

## O PROCESSO DE INDIVIDUAÇÃO E SUAS POSSIBILIDADES INTRÍNSECAS<sup>1</sup>

Maria de Lourdes O. Reis da Silva<sup>2</sup>

Jung se preocupou em estabelecer diferenciações entre individuação e individualismo, deixando claro que cada indivíduo tem suas singularidades, determinadas por fatores e aspectos universais da humanidade, como o esquema corporal comum a todos os seres humanos, com suas variantes que definem as diferenças individuais. A individuação tem o significado de desenvolvimento psicológico, enquanto que individualismo se refere a uma postura egoísta do ser que em nada corresponde ao processo do “tornar-se si-mesmo”, sua singularidade, seu modo de “despojar o si-mesmo dos invólucros falsos da persona, assim como do poder sugestivo das imagens primordiais” (JUNG, 2015, p. 64) representadas pelos arquétipos. A individuação é, portanto, “um processo mediante o qual um homem se torna o ser único que de fato é”, sem se tornar egoísta ou individualista (Ibid. p. 64).

Os arquétipos são representações do inconsciente coletivo, vazios em si mesmos, estruturas primordiais herdadas que são preenchidas pela experiência individual e não possuem apenas conteúdos reprimidos, “mas todo o material psíquico que subjaz ao limiar da consciência”. (JUNG, 2015, p. 15). A herança arquetípica inconsciente e coletiva está relacionada apenas com as formas de representação dos arquétipos em si, as estruturas arquetípicas primordiais: grande pai, herói, grande mãe, anima, animus, persona, sombra, que cada indivíduo as vivencia e preenche de acordo com suas experiências individuais e nas suas relações com outros ao longo da vida.

Algumas características dos arquétipos merecem destaque e atenção no estudo do processo da individuação, uma vez que cada ser humano se desenvolve a si mesmo a partir de suas experiências pessoais. Os arquétipos são representações inconscientes, imagens primordiais herdadas e vazias, cujos conteúdos são formados pelas representações da experiência individual e vivencial tornados conscientes e que não são herdados. “[...] o que é herdado não é a experiência, e sim o potencial para experimentar papéis e situações de uma

---

<sup>1</sup> Este texto é um fragmento da monografia de conclusão de curso da autora em Arteterapia, pelo Instituto Junguiano da Bahia (IJBA) – “ALMAS EM BUSCA DE SI MESMO: PROCESSOS DE INDIVIDUAÇÃO EM ARTETERAPIA, 2018. p. 13-19.

<sup>2</sup> Doutora e Mestre em Educação pela UFBA. Arteterapeuta pelo IJBA. Formanda em Psicologia pela Estácio da Bahia.

determinada maneira. Um arquétipo não é idêntico a suas manifestações, mas funciona como um pano de fundo da experiência”. (GRINBERG, 2017, p. 172).

O efeito numinoso e fascinante do arquétipo representa a manifestação de sua força para levar o sujeito a agir, influenciando-o e atraindo conteúdos da consciência, acumulando experiências que gravitam em torno do complexo pessoal “dotado de carga energética, conferida por um arquétipo situado em seu núcleo central”. (Ibid., p. 173).

Ser singular significa ser único em suas características, em seu modo de ser no mundo enquanto sujeito individual e ao mesmo tempo coletivo. Uma vez que a individuação é um processo que promove a realização das qualidades coletivas do ser que têm uma função transcendente, resultante da união dos conteúdos conscientes e inconscientes, da complementaridade entre consciência e inconsciente. As significações do inconsciente, instância psíquica de fundamental importância para o processo da individuação, e suas relações com a consciência têm sido encaradas a partir de diferentes interpretações filosóficas e científicas, imprimindo dificuldades intelectuais quanto a compreensões sobre a sua natureza.

Nas culturas orientais estudadas por Jung existiam registro sobre o Si-mesmo e era atribuído um valor divino a esta instância psíquica. Este aspecto considerado superior, o deus interno do ser em evolução, encontra respaldo nas culturas ocidentais, notadamente no Cristianismo, como o exercício de uma fé que conduz ao autoconhecimento e ao retorno à divindade, origem e destinação dos seres humanos e de toda a criação. “A mandala<sup>3</sup> é uma imagem arquetípica cuja existência é verificável através de séculos e milênios. Designa a totalidade do si-mesmo, ou ilustra a totalidade dos fundamentos da alma – no sentido mítico, a manifestação da divindade encarnada no homem”. (JUNG, 1963, p. 289).

