a prática psicoterápica inclui outros recursos além dos verbais a fim de que os fatos psíquicos possam ser experimentados mais profundamente.

Podemos falar do potencial reparador que o processo artístico tem e da grande importância do trabalho estético dentro do processo de individuação como forma de expressão do self.

No consultório tenho utilizado estes recursos, a partir do momento em que o paciente traz um símbolo forte presente num sonho ou mesmo uma sensação a qual ele não consegue expressar em palavras, ou principalmente quando identifico ser mais importante para ele a vivência simbólica do que a elaboração verbal. Sugiro que represente plasticamente seus sonhos, sentimentos, bem como imagens mobilizadas.

Sabe-se que o uso da pintura por si só é terapêutico. Ela permite o encontro com o prazer e o lúdico. Cada cor nos afeta mobilizando emoções e sentimentos.

Proponho ao paciente que ele se sente de forma confortável, se quiser no chão, feche os olhos, respire profundamente e "massageie" as mãos, observando textura e temperatura. Quando se sentir pronto, escolha o material: cores, papéis e outros recursos, entre eles a argila. Deixo esta

escolha por conta dele, não interferindo ou sugerindo. No final é solicitado que ele conte sua experiência, se quiser.

A cada sessão, todo o material produzido pelo paciente permanece disponível. Por vezes ele tem o desejo de alterar ou falar sobre a imagem antiga ou até mesmo jogá-la fora.

Pude observar em diversos clientes que uma série de imagens surge espontaneamente. Este material que emerge revela o fluxo de imagens do inconsciente que, por vezes colocado em palavras, não realiza toda a emoção que vai muito além dos limites verbais.

O caminho da vivência através das técnicas expressivas permite ao paciente que vá cada vez mais se relacionando com seus símbolos e aprendendo a reconhecer seus significados. Além disso, quando ele expressa suas angústias ou anseios num objeto ou numa imagem, há uma despotencialização do objeto e conseqüentemente uma assimilação do complexo.

Disse Jung:

Levo meus pacientes a reproduzir o invisível e o inimaginável da melhor maneira possível através da forma pictórica. A finalidade desse método de expressão é tornar os conteúdos inconscientes acessíveis e assim aproximá-los da compreensão. Com esta terapêutica consegue-se impedir a perigosa cisão entre consciente e inconsciente (1921).

Segundo Merleau Ponty,

usando esse método, o paciente pode tornar-se independente em sua criatividade. Já não depende dos sonhos, nem dos conhecimentos do médico. O que pinta são fantasias ativas daquilo que está mobilizado dentro de si. E o que está mobilizado é ele mesmo, mas já não mais no sentido equivocado anterior quando considerava que o seu "eu" pessoal e o seu "self" eram uma e a mesma coisa. Agora há um sentido novo que antes lhe era desconhecido. Numa série de quadros o paciente esforça-se por representar

exaustivamente o que sente mobilizado dentro de si, para descobrir finalmente que é o eterno desconhecido, o eternamente outro, o fundo mais fundo de nossa alma (1997).

Gostaria de finalizar lembrando o trabalho pioneiro de Nise da Silveira, que introduziu o uso de técnicas expressivas na clínica psiquiátrica. Ela falou do caráter terapêutico desse uso e da importância dos pacientes se expressarem dessa forma. Há um material arquetípico riquíssimo e sadio presente na profundidade psíquica de cada um independente da desestrutura egoica.

A arte na vida cotidiana de um psicoterapeuta tem um lugar privilegiado. As obras que ele escolhe para visitar, reproduzir ou criar lhe permitem recolher-se em suas profundezas e refletir.

Dessa forma, o imaginário psíquico do terapeuta, povoado de imagens, abre-se para o cliente na escuta de seus sonhos, no compartilhar de suas imagens.

Bibliografia

- JUNG, G. *Obra completa*, vol. 16. Petrópolis: Vozes, p. 104-106.
- _____. *Obra completa*, vol. 10, tomo 1. Petrópolis: Vozes, 1922, p. 342-345.
- MERLEAU PONTY, M. *O olho e o espírito*. Lisboa: Veja, 1997.
- TARKOVSKY, A. *Esculpir o tempo*. São Paulo: Martins Fontes, 1998, p. 39-63.