

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA
CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS E HUMANAS
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA
CURSO DE PSICOLOGIA

Ricardo Cesar Merlo Trodo Filho

**XAMANISMO, PSICOLOGIA JUNGUIANA E ECOPSICOLOGIA:
ENSAIO SOBRE A RELAÇÃO ENTRE SAÚDE HUMANA E
PLANETÁRIA EM UM MUNDO EM CRISE**

Santa Maria, RS
2023

Ricardo Cesar Merlo Trodo Filho

**XAMANISMO, PSICOLOGIA JUNGUIANA E ECOPSICOLOGIA: ENSAIO SOBRE
A RELAÇÃO ENTRE SAÚDE HUMANA E PLANETÁRIA EM UM MUNDO EM CRISE**

Trabalho de conclusão de curso apresentado
ao Curso de Psicologia da Universidade
Federal de Santa Maria (UFSM-RS) como
requisito parcial para obtenção do grau de
Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Dr. Francisco Ritter

Santa Maria, RS
2023

Ricardo Cesar Merlo Trodo Filho

**XAMANISMO, PSICOLOGIA JUNGUIANA E ECOPSICOLOGIA: ENSAIO SOBRE
A RELAÇÃO ENTRE SAÚDE HUMANA E PLANETÁRIA EM UM MUNDO EM CRISE**

Trabalho de conclusão de curso apresentado
ao Curso de Psicologia da Universidade
Federal de Santa Maria (UFSM-RS) como
requisito parcial para obtenção do grau de
Bacharel em Psicologia.

Aprovado em 14 de dezembro de 2023:

**Francisco Ritter, professor psicólogo (UFSM)
(orientador)**

Taís Fim Alberti, professora psicóloga (UFSM)

Joel Elói Franz, psicólogo (UFN)

Santa Maria, RS
2023

AGRADECIMENTOS

Ao meu pai e à minha mãe, Ricardo e Viviane, agradeço pela minha vida, e também à minha irmã, Clarissa, e ao meu irmão, João, agradeço por todo o amor, toda a força e os ensinamentos que sempre me deram. Agradeço também aos meus avós e a toda a família.

Ao padrinho Fabiano, à madrinha Michele e à família do Centro Holístico Renascer, agradeço pela fraternidade verdadeira e por tudo aquilo que não cabe nestas palavras.

À madrecita Ayahuasca, por iluminar meu caminho, por tudo que me ensina e por me ajudar a ser melhor.

Ao meu terapeuta, Joel Franz, por ter me apresentado a psicologia junguiana, por ser um exemplo para mim e pelo inestimável auxílio no caminho.

À Diélizer, pela força, por tudo que me ensina e por cada momento compartilhado que enriqueceu a jornada.

Ao meu orientador, Francisco Ritter, pelo seu cuidadoso trabalho de orientação e por cada uma de suas gentis correções neste trabalho.

Agradeço à CEIP, especialmente à Carol e ao Marlos, pelos momentos de aprendizado e de convívio.

A todos os meus professores e professoras e a cada uma das relações cultivadas que enriqueceram a minha jornada.

Aos Amigos do Umbevuste. Não deixa ninguém te enganar!

À Universidade Federal de Santa Maria pela oportunidade.

A todos que não foram aqui citados, mas que sempre agradeço em meu coração.

“Era uma vez um velho sábio. Em sua juventude, vivera junto a um pequeno povoado, mas se sentia muito diferente dos demais. Seguindo suas inspirações mais íntimas, ele passou a viver sozinho na floresta. Com o tempo, foi fazendo sua morada cada vez mais longe, até chegar ao alto de uma montanha.

Certa vez, depois de muitos anos, o povoado enfrentava dificuldades devido a uma grande seca. O rio estava quase seco, não havia peixes e a caça não passava mais por aquelas terras. O povo tinha sede e fome. Diante dessa situação, eles escolheram representantes para subir à montanha e pedir algum auxílio ao velho sábio.

Chegando lá, contaram-lhe as dificuldades que enfrentavam e pediram sua ajuda. O velho sábio, após escutar, apenas lhes disse:

— Está certo, não se preocupem. Podem voltar aos seus lares, e só retornem quando a situação melhorar, para agradecer.

Passaram-se três dias e eles subiram novamente à montanha. Ao encontrarem o velho sábio, disseram-lhe, impressionados:

— Voltamos aqui para lhe agradecer. Está tudo bem! A água voltou a correr por nossas terras, saciando nossa sede, assim como a caça, saciando nossa fome. Mas queremos perguntar: o que foi que o senhor fez?

O velho sábio respondeu:

— Apenas corrigi o meu pensamento.”

(fonte desconhecida)

RESUMO

XAMANISMO, PSICOLOGIA JUNGUIANA E ECOPSICOLOGIA: ENSAIO SOBRE A RELAÇÃO ENTRE SAÚDE HUMANA E PLANETÁRIA EM UM MUNDO EM CRISE

Autor: Ricardo Cesar Merlo Trodo Filho
Orientador: Francisco Ritter

Este trabalho apresenta uma reflexão acerca da relação entre a saúde humana e a saúde do planeta Terra diante da crise humana e ambiental que enfrentamos. Para isso, foi revisada a literatura de autores considerados como referência no xamanismo, na psicologia junguiana e na ecopsicologia. A aproximação entre os conceitos dessas três áreas revelou que seu estudo integrado forma uma lente rica para a observação dos desafios enfrentados pelo ser humano atualmente. Foram identificados pontos de convergência que permitem uma compreensão holística acerca da relação entre consciência, espiritualidade e a conexão do ser humano com a natureza. O leitor, no entanto, não encontra aqui apenas uma perspectiva teórica holística acerca destes tópicos: para além da teoria, este ensaio aponta para a necessidade de uma reavaliação prática da conduta humana tendo em vista a regeneração da harmonia na relação do ser humano com a natureza mediante uma vida mais autoconsciente, espiritualmente rica e ecologicamente sustentável.

Palavras-chave: Xamanismo. Psicologia Junguiana. Ecopsicologia. Espiritualidade. Conexão com a natureza.

