

## CRISES DE ANSIEDADE: A INDIVIDUAÇÃO EXTRAVIADA

**Luiz Fernando Magalhães**

Bom dia a todos, agradecimentos à equipe de professores da Faculdade de Psicologia da Multivix que, na figura do Prof. Raphael, convidou-me para fazer esta apresentação, no contexto deste evento que tanto me alegra: uma nova jornada de estudos junguianos, fruto do renovado esforço de todos vocês. Quero registrar minha satisfação de estar aqui novamente e poder dar continuidade ao que fizemos ano passado.

Naquela oportunidade, eu parabenizei essa equipe pelo espírito que vi norteando a II jornada, e que percebo novamente em atuação inspirando nossos estudos nesta edição: o acento claramente prático e clínico da abordagem, o que em muito homenageia Jung, um cientista eminentemente prático. O que fazemos são estudos sim, Logos sim, mas um Logos acasalado com a Alma que sofre nas raízes da Psique; raízes que se torcem e se retorcem para encontrar alimento em um mundo esvaziado de significado, niilista, descrente; alma que então grita das profundezas na forma dos sintomas carregados de sofrimento que abordaremos aqui hoje: ansiedades, tristezas, medos, pânicos, desalentos, desânimos, dores do coração. E que ainda aguarda pacientemente, junto com Jung, o nascimento daquela geração de sacerdotes capazes de entender novamente a sua linguagem. Ou seja, estudos de frente para os desafios da clínica, que vai ao encontro das angústias trazidas pelos pacientes com o objetivo precípua de construir as melhores saídas possíveis para aquele estado de sofrimento em que eles se encontram. Eu fico realmente feliz de fazer parte, com vocês, desta busca.

Nessa perspectiva, vamos abordar aqui hoje, então, dois fenômenos arquetípicos, a Ansiedade e a Individuação. Estes dois fenômenos, à maneira de dois irmãos meio amigos, meio inimigos, são vistos sempre juntos, ainda que de várias formas: às vezes apoiando-se, corrigindo-se, outras esbarrando-se, conflitando, brigando, mas sempre se ajustando mutuamente como expressão da natureza evolutiva e da capacidade de autorregulação da Psique.

Estamos já dentro da seara junguiana, chamando a ansiedade e o processo de individuação de fenômenos arquetípicos, e aqui é bom algum esclarecimento. Arquétipos são os elementos estruturais de nossa personalidade, nossos órgãos psíquicos, que, assim como os órgãos físicos, estão presentes em todo ser humano e manifestados em todos os lugares e culturas, em seus aspectos estruturais básicos. São padrões herdados de comportamentos próprios de nossa espécie, formas típicas de reagir perante determinadas situações ou maneiras próprias de se apreender a realidade. Emergem sempre de novo em cada ser humano, que nasce com prontidão para agir desta ou daquela maneira e conduzir seu existir para uma forma especificamente humana de viver (JUNG, 1984).

O conjunto dos arquétipos forma um todo sistêmico integrado que, também à semelhança do conjunto dos órgãos físicos, funciona de forma interligada e pronto para dar a melhor resposta possível às situações pelas quais passa o indivíduo. Isso como resultado de um longo processo de evolução, cujo início coincide com o início da vida. Postulamos, portanto, uma psique evolutiva cujas reações atuais foram construídas ao longo da história da humanidade junto com a construção das respostas atuais do corpo. Corpo e Alma evoluíram, e continuam evoluindo, juntos.