O Si-mesmo ou Self, também chamado de essência divina por determinados segmentos religiosos, representa na Psicologia Analítica a totalidade formada pela consciência e pelo inconsciente, sendo o seu centro, assim como o Ego é o centro da consciência. Para Jung o inconsciente é o *psíquico* desconhecido, tudo o que não se poderia distinguir dos conteúdos psíquicos conhecidos quando se chegasse à consciência.

Considerando ainda o sistema psicóide sobre o qual nada é possível saber diretamente,

---

<sup>3</sup> Neste livro, Memórias, sonhos e reflexões, Jung usa a forma feminina para se referir ao mandala. Em outras publicações citadas neste trabalho, ele usa a forma masculina, associada ao gênero da palavra círculo. Escolhi, portanto, como mais adequado, usar mandala no gênero masculino, como representação do círculo mágico.

o inconsciente retrata um estado de coisas extremamente fluido: tudo o que eu sei, mas em que não estou pensando no momento; tudo aquilo de que um dia eu estava consciente, mas de que atualmente estou esquecido; tudo o que meus sentidos percebem, mas minha mente consciente não considera; tudo o que sinto, penso, recordo, desejo e faço involuntariamente e sem prestar atenção; todas as coisas futuras que se formam dentro de mim e somente mais tarde chegarão à consciência; tudo isto são conteúdos do inconsciente. (JUNG, 2013, p. 132).

Jung acrescenta que estes conteúdos em um dado momento poderão tornar-se conscientes ou já foram conscientes e em um momento imediato poderão voltar à consciência. Tal perspectiva deverá ser considerada no trabalho terapêutico com o devido cuidado a fim de que se possa discernir sobre o que subjaz entre consciente e inconsciente, instância que Jung chama de “a parte sombria da alma”; bem como considerar a relatividade entre o que o sujeito faz e a consciência daquilo que faz, ou seja, uma escala de intensidade da consciência.

#### ETAPAS DA VIDA HUMANA NA EXPERIÊNCIA DA INDIVIDUAÇÃO

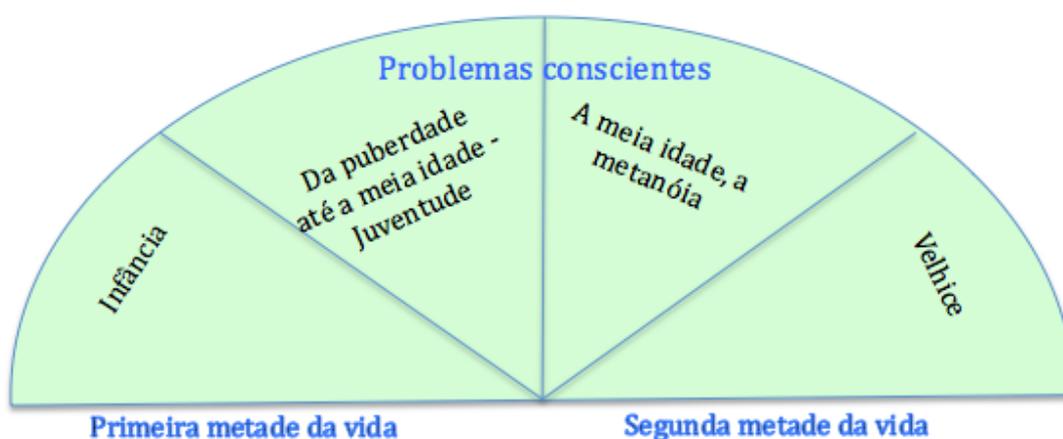
Jung delimitou os seus estudos sobre o desenvolvimento humano na perspectiva da duração da vida psicológica, que até certo ponto acompanha o desenvolvimento físico, dividida em duas etapas: primeira e segunda metades da vida. O crescimento do corpo físico propicia o amadurecimento do cérebro, da capacidade de aprendizagem e conseqüentemente o desenvolvimento do Ego, com importantes diferenças e graus de complexidade, principalmente na segunda metade da vida. O processo de crescimento e desenvolvimento do si-mesmo e da personalidade ocorre ao longo da existência e não somente nos primeiros anos de vida. O indivíduo está sujeito a mudanças existenciais nas suas relações consigo e com o mundo, na sua realidade de ser-no-mundo.