ABSTRACT

SHAMANISM, JUNGIAN PSYCHOLOGY AND ECOPSYCHOLOGY: ESSAY ON THE RELATIONSHIP BETWEEN HUMAN AND PLANETARY HEALTH IN A WORLD IN CRISIS

Author: Ricardo Cesar Merlo Trodo Filho
Advisor: Francisco Ritter

This work presents a reflection on the relationship between human health and the health of planet Earth in the face of the human and environmental crisis we face. To this end, the literature of authors considered to be references in shamanism, Jungian psychology and ecopsychology was reviewed. The rapprochement between the concepts of these three areas revealed that their integrated study forms a rich lens for observing the challenges faced by human beings today. Points of convergence were identified that allow a holistic understanding of the relationship between consciousness, spirituality and the connection between human beings and nature. The reader, however, does not find here just a holistic theoretical perspective on these topics: beyond theory, this essay points to the need for a practical reassessment of human conduct with a view to regenerating harmony in the relationship between human beings and nature through a more self-conscious, spiritually rich and ecologically sustainable life.

Keywords: Shamanism. Jungian Psychology. Ecopsychology. Spirituality. Connection with nature.

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1 — Nascer da Terra.....	54
FIGURA 2 — Pálido Ponto Azul.....	55

SUMÁRIO

1	Introdução	10
2	Xamanismo	13
3	Psicologia junguiana	26
4	Ecopsicologia	35
5	Discussão	49
6	Conclusão	52
	Referências	56

1 INTRODUÇÃO

Este estudo tem como objetivo fazer aproximações entre o xamanismo, a psicologia junguiana e a ecopsicologia. Especificamente, objetiva-se explorar conceitos de cada área e identificar pontos de convergência que permitam uma compreensão mais holística acerca da relação entre consciência, espiritualidade e a conexão do ser humano com a natureza. O trabalho justifica-se e tem relevância como contribuição aos estudos da Psicologia, visto que o estudo integrado dessas áreas pode proporcionar importantes insights sobre como lidar com os crescentes desafios enfrentados pelo ser humano na contemporaneidade.

Nos tempos atuais, a humanidade enfrenta um momento bastante delicado e desafiador. Em janeiro de 2023, o Relógio do Juízo Final¹ foi ajustado novamente, estamos a 90 segundos da meia-noite. Criado em 1947 como forma de alertar a humanidade sobre o risco de uma guerra nuclear, seus ponteiros nunca estiveram tão perto da meia-noite, ponto em que a humanidade seria extinta. Desde que a primeira bomba atômica explodiu em Hiroshima, ficou cada vez mais nítida a ambiguidade entre o potencial de avanço tecnológico do homem e o risco de sua autodestruição.

Além de toda a cinza nuclear espalhada a nível global, em consequência dos acontecimentos em Hiroshima e Nagasaki — e também de Chernobyl e testes nucleares —, o avanço desenfreado e desprovido de consciência ecológica tem gerado graves consequências para a saúde humana e planetária. O próprio estilo de vida urbano reflete isso. Seu ritmo acelerado, o excesso de informações diárias, a imersão de nossas vidas na tecnologia, o isolamento, a fragilidade dos laços sociais e a falta de natureza são apenas alguns exemplos de fatores de risco à saúde mental. Além disso, o modelo urbano-industrial tem causado a extinção das espécies, a poluição do ar, de rios, mares e aquíferos, a devastação ambiental e a crise climática.

Ao longo de 2023, o ser humano obteve avanços notáveis no desenvolvimento de tecnologia para produção de moléculas de oxigênio (O₂) em Marte, o que pode ser promissor para o futuro da exploração espacial. Enquanto isso, aqui na Terra, as emissões de gases do efeito estufa seguem contribuindo para o aquecimento global.

¹ O Relógio do Juízo Final ou Relógio do Apocalipse é mantido pelo comitê Boletim dos Cientistas Atômicos, uma organização sem fins lucrativos da Universidade de Chicago. A analogia é utilizada para afirmar que estamos a “segundos da meia-noite”, horário em que uma catástrofe global levaria à autodestruição da raça humana.

Atualmente, temos tecnologia para identificar a composição química de planetas em galáxias distantes, bem como buscar planetas com características semelhantes à Terra, ou capazes de abrigar a vida. Enquanto a exploração espacial avança, estamos destruindo a vida na Terra. O desmatamento da Amazônia está perto do ponto de não-retorno e os rios amazônicos enfrentam uma seca histórica; incêndios florestais são cada vez mais comuns; o derretimento das plataformas de gelo do planeta está aumentando em dimensões catastróficas; além disso, todos os dias pessoas morrem de fome, de sede, são vitimadas pela guerra, entre outras calamidades, ou vivem em condições de extrema pobreza e desigualdade social.

Nesse contexto, tem surgido novos movimentos ambientais, espirituais e antiguerra, que enfatizam a responsabilidade humana sobre os agravos causados ao meio ambiente e à própria humanidade, e demandam uma mudança de atitude. No campo da Psicologia, penso que estamos sendo convocados a refletir mais profundamente sobre o que está acontecendo hoje no mundo e sua relação com o que nos acontece a cada um, individualmente e coletivamente; e, mais do que isso, sobre as repercussões das nossas ações, da ação humana no mundo.

Este trabalho foi realizado no intuito de contribuir para essa reflexão. Para isso, foi revisada a literatura de autores considerados como referência nas três áreas: xamanismo, psicologia junguiana e ecopsicologia. A opção por essas áreas foi feita a partir da constatação de que sua interposição forma uma lente rica para a observação dos problemas que enfrentamos atualmente. Naturalmente, este trabalho não aborda a totalidade dos conceitos e discussões relativas a cada área, pois são campos amplos e complexos; foi priorizada a conceitualização e a discussão relacionadas à interconexão entre a saúde humana e a saúde do planeta.

Quanto à estrutura do texto, o leitor encontrará, a seguir, quatro capítulos. O capítulo 2 explora conceitos como "xamã" e "xamanismo", bem como a importância dos estados não-ordinários de consciência para a constituição de um "saber xamânico", uma forma natural de saber caracterizada pela não-dissociação entre o mundo físico e o mundo espiritual. Além disso, explora os níveis de contato com o inconsciente conforme descrito por Stanislav Grof, para localizar o nível das experiências transpessoais como base para o saber xamânico. Explora também a noção de "participação mística", descrita por Lévy-Bruhl, como um fenômeno inerente

à natureza humana. O capítulo 3 explora alguns dos principais conceitos da psicologia junguiana. Explora também a noção de "neurose geral do nosso tempo" como descrita por Jung, bem como a importância da reconexão com as imagens do inconsciente para o processo de cura e crescimento pessoal. O capítulo 4 explora o campo da ecopsicologia e seus principais conceitos, debruçando-se sobre a interconexão entre a psique humana e o ambiente natural, bem como sobre a importância da harmonização do ser humano com a natureza como parte do processo natural de ontogênese do ser humano. Por fim, o capítulo 5 constitui a sessão de discussão e conclusão do trabalho, apresentando uma síntese das considerações feitas até então e enfatizando a importância da ação ecologicamente consciente no mundo para a restauração da saúde ecológica humana e planetária.