A ansiedade, vamos começar por ela, é uma dessas respostas ou reações arquetípicas. Universal, presente em potencial por toda a vida do sujeito, sobejamente estudada em nossos livros de Psicologia, neles aprendemos que ela é uma emoção de expectativa diante de uma ameaça futura, concreta ou imaginada, consciente ou inconsciente, com ou sem objeto, e parte necessária da resposta de nosso organismo ao estresse provocado pela ameaça. Ao acrescentarmos, entretanto, que essa resposta é arquetípica, estamos afirmando, então, que ela tem, além de possíveis causas, um caráter finalista: é ordenada para um fim como todo fenômeno energético, persegue um determinado objetivo como todo fenômeno biológico e pertence à hierarquia da Psique como todo fenômeno psíquico, vale dizer, é coordenada pelo arquétipo do Si-mesmo, e ativada por esse mesmo arquétipo naquela situação por causa da eficácia dessa resposta demonstrada ao longo de milhões de anos, como a dor e a febre.

Mecanismos de adaptação e evolução, portanto, prontos para serem ativados em cada um dos habitantes do planeta, bastando para isso que a situação que o faz necessário se apresente.

Ora, caso a situação que a ativa se apresente ora para um indivíduo, ora para outro, então, ora um, ora outro, apresentará os sintomas de ansiedade. Agora apelando para a imaginação de vocês: se uma situação que ativa esse mecanismo se apresentar para toda a humanidade ao mesmo tempo, todos desenvolverão esses sintomas em um rastilho psíquico que tem o potencial para percorrer todo o planeta, até porque o pavor de um contágio, ou ativa, o pavor no outro. E então começaríamos a observar a irrupção destes sintomas, na forma de epidemia, em todo lugar.

Esse estado de epidemia psíquica já está instalado. Mesmo na breve revisão bibliográfica que fiz para esta apresentação, onde passei pelos manuais de Psiquiatria, como o DSM V (APA, 2014) e os capítulos dedicados à saúde mental do CID 10 (OMS, 2008), pude confirmar que os sintomas das crises de ansiedade, físicos e psíquicos, estão descritos em inúmeros transtornos, tanto nos capítulos de saúde mental quanto nos de doenças físicas, como as que afetam os sistemas respiratórios, cardiovasculares, imunológico, neurológicos, etc. E forçam sua presença como objeto de preocupação em um sem-número de congressos, seminários e jornadas pelo mundo todo, como o que fazemos aqui hoje, em que alguns destes sintomas serão abordados.

O que mais intriga a todos, nessa disseminação planetária dos sintomas de ansiedade, inclusive em sua expressão mais severa nas crises, o pânico, é a ausência de objeto. Algo que justifique todos aqueles sintomas: palpitações, sudorese, vasoconstrições, taquipneia, dores, tremores, calafrios, taquicardia, sufocamento, dificuldade para respirar, desespero, insônia, insegurança, irritação, angústia, sensação de morte iminente, de perda do controle si próprio, de que está enlouquecendo; tudo saído do nada, como um raio em um céu azul, repentino e imprevisível. Os manuais chamam de “medo infundado”.

Corridas para as unidades de pronto-socorro, licenças médicas envergonhadas, pesados prejuízos financeiros, familiares em desespero, a experiência assustadora de perda do controle das próprias emoções, sofrimentos sem conta e nada ao alcance da vista que justifique tais reações. Esse fator aumenta a ansiedade, pois torna tudo um insuportável *nonsense*. Almas em pânico. Inclusive tema de uma das palestras de hoje à tarde – Quando a alma grita – pânico, que acrescentou o grito como um dos sintomas. Bem lembrado, como também mostra o

quadro escolhido para ilustrar essa jornada, ícone de nossa época, O Grito, do pintor norueguês Eduard Munch, pintado em 1893 e vendido em 1912, em plena era contemporânea, pelo maior valor já alcançado por um quadro em leilões, 119 milhões de dólares. E desde então reproduzido *ad nauseam* pelo mundo todo, em panfletos, cartazes, quadros, filmes, congressos, livros, camisas, canecas, etc. Isto porque ele atraiu o olhar das pessoas como aquele que expressa, como nenhum outro, o estado coletivo de desespero e horror da alma mundi de nossa época diante de um mundo que ... afunda.