Ao longo da vida o ser humano depara-se com diferentes possibilidades de desenvolvimento da consciência e, para Jung, esse crescimento é decorrente do afastamento cada vez maior dos instintos, propiciando o surgimento de problemas que precisam ser resolvidos no âmbito da consciência. No estado de natureza o homem vive guiado pelos instintos, pela inconsciência e ausência de problemas. A consciência propicia a atitude reflexiva para encontrar a solução de problemas que, uma vez percebidos, contribuem para a ampliação da consciência de si e da relação com outros; a ausência de problemas mantém o

ser no estado de inconsciência, de natureza instintiva. As observações de Jung quanto ao desenvolvimento humano o levaram a concluir que não é possível saber como surgiu a consciência no homem, contudo, é possível “observar o despertar da consciência nas crianças pequenas” (JUNG, 2013, p. 345).

Toda criança passa por um estado de indiferenciação, instintivo, em que não se percebe no mundo como ser consciente e separado dos outros. E mesmo quando começa a diferenciar-se do ambiente, ao falar de si o faz na terceira pessoa e, somente “quando a série de conteúdos do eu ou o chamado complexo do eu, adquire energia própria – provavelmente como resultado de exercícios – é que surge o sentimento da subjetividade ou da egoicidade” (Ibid., p. 346); momento em que ela, possivelmente, começa a referir-se a si mesma na primeira pessoa.

Figura 01 – Processo de Individuação



Fonte: desenho da autora deste texto.

### Os estágios da consciência

A primeira fase da vida do indivíduo ainda criança, estágio infantil da consciência, ainda não há problemas. A criança depende inteiramente dos pais, como se estivesse mergulhada na atmosfera dos pais. Esta primeira forma de consciência, um simples conhecer, se apresenta como um estado anárquico ou caótico. O segundo estágio é uma fase monárquica ou monística. No terceiro estágio dá-se um novo avanço da consciência, de divisão ou de dualidade. O quarto estágio é o da velhice, preparação para a morte. (JUNG, 2013, p. 346-347).

É possível que Jung tenha delimitado nas suas análises o arco de 180 graus referente ao processo de individuação, representado por uma metade da circunferência, pela impossibilidade de se pensar objetivamente sobre o que acontece com o indivíduo após a sua morte. Caso se pudesse fazer análises científicas e comprovar a vida após a morte, teríamos o traçado de uma espiral e não o de um arco ou de uma circunferência. Vejamos então, os limites estabelecidos por ele para o período de desenvolvimento humano que ele chamou de o processo de individuação.

### **Etapa da Juventude**

Estágio que começa nos anos imediatamente após a puberdade até o meio da vida, entre os 35 e 40 anos. Jung preferiu dedicar-se mais aos problemas da juventude por considerar que na fase infantil o indivíduo ainda não tem problemas pessoais e é na fase adulta que começam as preocupações, interrompendo os sonhos da infância. Os primeiros problemas dos quais o jovem toma consciência são pertinentes às expectativas profissionais e com dificuldades psíquicas internas relacionadas com o instinto sexual e com sentimentos de inferioridade, principalmente aqueles que não precisaram lutar duramente com a vida.

Nesta fase há uma tendência do indivíduo para apegar-se ao nível infantil. “Alguma coisa dentro de nós quer permanecer como criança, quer permanecer inconsciente, ou, quando muito, consciente apenas do seu ego”. Entretanto, é nesta fase que o indivíduo precisa empreender a ampliação de seus horizontes que se inicia no nascimento, “quando a criança sai dos estreitos limites do corpo da mãe, e aumenta incessantemente, até atingir o clímax no estado problemático, quando o indivíduo começa a lutar contra ela” (JUNG, 2013, p. 349). Começa uma luta por ideais, por conquistar um lugar na sociedade, realizar sonhos e desejos.