2 XAMANISMO

A palavra "xamã" vem de "saman" ("aquele que enxerga no escuro"), da língua dos povos Tungus da Sibéria. Tem semelhança com o termo sânscrito "sramana", que significa "aquele que é inspirado pelos espíritos". O termo foi adotado por antropólogos para evitar as significações preconceituosas ou conflitantes de palavras mais familiares como "bruxo", "mago", "feiticeiro", "curandeiro" etc. O antropólogo Michael Harner, responsável pelo renascimento contemporâneo do interesse pelo xamanismo no mundo ocidental, afirma em seu famoso livro "O Caminho do Xamã" (1995) que nem todo tipo de curandeiro ou feiticeiro é um xamã. As palavras "xamã" e "xamanismo", no entanto, circularam amplamente para além do meio acadêmico, de modo que lhes podem ser atribuídos significados alternativos.

Para Goto e Ribeiro (2018), o xamã é um homem ou uma mulher que transita, voluntariamente, entre estados não-ordinários de consciência para ter acesso a informações extraordinárias, a fim de atender às necessidades psicológicas, médicas e espirituais da comunidade. Para Eliade (2002), o xamã é um sacerdote do xamanismo, portador de função religiosa, que pode acessar outras dimensões da consciência através de um estado de transe (Eliade usa o termo "êxtase"), bem como pode contatar espíritos aliados (animais, vegetais, minerais) e espíritos ancestrais. O xamã, no contexto de sociedades caçadoras-coletoras, é o mediador dos espíritos, a ponte entre o mundo físico e o mundo espiritual, aquele que se comunica com os seres da natureza para garantir a caça ao grupo.

O xamã entra em estado de transe durante rituais xamânicos, onde manifesta poderes sobrenaturais e invoca os espíritos da natureza. Através do contato com o mundo espiritual, recebe orientações, conhecimentos e auxílios para resolver as questões que desafiam o ser humano e seus grupos sociais (ELIADE, 2002). Harner (1995) também considera o xamã como uma pessoa que entra em estado alterado de consciência deliberadamente para contatar uma realidade habitualmente oculta, a fim de adquirir conhecimento e poder e, com isso, ajudar outras pessoas.

A palavra xamanismo, por sua vez, refere-se, originalmente, ao antigo sistema religioso e social centrado nesses indivíduos escolhidos pela comunidade como

² A própria base da ciência ocidental, no conhecimento egípcio e grego, comunga da mesma concepção xamânica de cura física e espiritual, evoluindo na alquimia e, posteriormente, na ciência moderna.

xamãs. Atualmente, no entanto, essa denominação tem sido usada para referir-se a um conjunto de crenças ancestrais relacionadas ao contato com outros mundos, ou estados não-ordinários de consciência, na intenção de obter poder, equilíbrio, conhecimento e saúde individual e coletiva.

Harner (1995) ressalta o fato de as crenças e métodos xamânicos serem muito semelhantes em lugares distantes entre si no globo e há muito tempo isolados uns dos outros. Na Austrália aborígene, entre os nativos da América do Norte e do Sul, na Sibéria e na Ásia Central, na Europa Ocidental e do Extremo Norte e na África do Sul, o xamã funciona, fundamentalmente, da mesma maneira e com técnicas semelhantes, como intermediário entre o mundo visível e o mundo dos espíritos, bem como guardião do equilíbrio psíquico e ecológico do seu grupo e dos seus membros. Até mesmo na literatura clássica do Mediterrâneo e na literatura medieval e renascentista da Europa Ocidental, há conhecimentos xamânicos remanescentes que existiram até ali mesmo durante a Inquisição (ELIADE, 2002).

Essa regularidade indica que o fenômeno do xamanismo tem raízes arquetípicas, sendo parte da própria natureza humana. Jung comparou o xamã à figura do velho sábio e do mago (JUNG, 2016). Arquetipicamente, o xamã está associado ao mitologema do curador ferido, fundamento das sociedades xamânicas. O tema central é a ideia do homem que passou por algo muito grave ou pela própria morte, tornando-se capaz de curar. Tradicionalmente, o xamã normalmente é identificado por seu grupo na infância, por apresentar características que o diferenciam dos demais, como traços físicos ou outras particularidades.

Por meio de técnicas, rituais e do uso de substâncias psicodélicas, o xamã entra em contato com os espíritos dos ancestrais e com as divindades — os arquétipos do inconsciente coletivo, especialmente o arquétipo do si-mesmo. Essa relação mais íntima da consciência com os conteúdos do inconsciente favorece uma visão de mundo mais holística, de modo que, para as sociedades xamânicas, homem e natureza constituem uma unidade, um todo integrado. O conhecimento xamânico envolve a não-dissociação entre o mundo físico e o mundo espiritual.

No contexto atual, essa perspectiva pode ser interpretada como algo arcaico ou ultrapassado, sobretudo na área da saúde. Também os xamãs podem ser

erroneamente associados a feiticeiros ou charlatões. A própria ciência psicológica, durante décadas, convencionou rotular como patológicos os estados de consciência diferentes do estado normal de vigília, associando a experiência de outros estados a distúrbios do funcionamento normal (GROF, 1987). No entanto, segundo Harner (1995), os verdadeiros xamãs são pessoas que se especializaram no trabalho com a cura. Não obstante, ao contrário do que ocorre de modo geral na nossa cultura, em que a racionalidade é escolhida como o único caminho para o conhecimento, nos sistemas xamânicos as antigas fontes cognitivas são consideradas: expressões do inconsciente como os sonhos, as visões, a intuição e a imaginação ativa, por exemplo, são tidas como parte da experiência a ser apreendida, de modo que, a partir da integração desses conteúdos à consciência, constitui-se um saber pré-racional, comparável ao saber dos antigos filósofos, profetas, curadores, pré-socráticos, aqueles que vieram antes do domínio do pensamento racionalista (GAMBINI, 2023).

Atualmente, o conhecimento xamânico original sobrevive principalmente entre povos que, até há pouco tempo, ainda não mantinham contato com a civilização moderna. Esse conhecimento foi adquirido e preservado por esses povos ao longo de centenas de gerações. Seus ancestrais aprenderam e usaram seus conhecimentos para manter a força e a saúde diante das situações mais desafiadoras enfrentadas pelo ser humano em sua jornada pela sobrevivência, desde doenças físicas graves até o trauma da morte (HARNER, 1995).