Em uma conhecida música do Belchior, ele é um dos que observa “que o desespero é moda em 76”. Vemos pelo quadro que a moda começou bem antes. Temos então, almas em pânico. Uma alma, um sujeito que expressa, e uma emoção, o pânico. Vamos começar pela emoção, já que é ela que a todos intriga. O que será que esse moço está vendo?

O que poderia levar tantas almas a reagir em uníssono com o mesmo e tal grito de dor e desespero? Sim, é lícito supor que haja algo, ainda que dele não tenhamos conhecimento; do mesmo jeito que um vírus letal, ao entrar por uma ferida no meu dedão, coloca o meu sistema imunológico em polvorosa sem que eu tenha consciência de nada, o mesmo pode se dar com meu sistema psíquico: o conhecimento consciente não é critério da existência de algo. O que será, então, que provoca todos aqueles sintomas, já citados, de uma crise de ansiedade?

Temos uma pista: o estado mais severo das crises de angústia foi chamado por todos de pânico. Colou. No mundo todo. Virou transtorno de pânico, síndrome do pânico, crises de pânico. Aos estudiosos da lavra junguiana não pode nunca escapar essa pista: como todos sabem, a palavra “pânico” refere-se ao velho deus grego da natureza Pã, que já espalhava o horror pelos bosques da Arcádia, seu principal local de culto, mais de dez séculos antes de Cristo. Vamos até lá, então, atrás de alguma luz.

Filho do deus Hermes com a princesa Dríope, sua aparência monstruosa provocou horror logo ao nascer: metade humano e bode da cintura para baixo, além dos chifres, do rosto enrugado e da barbicha, sua mãe se espantou ao vê-lo e fugiu apavorada. Ele já aparece no mundo fazendo aquilo que estaria destinado a fazer por toda a vida: provocando pânico. Nos humanos. Calmamente, seu pai Hermes o tomou em seus braços, envolveu-o em uma pele de

lebre e o levou para o Olimpo, onde foi recebido com muita alegria e agrado por todos os deuses, especialmente por Dionísio, com quem teria muita proximidade. A simpatia coletiva que teve dos deuses, entretanto, não se estendeu aos humanos. O pequeno Pã cresceu hediondo: corpo peludo, pernas, cascos, chifres e barbicha de bode, sua aparência brutal e selvagem era realçada pelas feições de bestial astúcia e perversidade, acentuadas por suas aparições repentinas, em lugares ermos e muitas vezes no meio da noite.

A história mítica de Pã, que remonta aos tempos anteriores a Homero, o descreve como um ser selvagem, astuto, jovial, pujante e perigoso. A imaginação dos artistas o retratou em seus quadros com aparência medonha, assustadora, expressão facial demoníaca acentuada por traços de lascívia e prontidão para o ataque. Podemos imaginá-lo como um ser solitário, perambulando dia e noite por bosques, cavernas e vales ermos, distantes de qualquer sinal de civilização; escondido nas encruzilhadas atrás dos matos, espreitando ninfas e mancebos graciosos perdidos na noite ou enquanto se banhavam distraídos nas águas dos rios, a quem atacava, perseguia e violentava. Suas vítimas, transidas de pavor ante sua aparência brutal e o ataque repentino, pegas em um momento de descuido, nuas no banho ou sozinhas nos bosques e descampados, eram presas fáceis do insaciável fauno.

Nos dias de festas dionisíacas, entretanto, quando o descontrolado e barulhento cortejo dos deus do vinho atravessava as periferias das cidades com seus sátiros e mênades espalhando êxtase, entusiasmo e embriaguez por onde passava, Pã podia ser visto alegremente dançando e copulando com as bacantes enlouquecidas pelo vinho e pela música, sendo um participante sempre muito bem-vindo ao cortejo e mesmo muito importante no contexto, onde não apavorava ninguém. Lembrem-se que no Olimpo ele também não provocou qualquer aversão, muito pelo contrário.