### **A meia idade – a metanóia**

Ao aproximar-se da segunda metade da vida, o indivíduo vivencia a mesma dificuldade que sentiu para se libertar da infância. Teme a perspectiva de aproximação da velhice e se mostra apegado às coisas do passado, recuando diante da nova fase como se estivesse ameaçado por perdas e sacrifícios difíceis de serem superados. Jung se refere a um interessante fato encontrado na documentação etnológica sobre a experiência de um chefe

indígena que, no meio da vida sonhou com o Grande Espírito e este lhe dizia para, a partir de daquele momento, “sentar-se entre as mulheres e crianças, usar vestes femininas e alimentar-se com comida de mulher. Ele obedeceu a este sonho, sem perder a reputação e o prestígio”. Segundo ele, na revolução psíquica do meio da vida onde se inicia o seu declínio, os valores do indivíduo, bem como seu corpo, “tendem a converter-se em seus opostos, pelo menos alusivamente”. Acontecendo também com as mulheres nesta fase da vida desenvolverem atributos próprios da natureza masculina e apresentarem “uma dureza de inteligência fora do comum, que relegam os sentimentos e o coração a segundo plano” (JUNG, 2013, 354).

Para o autor, nas profundezas da alma se processam mudanças psíquicas que muitas vezes são acompanhadas de catástrofes matrimoniais nesta fase da existência e outros problemas relacionados com verdades e ideais cultivados na juventude. Indivíduos vítimas dessas transformações depois dos quarenta anos vivenciam, com muita frequência, este momento da vida sem conhecer a possibilidade dessas transformações e não encontram quem os orientem sobre como enfrentar um processo que é uma inexorável “contração da vida”. Jung tirou suas conclusões a respeito desta difícil fase do processo de individuação num momento histórico em que muitas das motivações existenciais para a resistência das pessoas a entrarem nessa transformação, como a obsessão pela manutenção da beleza e da aparência física próprias da juventude, a qualquer preço, não existiam de modo tão acentuado como atualmente. A metanóia é um momento em que o indivíduo se depara com muitos desafios e mudanças de valores construídos e alimentados na segunda fase da vida. É uma fase heroica na qual o novo precisa substituir o velho.

O indivíduo que chega ao entardecer da vida necessita ocupar-se mais de si mesmo, como o sol que, “depois de haver esbanjado luz e calor sobre o mundo [...] recolhe os seus raios para iluminar-se a si mesmo” (JUNG, 2013, p. 356). Muitos escolhem o caminho da lamentação, da desistência, considerando que nesta fase da existência nada mais terá para fazer de bom a si mesmo e aos outros. Permanecendo numa atitude de saudosismo do que foi na juventude e de cobranças aos mais jovens, como se nada mais tivessem a fazer pelo seu processo de individuação, como se nada tivessem aprendido na manhã da vida e nada tivesse para usufruir e ressignificar. Estas pessoas veem na velhice uma desvalorização da vida e não se consideram capazes para empreender uma expansão da sua história, vivendo e buscando objetivos direcionados para o futuro e para a realização do seu si-mesmo.

Jung fez reflexões importantes sobre a inevitável realidade da morte e quanto à crença em uma vida no além, promessa feita pelas religiões, e sua impossibilidade filosófica de comprovação, como exige o pensamento científico. Concluindo que uma vida mais saudável deve ser orientada para um objetivo, seguindo em frente sem apegar-se ao passado e olhando a morte como um acontecimento natural que faz parte do processo de individuação.

[...] o velho que for incapaz de se separar da vida é tão fraco e tão doentio quanto o jovem que não é capaz de construí-la. [...] seria aconselhável que só pudéssemos pensar na morte como uma transição, como parte de um processo vital cuja extensão e duração escapam inteiramente ao nosso conhecimento (JUNG, 2013, p. 358-359).

Ele fala das imagens primordiais, dos símbolos que sobrevivem a todas as gerações e fazem parte dos fundamentos da alma humana. E que viver no estado de plenitude requer uma existência harmonizada com esses símbolos, que não é uma atitude de fé nem conhecimento, mas uma identificação com essas imagens primordiais do inconsciente, sendo uma delas a crença em uma vida depois da morte. Para ele as imagens primordiais são como órgãos psíquicos que ele trata com o máximo cuidado. E considera a infância e a extrema velhice fases da vida em que os problemas não são conscientes.

## REFERÊNCIAS

JUNG, Carl Gustav. **O Eu e o Inconsciente**. Tradução Dora Ferreira da Silva. 27. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2015, v. 7/2.

\_\_\_\_\_. **A natureza da psique**. Tradução Mateus Ramalho Rocha. 10. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2013, v. 8/2.

GRINGERG, Luiz Paulo. Jung: o homem criativo. São Paulo: Blucher, 2017.