Após migrações pré-históricas, muito desses povos ficaram isolados de outras divisões da espécie humana por milhares de anos. Nos diferentes lugares onde se assentaram, esses povos enfrentaram condições radicalmente diversas no que diz respeito à adaptação ao ambiente natural e aos problemas relacionados à sobrevivência material. Ao longo do tempo, desenvolveram grandes variações em seus sistemas sociais e econômicos, na sua arte e em muitos aspectos da sua cultura. Ainda assim, até os dias atuais, a abordagem xamânica de poder e de cura foi preservada de forma semelhante à das culturas primitivas, de modo que o conhecimento xamânico básico não sofreu mudanças importantes (HARNER, 1995).

Harner (1995) sugere que a uniformidade dos métodos xamânicos entre povos em situações culturais e ecológicas muito distintas entre si é um indicador da eficácia

desses métodos. Ele sugere que, por meio de tentativas e erros, e por força da necessidade, esses povos chegaram às mesmas conclusões quanto aos princípios e métodos básicos para a saúde e para a cura. Os guardiões vivos desses conhecimentos antigos são muito importantes para a humanidade, uma vez que poucas dessas culturas deixaram registros. Seus representantes são pontes entre o pensamento contemporâneo e os saberes ancestrais. Através deles podemos aprender caminhos para resgatar o equilíbrio e a harmonia entre seres humanos, natureza e mundo espiritual (HARNER, 1995).

Barreto (2021) ressalta a importância do reconhecimento do xamanismo como origem arcaica da Psicologia. Os saberes e práticas xamânicas foram fundamentais para a compreensão humana acerca do universo psíquico e para a formulação de teorias objetivas e práticas sobre o funcionamento do psiquismo e do corpo, da subjetividade e da coletividade. Podemos observar elementos comuns aos saberes xamânicos e ao conhecimento psicológico, como a hipnose, o efeito placebo, a interpretação dos sonhos, técnicas meditativas de visualização, de relaxamento e de dramatização, bem como o uso da catarse e o manejo de sentido e simbolismo nas mais diversas situações da vida².

Além disso, é importante destacar o fato de que as tradições xamânicas envolvem a atuação consciente em diferentes estados ou níveis de consciência, diversos do estado ordinário de consciência ou estado de vigília. Harner (1995) refere-se como estado comum de consciência (ECC) e estado xamânico de consciência (EXC). O EXC inclui vários graus de transe, desde graus mais leves e imperceptíveis até graus mais profundos em que o xamã parece estar temporariamente em coma. Quando em EXC, parte da consciência do xamã continua levemente ligada à realidade comum do seu corpo e do ambiente físico onde ele está.

A capacidade de entrar em EXC permite o acesso a dimensões mais profundas da experiência humana. Istanislav Grof (1987) define, para fins didáticos, quatro níveis ou dimensões das experiências de contato com o inconsciente: 1) a barreira sensorial, 2) o inconsciente individual, 3) o nível do nascimento e morte e 4) o domínio transpessoal. A seguir, faço uma breve descrição destes conceitos, a fim de contextualizar a importância do acesso ao inconsciente na cosmovisão xamânica e na constituição dos saberes xamânicos. Em geral, as técnicas que possibilitam o acesso

aos domínios do inconsciente têm como objetivo inicial a ativação dos órgãos sensoriais. Os fenômenos desse nível podem aparecer em qualquer área sensorial, mas os fenômenos óticos são os mais frequentes e costumam também ser os mais intensos, sobretudo em casos de ingestão de substâncias psicodélicas. Formas geométricas e arquiteturais, mandalas, entre outros fenômenos visuais, também manifestos na arte. As alterações na audição podem configurar-se como zumbidos, sussurros, sons de sinos ou do cricrilar dos grilos, entre outros. Sensações táteis incomuns em várias partes do corpo também podem ocorrer, assim como odores e sabores, apesar de estes serem menos frequentes (GROF, 1987).

As experiências no nível da barreira sensorial são de natureza mais ou menos abstrata e não têm significado simbólico pessoal, sendo pouco relevantes para os processos de autoexploração e autoconhecimento. Alguns aspectos de tais experiências são explicadas a partir de características anatômicas ou fisiológicas dos órgãos sensoriais. Por isso, são como uma barreira a ser ultrapassada para que se possa adentrar a psique inconsciente individual (GROF, 1987).

As experiências do nível do inconsciente individual estão relacionadas com a vida do indivíduo, do nascimento ao momento presente. Nesse nível, podem surgir conteúdos inconscientes relacionados a conflitos não resolvidos, memórias traumáticas reprimidas ou a uma *gestalt* psicológica incompleta. Essas memórias e outros elementos biográficos não emergem separadamente, mas formam constelações dinâmicas de memórias (e material arquetípico associado) de diferentes períodos da vida do indivíduo, as quais Grof chamou de "sistemas de experiência condensada" (semelhante à ideia junguiana de "complexo" apresentada no próximo capítulo) (GROF, 1987).

Adentrando mais profundamente o processo de autoexploração experiencial, a dor emocional e física pode alcançar uma intensidade extraordinária, de modo que é interpretada como o ato de morrer. Na travessia desse limiar, a dor pode ser de tal intensidade que o indivíduo sente estar transcendendo os limites do sofrimento individual, podendo abarcar uma identificação com o sofrimento de toda a humanidade, bem como de pessoas ou animais nas condições mais diversas. Além disso, pode experimentar manifestações fisiológicas como vários graus de sufocação, taquicardia, náusea e vômito, tremores e contorções. Esse nível está relacionado às

matrizes perinatais e ao nascimento. O processo perinatal transcende a biologia, tendo importantes dimensões filosóficas e espirituais (GROF, 1987).

Para além do nível das matrizes perinatais, entramos no campo das experiências transpessoais. Este campo abarca experiências que desafiam as suposições mais fundamentais da ciência materialista e de sua visão mecanicista do mundo, sendo impossível interpretá-las no âmbito dos fenômenos intrapsíquicos convencionais. Enquanto, por um lado, elas têm uma continuidade com experiências dos níveis biográfico e perinatal, por outro lado aparentam frequentemente uma presença direta, sem intervenção dos órgãos dos sentidos, como se fossem oriundas de fontes de informação localizadas além do alcance convencionalmente definido de um indivíduo. Grof (1987), em seu estudo com o LSD (dietilamida do ácido lisérgico), observou uma série de ocorrências típicas em experiências no domínio transpessoal em diferentes indivíduos. Consideremos alguns exemplos.