Jung primeiro, e depois diversos de seus seguidores, entre eles James Hillman (2015) e Rafael Lopes-Pedraza (1999), interpretam esse conjunto imaginal em torno do deus Pã como expressão simbólica de nossos instintos mais primitivos, indomados, arcaicos, animais, que antecedem e forçosamente acompanham a consciência recentemente adquirida (simbolizada pelas ninfas graciosas e frágeis), em sua caminhada evolutiva, onto e filogeneticamente. Ambos, inconsciente antigo e consciência recente, Pã e Ninfas, fazem parte da mesma Psique

em um equilíbrio débil, tenso, em uma *Bellica Pax* que a qualquer momento pode se romper, com a invasão desgobernada dos instintos primitivos sobre o território ordenado da consciência, a custo conquistado pela civilização. É a ela, consciência, que Pã apavora, a mais ninguém; e por este motivo.

Não é apenas na projeção mitológica que podemos observar com clareza esse estado de instável equilíbrio entre as forças primitivas e as civilizadas na Psique, bem como o pavor que o descontrole da selvageria pressentida provoca na consciência: na dinâmica social também, a qualquer momento, como pudemos observar recentemente quando os policiais se retiraram para os quartéis por alguns dias. Bastaram alguns dias, para que a bestialidade pânica escondida, encavernada, ganhasse as ruas e o estado de pânico se apoderasse de nós. A situação externa é uma expressão da situação interna. Nós todos queremos paz, claro, mas, nas palavras mais poéticas do Rubem Alves (1999), “não planta jardins por fora, quem não tem jardins por dentro” p.24).

Voltemos à Arcádia. Reza a lenda que, no primeiro século depois de Cristo, a tripulação de um navio que passava entre duas ilhas gregas, em alto mar, ouviu um grande som de lamentação, e uma voz que gritava, clara, ecoando pela imensidão das águas: *O Grande Pã está morto!* - *É morto o Grande Pã*, insistia. Atordoados, ao chegarem em Roma, centro do mundo, toda a tripulação tratou de espalhar a notícia pelos quatro ventos e o capitão foi ao próprio imperador relatar o acontecido.

Aos poetas, e aos estudiosos em geral, naturalmente, não escapou essa associação entre o início da era cristã, com seu inegável potencial civilizatório, e a morte do grande deus da natureza. Um desses poetas, dos mais sensíveis, o nosso Manoel Bandeira, registrou o fenômeno nos versos do poema “A morte de Pã”:

“Quando aquele que o beijo infiel traíra no Horto Desfaleceu na cruz, das montanhas ao mar Gemeu, com grande pranto e feio soluçar,  
Uma voz que dizia: - "O Grande Pã é morto!...”

"Aquele deleitoso, calmo viver absorto "No amor da natureza augusta e familiar, "O ledo

rito antigo, outrem veio mudar

"Em doutrina de amargo e rudo desconforto.

"Faunos, morrei! Morrei, Dríades e Napéias! "Oréades gentis que a flauta do Egipã

"Congraçava na relva em rondas e coréias,

Morrei! Apague o vento os tenuíssimos laivos "Dos ágeis pés sutis... Bosques, desencantai-vos...

"Fontes do ermo, chorai, que é morto o grande Pã!..."

Uma curiosidade, porque, como sabemos, os deuses não morrem, são substituídos por outros. Aqui, como em nenhum outro lugar, temos a oportunidade imperdível de compreender a genial, e enigmática, frase de Jung (2003): "Os deuses tornaram-se doenças" (p. 43). A que nós acrescentaríamos: não morreram, nem foram substituídos por outros, então, tornaram-se doenças. Nas crises paroxísticas de ansiedade, a consciência perdida, imatura, do sujeito em um momento fragilizado de desenraizamento, pressente um cerco, uma presença ameaçadora de forças sobre as quais não tem nenhum controle, e queda atemorizada, exatamente com todos os sintomas de quem vê uma jaguatirica no canto da sala.