As experiências transpessoais podem ocorrer na forma de regressão no tempo histórico, com a exploração do passado biológico, cultural e espiritual do indivíduo. Episódios bastante concretos e realistas da vida embrionária e fetal são frequentes. O indivíduo às vezes sente que está vivendo episódios da vida de ancestrais biológicos, ou experimenta um conjunto de memórias coletivas e raciais. Há também experiências nas quais o indivíduo se identifica com animais de diferentes períodos da evolução das espécies ou tem a sensação de reviver lembranças que atribui a vidas passadas (GROF, 1987).

Outros fenômenos transpessoais estão mais relacionados à transcendência espacial do que à temporal, como é o caso das experiências da consciência de outras pessoas, grupos de pessoas ou de toda a humanidade. Podem também ultrapassar os limites da experiência especificamente humana, de modo a sentir-se conectado à consciência de animais, plantas ou objetos. Em níveis mais extremos, pode levar à consciência do planeta inteiro ou de todo o universo material. Os indivíduos nesse nível da experiência podem ter acesso a informações detalhadas sobre aspectos do mundo material que excedem sua educação e seu conhecimento específico prévio (GROF, 1987).

Os relatos de indivíduos que experienciaram episódios de sua existência embrionária, do momento da concepção entre espermatozoide e óvulo, de elementos das células, dos tecidos e dos órgãos, frequentemente apresentam insights medicamente corretos sobre aspectos anatômicos, fisiológicos e bioquímicos destes processos. Do mesmo modo, experiências ancestrais e "memórias de encarnações passadas" frequentemente relatam detalhadamente eventos históricos, costumes, arquitetura, armas, expressões artísticas e práticas religiosas das culturas em questão. Há também indivíduos que acessam memórias filogenéticas, experimentando a consciência de ancestrais não-humanos, ou mesmo de animais contemporâneos, e adquirem insights altamente precisos e complexos relacionados à psicologia animal, etologia, ciclos reprodutivos e danças de acasalamento das espécies (GROF, 1987).

Os indivíduos que relataram a identificação consciente com plantas frequentemente tiveram insights surpreendentemente corretos de processos botânicos como a germinação das sementes, a fotossíntese, a polinização e a permuta de água e minerais nas raízes. Também é frequente a identificação com a consciência de processos e matérias inorgânicas como ouro, granito, água, fogo, relâmpago, tornado, atividades vulcânicas, até átomos e moléculas dos próprios indivíduos. Esses relatos indicam que a consciência não é um produto do sistema nervoso central, não sendo limitada aos humanos e vertebrados superiores. Os indivíduos que tiveram esses insights consideram a consciência como uma condição primária da existência (GROF, 1987).

Há também o grupo de experiências que envolve fenômenos como a telepatia, clarividência, clariaudiência, psicodiagnóstico, premonição e as experiências fora do corpo (EFC). Muitas experiências transpessoais envolvem também eventos microcósmicos, macrocósmicos ou de períodos que precedem a origem dos organismos vivos, do próprio planeta e até do sistema solar (GROF, 1987).

Com esses exemplos de experiências transpessoais, temos uma breve ilustração da natureza do saber xamânico, como um saber constituído do contato com essas informações da própria natureza e de sua integração à consciência na forma de práticas e modos de viver coerentes com sua visão de mundo.

À medida que adentramos o nível transpessoal, em que os conteúdos da experiência parecem oriundos de canais extrassensoriais, os limites entre a psicologia e a parapsicologia desaparecem. Todavia, esse nível pode ser alcançado mediante técnicas simples de respiração, como também pela dança, música, canto, privação de sono ou uso de substâncias psicodélicas (GROF, 1987). O próprio cérebro humano produz substâncias alteradoras da percepção, incluindo a dimetiltriptamina (DMT).

Em termos de seleção natural, a presença dessas substâncias no organismo humano indica que a capacidade de alterar o estado da consciência trouxe alguma vantagem para a sobrevivência, sendo configurada pelo tempo como capacidade inata. Sendo assim, cada indivíduo humano tem acesso experiencial potencial à totalidade da rede cósmica (GROF, 1987). Nas visões de mundo subjacentes ao xamanismo, a realidade é compreendida como um todo multidimensional interconectado. Por isso a importância dos estados alterados como porta de acesso a dimensões mais profundas da psique (HARNER, 1995).

Entre os povos em que a relação com o inconsciente é encarada de forma mais natural, esses fenômenos são a constatação da própria teia da vida, de que há um todo interligado. Assim, esses povos de cultura xamânica observam a natureza, aprendem com ela e participam dos fenômenos naturais como acontecimentos mágicos e significativos (ROSZAK et al., 1995).

Essa forma de interação com a natureza é caracterizada pelo que Lévy-Bruhl chamou de *participation mystique* (participação mística), uma espécie de vinculação psicológica com o objeto. De acordo com Jung, na participação mística o sujeito não consegue distinguir-se claramente do objeto, pois está ligado a ele por uma relação de identidade parcial. Essa identidade não abrange o todo da relação sujeito-objeto, mas apenas certos casos. É uma relação de transferência em que o objeto obtém certa influência mágica (isto é, absoluta) sobre o sujeito (JUNG, 2015).

A participação mística nos fenômenos da natureza propicia o acesso a símbolos e metáforas capazes de transmitir insights profundos e complexos. Segundo Gambini (2023), os conteúdos do inconsciente passam por uma forma simbólica para emergirem na consciência, de modo que o símbolo constitui um veículo ou uma ponte para um outro nível de compreensão da realidade. No xamanismo, os animais, os ele-

mentos naturais e os fenômenos biogeoquímicos e cósmicos são vistos como portadores de significados psicológicos e espirituais. Esses símbolos proporcionam uma linguagem para explorar a experiência humana e são usados intencionalmente para criar um diálogo entre os mundos material e espiritual (WINKELMAN, 2022).

Essa perspectiva da conexão entre os mundos material e espiritual define a essência da terapêutica xamânica, de modo que o xamanismo é estudado tanto na área da antropologia médica quanto na área da antropologia da religião. As práticas xamânicas consideram tanto interagir com o corpo para obter efeitos na mente quanto interagir com a mente para alterar as condições fisiológicas. O que um pesquisador estuda como um ritual religioso é considerado por outro como uma prática médica (LAPLANTINE, 1991). Os rituais xamânicos são cuidadosamente elaborados para promover a cura física, emocional, psicológica e espiritual. Esses rituais envolvem elementos naturais, como plantas medicinais, água e fogo, bem como danças, música e substâncias psicodélicas (WINKELMAN, 2022).

A dança, em nossa espécie, envolve uma dinâmica expressiva em um nível não-verbal de comunicação que é vital para a nossa sobrevivência. Seus mecanismos terapêuticos envolvem as alterações na experiência de si e do corpo a partir dos estados alterados de consciência; os efeitos do ritmo e do movimento rápido do corpo, que proporcionam uma revitalização energética; e os efeitos psicossociais da dinâmica de grupo e envolvimento com a comunidade. Os aspectos expressivos não-verbais da dança também constituem uma via para liberação de tensões reprimidas, as quais são representadas na dança. Além disso, há também os efeitos relacionados ao campo do significado espiritual³, da catarse e da ab-reação (WINKELMAN, 2022).

A música também foi usada ao longo da história como um agente curativo. Seus efeitos foram entendidos como promotores da saúde e do bem-estar por meio do aprimoramento do equilíbrio e da harmonia em nossos sistemas emocionais. A música produz uma variedade de efeitos fisiológicos no organismo, como alterações nos sistemas neurológicos sensoriais, sistemas glandulares e sistema nervoso autônomo, até respostas musculares involuntárias e reflexos. A eficácia da musicoterapia está relacionada ao uso da música, do canto, da percussão e de procedimentos relacionados para estimular o corpo, o cérebro e o acesso a

³ A dança pode representar elementos da vida, acontecimentos, explicações mitopoéticas da vida, de cosmogonias e lendas, sendo importante para a transmissão da tradição de povos originários.

informações inconscientes, a fim de facilitar sua integração na consciência (WINKELMAN, 2022). No Sufismo da tradição islâmica, bem como no Candomblé e na Umbanda do Brasil, e também no Hinduísmo e entre os nativos americanos, os aborígenes australianos, os povos tradicionais africanos e por todo o mundo a dança e a música são utilizadas para a cura e conexão espiritual através da alteração do estado de consciência.

No que concerne ao manejo do significado, a terapêutica xamânica por vezes fornece uma perspectiva ampliada do infortúnio vivenciado, reduzindo o sofrimento emocional do paciente e expandindo o horizonte para novas possibilidades. Por outro lado, os rituais também podem ser usados para evocar emoções ou memórias negativas, de modo a capacitar o paciente a confrontar conscientemente seus medos. O tratamento xamânico da ansiedade se assemelha a terapias comportamentais e psicofarmacológicas ocidentais no trabalho de dessensibilização. A exposição de objetos temidos pode ser acompanhada da incorporação de outros significantes na situação terapêutica (WINKELMAN, 2022).

Winkelman (2022) descreve os espíritos como símbolos culturais capazes de acionar respostas psicofisiológicas que produzem cura. O processo de cura ocorre dentro de sistemas culturais. Estes sistemas gerenciam simbolicamente a doença, classificando suas características e determinando as práticas terapêuticas associadas a ela. Os significados dados por símbolos culturais evocam respostas psicofisiológicas por meio das associações e avaliações geradas. Esses efeitos simbólicos, assim como o efeito placebo, produzem respostas fisiológicas e de cura endógena.

Em outras palavras, os sistemas etnomédicos criam categorias diagnósticas que estruturam a experiência pessoal da doença por meio de características atribuídas a ela. Isso envolve a gravidade da doença, sua etiologia, seu prognóstico e seu significado cultural. A classificação da doença constitui parte do processo de cura, uma vez que os efeitos simbólicos resultantes influenciam o modo como a pessoa responde psicofisiologicamente à interação com o sistema terapêutico. Pode-se dizer, então, que classificar uma doença é determinar uma forma de tratamento simbólico por meio dos efeitos psicofisiológicos correspondentes, uma vez que transforma uma condição desconhecida em algo compreensível e administrável coletivamente (WINKELMAN, 2022).

A cura, então, é um processo que ocorre ao longo de um caminho simbólico de palavras, expectativas, valores e crenças pessoais e coletivas, e de processos afetivos e fisiológicos correlatos. A cura xamânica envolve o manejo intencional desses processos simbólicos a fim de resolver conflitos, reestruturar padrões de crenças, trazer à consciência memórias reprimidas e promover o empoderamento pessoal diante dos desafios da vida (WINKELMAN, 2022).

Este manejo simbólico tem um papel central nos sistemas xamânicos. Os conceitos de espíritos são diversos e produzem uma variedade de efeitos psicossomáticos e sociossomáticos devido à associação dos símbolos correspondentes a processos fisiológicos mediante avaliações afetivas/emocionais (WINKELMAN, 2022).

Desde há muito tempo, os xamãs acreditam que seu poder é o mesmo que o das forças da natureza. Aliados aos espíritos dos deuses e dos animais, das plantas e dos seres elementais, trabalham para a manutenção do equilíbrio psicofisicoespiritual do indivíduo e do grupo social (WINKELMAN, 2022).

Atualmente, as sociedades pós-modernas estão vivenciando o ressurgimento das práticas xamânicas. Ao longo do século XX, enquanto a tradição católica estava em declínio, houve um aumento na participação em seitas, cultos e práticas espirituais individuais das mais variadas correntes culturais, filosóficas e espirituais. Nesse contexto, e diante do atual vazio espiritual e da desconexão com o mundo natural, o xamanismo tem sido procurado por pessoas em busca de significado, cura e conexão espiritual e com a natureza.

Diversos autores referem-se a esse movimento de resgate aos saberes e práticas xamânicas como "neoxamanismo" ou "neoxamanismo urbano". Goto e Ribeiro (2018) descrevem o neoxamanismo como uma tentativa de conciliar os saberes e as práticas xamânicas com o contexto atual. Os saberes xamânicos têm sido revisitados também pelos campos da antropologia médica, antropologia da consciência, psicologia transpessoal e estudos de medicinas psicodélicas, que estão trazendo novas evidências e reconceitualizando as práticas xamânicas como técnicas etnomédicas sofisticadas que empregam recursos de cura cultural e uma epistemologia alternativa de causa e tratamento de problemas de

saúde (WINKELMAN, 2022). Isso também tem contribuído para que pessoas das mais diversas áreas da sociedade entrem em contato com o xamanismo em busca de cura, autoconhecimento ou de um caminho espiritual.

O paradigma científico positivista está se transformando em um novo paradigma centrado em uma visão de mundo mais holística e que concebe o mundo e os seres como um todo integrado. Neste novo paradigma, a saúde se traduz no equilíbrio de relacionamentos entre os seres e o mundo natural. Este conceito de saúde é, na verdade, a essência da antiga sabedoria xamânica. Quando alguém está doente, o xamanismo tenta restituir sua força a partir da rearmenização com a própria vida e com os ritmos naturais.