O horror ao grande Pã transformou-se em Síndrome do Pânico. Estamos tão expostos ao Grande Pã como sempre estivemos. O pensamento mágico que pretende exorcizar o demônio através da linguagem, explicando-o ou trocando o seu nome, aqui, falhou. E a consciência imatura queda paralisada, violentada, invadida, transida de horror, com o sujeito dominado pela mesma sorte de sintomas físicos e psíquicos que sempre nos dominaram, quando nossos antepassados se encontravam com o astuto Pã, nas encruzilhadas mal-assombradas das noites da antiguidade. É o mesmo fenômeno. A Arcádia grega, a qual nos referimos, não é o lugar geográfico do Mediterrâneo, mas o lugar imaginal da Psique, habitado hoje e ontem pelas mesmas presenças misteriosas, personificadas ontem, conceituadas hoje, mas as mesmas presenças misteriosas.

Assim, seguindo a linha iniciada por Jung, desenvolvida por James Hillman e Rafael Lopez-Pedraza, e confirmada pelos estudiosos contemporâneos da Psicologia Analítica, podemos estabelecer o objeto que provoca as crises de ansiedade, hoje e ontem, como sendo uma

representação particular daquilo que Jung chamou de Sombra, aquele arquétipo, órgão de nossa Psique que abriga os conteúdos inconscientes ultrapassados pela história da vida em sua longa jornada das trevas para a luz, da barbárie para a civilização, do animal para o além-homem, da inconsciência para a consciência. Conteúdos que não podem ser integrados à consciência pela ameaça que representam aos valores a custo conquistados ao longo dessa história. A ordem estabelecida internamente, “aturado labor de tantos anos” (Gonçalves Dias), percebe-se ameaçada em sua fragilidade, em sua coesão recém-conquistada, pela potência destes conteúdos inconscientes, arcaicos, carregados da energia colossal da natureza. Não adianta falar para o indivíduo que os brutos também amam ou que a Fera vai se apaixonar pela Bela no final. Não adianta, ele não se acalma. É uma fera e pronto.

Todos os sintomas físicos e psíquicos que acompanham estas crises dão conta da realidade material, corporal, biológica e psicológica do deus selvagem no indivíduo contemporâneo, manifestações do que aqui chamamos de Sombra. O terror pânico é a reação da consciência à ameaça de ser superada por ela, de ser dominada por forças que pressente desgovernadas e incontroláveis. O famoso grito de Pã, que assustava o próprio deus e que paralisava de terror suas vítimas indefesas, marca o momento terrível em que todas as defesas do Eu caem vencidas, e a consciência percebe-se exposta àquelas forças. Na cena do banho do filme *Psicose*, de Alfred Hitchcock, e na expressão do citado quadro “O grito”, o grito dado pela atriz no primeiro e o desenhado pelo pintor no segundo, registraram para sempre o horror deste momento.

Este é o objeto que os manuais dizem que não existe. Pode não ser consciente, ou invisível, ou desconhecido, ou até mesmo, psicológico, “coisa da sua cabeça”; mas existir, existe. Existe porque atua, e o que atua, existe (JUNG, 1999). Chame-se do nome que se quiser: cisma, Pã ou Sombra. Agora vamos para o outro lado da equação, o sujeito que sente, o Eu, a consciência, o outro ator desse script sem o qual o drama não se completa. Afinal, crises de ansiedade sempre existiram, a Sombra é um arquétipo, sempre existiu em todos, Pã campeava pelo mundo e todos o temiam, mas aparecia para determinadas pessoas, em determinadas situações. O que faz de uma pessoa específica, e não outra, uma vítima deste ataque da Sombra? E mais, o que faz deste fenômeno, neste momento, uma epidemia alastrada pelo mundo? Epidemia registrada tanto pela Associação Americana de Psiquiatria, em seus DSMs,



quanto pela Organização Mundial de Saúde, em seus CIDs.