Isso assemelha-se à noção junguiana de que a rearmenização com o si-mesmo, o centro natural da psique humana, exerce um papel fundamental nos processos de cura e de desenvolvimento natural do ser humano, pois promove a conexão do indivíduo com sua própria natureza mediante a integração de seus aspectos conscientes e inconscientes (JUNG, 2015). Para Jung, o sentido é a experiência da totalidade, e esse "todo" engloba também o mundo físico e natural interno e externo. Também na ecopsicologia, que enfatiza a ampliação da noção de inconsciente para englobar todo o mundo físico, a saúde consiste no estado de bem-estar psicológico e emocional que emerge da harmonia e conexão entre os seres humanos e o ambiente natural (ROSZAK, 1993).

Goto e Ribeiro (2018), no intuito de compreender o sentido pessoal da experiência do neoxamanismo, realizaram um estudo onde entrevistaram condutores e participantes de práticas xamânicas de um município. Ao analisar as entrevistas, os autores identificaram quatro categorias da experiência xamânica relacionadas à saúde: a conexão com o sagrado, a conexão consigo mesmo, a conexão com a natureza e a compreensão da unicidade entre o ser humano e a natureza.

Acerca da relação com o sagrado, os autores destacam que a Organização Mundial da Saúde (OMS) incluiu a dimensão espiritual em seu conceito multidimensional da saúde, uma vez que o contato com o sagrado é promotor de saúde biológica, psicológica, social e espiritual. A conexão consigo mesmo e o

autoconhecimento constituem a pedra angular de qualquer dimensão de saúde (GOTO; RIBEIRO, 2018).

A qualidade da relação do ser humano com a natureza também constitui um dado fundamental. O ser humano está ligado à natureza desde as mais profundas entranhas do seu psiquismo e da matéria que compõe seu corpo até as condições ambientais externas, orgânicas e inorgânicas, meteorológicas e geográficas. Até mesmo as sociedades e culturas têm suas raízes nas condições ambientais. A compreensão da unicidade entre o ser humano e a natureza conecta a dimensão da existência individual humana à dimensão da eternidade, dos incontáveis ciclos de renovação e complexificação da natureza (GOTO; RIBEIRO, 2018). Para Jung, a vida só pode ser desfrutada plenamente mediante a tensão entre essas duas dimensões do ser: de um lado, a existência vivida no tempo e marcada pela história de vida do indivíduo; do outro, a experiência da intemporalidade como a própria dança das areias do tempo nos infundáveis ciclos da natureza (apud JAFFÉ, 2021).

Essa compreensão de que o ser humano é parte de um grande ecossistema é característica do saber xamânico e nos possibilita a tomada de consciência da nossa participação como agentes ativos na manutenção da saúde ecológica a nível local e global e de nossa saúde pessoal e coletiva. Além disso, possibilita reconhecer a saúde não apenas como um estado de ausência de doenças e de aptidão a desempenhar funções, mas como um estado de bem-estar e equilíbrio interno e externo, experimentado pela pessoa em sua totalidade e no total de sua relação com o mundo (GOTO; RIBEIRO, 2018).

3 PSICOLOGIA JUNGUIANA

A psicologia junguiana surgiu no início do século XX a partir da teoria e da prática do psiquiatra suíço Carl Gustav Jung. Ela é marcada pelo trabalho com o inconsciente e tem uma perspectiva psicodinâmica, isto é, preocupa-se com a relação dinâmica entre as partes do psiquismo humano. Ela se diferencia da psicanálise, sobretudo, por ter uma visão mais plural da libido e por considerar não apenas o inconsciente pessoal, mas também o inconsciente coletivo e sua relação com a consciência.

Jung define a consciência como a função ou atividade que mantém a relação dos conteúdos psíquicos com o eu. Consciência e psique não são a mesma coisa. A psique representa o conjunto de todos os conteúdos psíquicos, os quais não estão todos necessariamente relacionados com o eu, isto é, não são todos conscientes, mas, em sua maior parte, inconscientes. (JUNG, 2015).

O inconsciente, em Freud, apesar de ser considerado, pelo menos metaforicamente, como sujeito atuante, ainda se trata apenas do espaço de concentração de conteúdos reprimidos ou esquecidos. A esta camada do inconsciente, Jung refere-se como inconsciente pessoal. Esta camada repousa sobre outra mais profunda, o inconsciente coletivo (JUNG, 2016).

Em seu trabalho de investigação do inconsciente através das imagens psíquicas e das ideias, Jung observou os seus próprios sonhos e os de seus pacientes, analisou fantasias e delírios e estudou comparativamente as religiões e mitologias. Ao perceber um paralelismo universal entre os temas mitológicos encontrados por todo o globo, em todos os tempos dos quais temos registros de que o ser humano viveu, pensou e agiu, ele deduziu a presença de disposições típicas atuando como operadores inconscientes, ordenando constantemente os conteúdos da consciência de acordo com a sua própria forma estrutural. A estas disposições Jung chamava "arquétipos", e os conteúdos e motivos organizados por elas de "arquetípicos" (JAFFÉ, 2021).

Os arquétipos (do grego *archetypos*, "a cunhagem original") são, como o próprio termo sugere, tipos arcaicos, primordiais, os quais existiram desde os tempos

mais remotos. São padrões da natureza humana que constituem a base estrutural do inconsciente coletivo. Jung compara o arquétipo com o instinto, ambos como "tipos de natureza apriorística". Enquanto o arquétipo é um fator estrutural da esfera espiritual-psíquica, o instinto é ordenador da esfera biológica (JUNG, 2014).

Os arquétipos são irrepresentáveis, podendo ser discerníveis apenas indiretamente, através de seus produtos na nossa consciência. Estes aparecem como símbolos e temas mitológicos repetidos ao longo da história, em diferentes culturas e épocas (JUNG, 2016). Aniela Jaffé (2021) conta que "Jung gostava de usar a comparação da rede cristalina presente na água-mãe, mas indiscernível (o arquétipo *per se*, a estrutura irrepresentável e ordenadora no inconsciente), que só aparece como um cristal segundo o modo específico com que se agregam os íons e as moléculas (o material experimental). Cada cristal realiza a estrutura básica da rede, mas de uma forma infinitamente variada e individual (a imagem arquetípica na consciência)". Segundo Jung (2016), "o arquétipo representa essencialmente um conteúdo inconsciente, o qual se modifica através de sua conscientização e percepção, assumindo matizes que variam de acordo com a consciência individual na qual se manifesta".