Durante os anos da década de 30 do século passado, quando a Europa estava como que em suspenso no ar, perplexa, e impotente, diante dos acontecimentos que preparavam os horrores da 2ª guerra mundial, Jung escreveu alguns ensaios que analisavam aquele momento. Neles, Jung (1993) descreveu tanto a irrupção do deus guerreiro Wotan entre os alemães, quanto a paralisia que dominava a atônita Europa. Wotan é um dos aspectos, encontrado entre os germânicos, do que os gregos chamaram de Pã. Ele usou uma imagem, que eu gostaria de repetir aqui, ao juntar livremente algumas coisas que ele escreveu nessa época.

As pessoas perderam os seus muros protetores. No mundo medieval, existia o céu, a terra e o inferno. O bem ficava no céu, encima, o mal no inferno, embaixo, e nós na terra, no meio dos dois. Ponto. Um Pai onipotente habitava os céus e cuidava de nós e dos nossos contra o mal que grassava além dos muros inquebrantáveis da Igreja. O sol era eterno, girava em torno da terra por ordem de Deus e a natureza a tudo provia com abundância. Quando a vida acabasse, os bons iam para a eternidade ao lado do Pai e os maus para o inferno. Tudo era bem definido, simples, compreensível, fazia sentido e tinha significado. Todas as emoções eram vividas com base nessa orientação inquestionável da consciência.

Resultado: um outro quadro foi pintado na época, mais precisamente em 1503, no ápice do período medieval, depois da “longa noite de mil anos”, como Nietzsche chamou a idade média. Virou ícone pelo mesmo motivo, qual seja, retratava o estado coletivo da alma, da anima mundi, naquele tempo. A Mona Lisa. Reparem a expressão do rosto e das mãos. Olhem como se sente uma alma no colo de Deus. Vocês só verão essa expressão no rosto de um bebê dormindo no colo da mãe.

Pois bem, com a idade contemporânea e o aperfeiçoamento das ciências, a humanidade saiu das igrejas para nunca mais voltar. “Todas as ordens foram traídas, todas as promessas foram desfeitas” (Antônio Maria), tudo foi misturado e complicado até o limite da incompreensão. Tudo foi perdendo sentido até nada mais fazer sentido; nada tem propósito ou significado definidos, até o sol vai se apagar, é um completo *nonsense*. O mundo em que todos nós vivemos é um manicômio. Isso é o que as pessoas estão sentindo. Milhões não acompanharam essa reviravolta da cosmovisão e não compreenderam a linguagem das ciências. O sumiço de

Deus no céu não foi acompanhado, no coração das pessoas, pela sua emergência “dentro de vós”. Ninguém entendeu vivencialmente essa descida do espírito à matéria. O resultado foi centenas de milhões de pessoas fragilizadas, a descoberto, expostas aos ataques da Sombra. A casa de pedra, “aturado labor de tantos anos” (Gonçalves Dias), transformou-se, pela ação mágica do tempo, na casa de palha, expondo seus habitantes assustados ao sopro do lobo.

Continua Jung: Imaginem que convido vocês para uma estadia em minha casa. Ela é sólida, espaçosa, tem três andares, farta comida e vocês poderão passear pelos jardins e nadar no lago. Uma vez lá, instalados, vocês descobrem rachaduras nas paredes e os empregados lhes dizem que os tremores de terra, frequentes na região, abalaram os alicerces da casa e todos trabalham apreensivos de que ela desmorone a qualquer momento, como outras da vizinhança já desmoronaram. Além disso, teve as doenças infecciosas. Alguns parentes do doutor, que é meio esquisito, morreram de tuberculose naqueles quartos e eles não foram limpos, nem a roupa de cama foi trocada.

Como vocês se sentiriam nessa casa? Todos os medos cuidadosamente guardados emergiriam com força avassaladora e vocês fugiriam dali na primeira oportunidade.

Ok., mas, aqui, fora da metáfora - fugir para onde? Realmente, toda a vida exterior perdeu suas certezas e não as reencontrará nunca mais. Tudo perdeu sua credibilidade: a Igreja, o Estado, o Céu, o Inferno, a Fifa ...

A tradição espiritual que nos sopra do ocidente e do oriente aponta uma saída: a humanidade hoje é compelida a voltar-se para dentro de si mesma a fim de encontrar ali a segurança que o mundo externo a privou. Não mais uma vida externa garantida e estável, mas agora uma consciência pessoal firmemente enraizada na psique e capaz de fazer frente às intempéries que sempre a assolaram de fora e de dentro, já que não pode mais contar com os muros protetores que as religiões medievais lhe ofereciam. Aquela consciência recente, e ainda fragilizada pela proteção absoluta, é empurrada para o mar alto, onde terá de se desenvolver. Evolução.

É aqui que nós entramos. O oposto de consciência imatura, frágil, infantil, as singelas náiades vítimas de Pã, não é consciência adulta. É consciência enraizada no processo de individuação. Individuação, individuação ... “como isso soa estranho.” (Goethe). Depois que Jung

descreveu esse fenômeno em atuação na psique, ele gastou inúmeras páginas para esclarecê-lo. Todos os seus seguidores fizeram o mesmo. E vocês sabem que existem junguianos gregos e junguianos troianos. Hoje, entretanto, depois de quase 100 anos de elaboração, esse processo tornou-se uma espécie de Bar Garota de Ipanema da Psicologia Analítica: uma esquina da Tom Jobim com a Vinícius de Moraes, uma espécie de rua Nascimento e Silva, 107, onde junguianos gregos e troianos, depois de muito embates, se confraternizam em um longuíssimo *happy hour*. Todos o entendem como a pedra angular da Psicologia Analítica.

Processo de individuação é o processo vital de realização de todo o potencial do sujeito. É o caminho estreito e espinhoso onde ele transforma-se lentamente naquilo que ele já é em potencial; em um primeiro momento, na primeira metade da vida, realizando as características coletivas já conquistadas pela humanidade anterior a ele, em uma espécie de download das conquistas filogenéticas na ontogenia, e, em um segundo momento, na segunda metade da vida, diferenciando-se progressivamente destas características coletivas, colorindo-as com um matiz todo particular onde realiza suas idiossincrasias mais íntimas e constitui-se como Indivíduo, diferente de todos os outros.

A firmeza na permanência nesse caminho, estreito e espinhoso, apesar das tentações coletivas de desvio para a senda larga e espaçosa do mais fácil ou conveniente, é o que ativa na psique do indivíduo os atributos heroicos de força e coragem para vencer os obstáculos desse caminho, livrando-o das investidas da Sombra que o aguarda em todos os outros. Nas palavras de Jung: “Só aquilo que somos tem o poder de nos salvar” (JUNG, 1981, p. 157).

As crises de ansiedade, à maneira da febre, são os sinais da psique ancestral de que o indivíduo pegou o caminho errado, e os ataques de pânico, à semelhança das convulsões febris, de que ele já se aprofundou demais nele, e já encontrou o antigo e inarredável habitante daquelas veredas, que está lá, em um primeiro momento, para expulsar o indivíduo de lá. Reparem que é a mesma compreensão que temos da febre e das convulsões, às vezes, dela advindas. Mas a psique ancestral, em sua infinita bondade, já nos ensina, ainda crianças, como funciona esse mecanismo, preparando-nos desde lá para o que há de vir em jogos de mil nomes. O vivo interesse e envolvimento das crianças nesses jogos é o que nos mostra que ali está acontecendo algo de muita importância. E está mesmo. Faz parte daquele download a que

nos referimos atrás.

No interior de Minas, onde cresci, e lembro bem do entusiasmo com que participávamos destes jogos, tinha o Cabra-cega (Cabra ... olha o Pã aí...). Uma criança era vendada e um objeto de valor era escondido em algum canto do quintal. A criança tinha que encontrá-lo. Já vendada, ela era girada e, depois, solta. Saía perdida, com os braços levantados, meio tonta, e ia andando. Quando pegava um rumo errado, que a levaria para longe do objeto procurado, a criançada gritava, em alvoroço: “tá frio”, “tá muito frio”, ou “tá gelado”, na medida em que se afastava mais. Quando pegava um rumo na direção e sentido do objeto escondido, a criançada gritava: “tá quente”, “tá muito quente”, ou “tá fervendo”, na medida em que se aproximava. Quando conseguia apanhá-lo, o ato era comemorado como uma vitória, com muita algazarra.

A criança simboliza o ser humano nascente, *in status nascendi*, em estado de Pã, o próprio conjunto de instintos primitivos, cegos, que precisa completar sua humanização trilhando o caminho da individuação, simbolizada pelo objeto de valor difícil de ser alcançado, o tesouro escondido das jornadas do herói, a pedra preciosa, o lápis philosophorum, conclusão da Opus, obra, alquímica. A criançada em volta aparece como símbolo da psique coletiva, natural, e os gritos delas funcionam como a ansiedade, que aumenta ou diminui conforme nós pegamos o caminho que leva à realização de nossos potenciais ou nos afasta dela.

Eu não sei como a Psique poderia ser mais clara. Inclusive os termos usados pela criançada são muito apropriados: “Quente”, ou seja, onde há calor, libido; e “gelado”, ausência de vida, libido, morte.

Retomando, então, para concluirmos, que o estado de coisas do mundo moderno priva o indivíduo de qualquer ponto de referência seguro a partir do qual ele possa ver e enfrentar o mundo. Aquelas certezas que o período medieval proporcionava perdeu-se para sempre, como frutos de uma época “que o vento levou”. Sua consciência, então, acuada diante das seguidas frustrações, recua e o impele para uma relação segura com forças psíquicas dentro de si mesmo. Esta relação segura só pode ser encontrada no caminho da individuação, onde o indivíduo pode contar com todas aquelas forças naturais que dispõe cada potencial para sua

própria realização.

Este, e só este caminho, (“Há tantos caminhos, tantas portas, mas somente um tem coração” - Raul Seixas), só este caminho lhe confere a segurança necessária para transitar a salvo em um mundo em transe. Quando em estado de pânico, em crises de ansiedade, “naquele desespero que é moda em 76” (Belchior), toda a sorte de técnicas e recursos, como a medicação, psicoterapias de apoio, técnicas comportamentais de reforço e recompensa, meditação, podem e devem ser usadas, funcionam como um balão de oxigênio que garante ao indivíduo um tempo protegido para se redefinir. Mas a busca terapêutica eficaz é pela sua alma, que ele perdeu em algum lugar.

Muito sucesso nessa jornada e obrigado a todos pela atenção.

### **Referências bibliográficas**

ALVES, R. **Entre a ciência e a sapiência - O dilema da educação**. São Paulo: Edições Loyola, 1999.

ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE PSIQUIATRIA. **DSM-V: Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

JUNG, C. G. **Estudos Alquímicos**. OC vol. XIII. Petrópolis: Vozes, 2003.

\_\_\_\_\_ **A prática da psicoterapia**. OC vol. XVI. Petrópolis: Vozes, 1999.

\_\_\_\_\_ **Psicologia em transição**. OC vol. X. Petrópolis: Vozes, 1993

\_\_\_\_\_ **A dinâmica do inconsciente**. OC Vol. 08. Petrópolis: Vozes, 1984.

\_\_\_\_\_ **Estudos sobre Psicologia Analítica**. OC vol. VII. Petrópolis: Vozes, 1981.

HILLMAN, J. **Pã e o Pesadelo**. São Paulo: Paulus, 2015.

LÓPEZ-PEDRAZA. R. **Hermes e seus filhos**. São Paulo: Paulus, 1999.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **CID-10: Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde**. 7. ed. São Paulo: EDUSP, 2008.