O centro da consciência de um indivíduo é o eu, o qual é descrito por Jung como um complexo de representações (JUNG, 2015). Os complexos são estruturas ou padrões de organização da psique pessoal. Um complexo consiste em um elemento central, portador de significado, que é inconsciente e incontrolável, e nas associações a ele ligadas, que se originam da disposição original do indivíduo e de suas vivências condicionadas pelo ambiente. Há complexos inconscientes de natureza pessoal, os quais surgem de experiências dolorosas ou embaraçosas que foram reprimidas ou esquecidas. Há também complexos formados por conteúdos irracionais os quais nunca estiveram na consciência, pois têm origem arquetípica. São os complexos do inconsciente coletivo (JACOBI, 2017).

A psique, em Jung, não é considerada como uma unidade indivisível, mas como um todo divisível, dividido e cujas partes separadas, apesar de estarem interligadas entre si, são relativamente independentes. O complexo do eu, apesar de constituir o centro de nossa consciência, é apenas um dentre vários complexos. Outros complexos podem associar-se ao complexo do eu, tornando-se conscientes,

bem como podem permanecer inconscientes por um longo período. Um complexo pode ser ativado e atualizar-se mediante a constelação entre uma situação da realidade externa e a disposição interna do indivíduo. Nesse caso, a carga emocional gerada energiza o complexo, que pode "resistir às intenções da consciência do eu, romper sua unidade, separar-se e comportar-se como um corpo estranho [...] no espaço da consciência". A própria constelação de um complexo é um processo automático que a pessoa não pode impedir por vontade própria. (JUNG, 2014).

O eu, apesar de ter um aparente livre arbítrio, está sujeito a todo um conjunto de forças as quais não pode controlar. Enquanto o eu é o sujeito da consciência de um indivíduo, o si-mesmo é o sujeito de seu todo, pois engloba o eu e também a psique inconsciente. O si-mesmo, ou self, é um arquétipo central que atua como princípio ordenador da totalidade da nossa vida psíquica, atraindo para si e harmonizando os demais arquétipos e suas atuações nos complexos e na consciência. Empiricamente, aparece como um jogo de luz e sombra, como unidade em que se unem os opostos (JUNG, 2015).

Jung refere-se à dinâmica entre os opostos como enantiodromia. O termo foi criado pelo filósofo Heráclito para o conceito de que uma força em uma direção gera uma força no sentido oposto. De acordo com Jung, o inconsciente exerce uma função compensatória em relação à consciência, a qual se manifesta com maior clareza quanto maior for a unilateralidade da atitude consciente. Jung descrevia a neurose como um conflito gerado pela unilateralidade da atitude consciente em detrimento do inconsciente. Para ele, a neurose surge no conflito entre natureza e cultura. "O excesso de animalidade deforma o homem cultural; o excesso de cultura cria animais doentes. A psique, como um sistema natural, depende de sua totalidade para funcionar perfeitamente. Quando um indivíduo nega, reprime ou desconhece suas funções naturais, sendo estas excluídas de sua consciência, a dinâmica psíquica natural é prejudicada e o sistema sofre um distúrbio geral, a neurotização (JUNG, 2013).

Do ponto de vista junguiano, o inconsciente deseja se tornar consciência. Suas expressões como as fantasias, os sonhos, os sintomas, as defesas e resistências não são apenas respostas de adaptação à história passada, como um efeito que tem uma causa. Elas têm uma finalidade, uma função criativa. O processo inconsciente traz à

luz o material subliminal constelado pela situação da consciência no momento presente, reunindo no cenário consciente conteúdos de significativa importância. São manifestações do si-mesmo em sua tentativa de superar obstáculos, construir significado e apontar perspectivas para o futuro, chamando nossa atenção a aspectos que precisam ser conscientizados, compreendidos, que precisam ganhar ou perder energia psíquica (JUNG, 2015).

A psique, então, é criativa e tem desígnios desconhecidos pelo eu. O eu vai ser convocado pelo si-mesmo a crescer. Pode até tentar resistir à mudança, mas o si-mesmo, que só pode se realizar através do eu, vai mobilizar suas forças para engajá-lo nesse processo de transformação, impulsionando o indivíduo em direção a sua personalidade total. Sob essa perspectiva, a neurose não é meramente um conjunto de sintomas desagradáveis que deve ser simplesmente eliminado, mas um mecanismo natural de autocura, de autorregulação. Ela visa levar o indivíduo ao seu processo de individuação (JUNG, 2015).

Segundo Jung, cura significa transformação. Esta transformação está relacionada com o que ele chamou de individuação. A individuação é o processo natural de desenvolvimento do ser individual como ser distinto do coletivo. É um caminho de autodescoberta e crescimento através do qual a pessoa pode integrar suas partes conscientes e inconscientes. Para Jung, o objetivo da psicoterapia e objetivo maior da vida é o amadurecimento, o desenvolvimento pessoal que provém da integração de nosso lado obscuro e da harmonização com a nossa natureza. Por isso, a psicoterapia junguiana leva os indivíduos a confrontarem e compreenderem as partes desconhecidas de si mesmos, a fim de tornarem-se mais conscientes e coerentes consigo mesmos. Isso inclui que o indivíduo assuma quem é e viva de forma espontânea e autêntica, tendo o reconhecimento e a responsabilidade pela totalidade do seu ser, tanto em seus aspectos de luz quanto de sombra (JUNG, 2013).

A individuação leva, portanto, a "um alargamento da esfera da consciência e da vida psicológica consciente". É um processo natural experienciado de forma individual e única, de modo que seu caminho não pode ser prescrito pelo coletivo. Todavia, a individuação não leva ao isolamento. O ser humano, como ser social que é, pressupõe do relacionamento coletivo para sua existência. Sendo assim, o

processo psicológico de individuação leva naturalmente a um relacionamento social mais consciente, genuíno e pleno de sentido (JUNG, 2015).

A neurose, para Jung, é o sofrimento de uma alma que não descobriu seu sentido. No livro *Memórias, Sonhos, Reflexões* (1986), ele conta que via frequentemente as pessoas desenvolverem o sofrimento psíquico característico da neurose quando se contentavam com respostas inadequadas às questões de suas vidas. Elas buscavam sucesso exterior como status, casamento e dinheiro e, quando alcançavam, continuavam infelizes, pois suas vidas ainda careciam de sentido.

A essa falta de sentido, frequentemente associada ao sentimento de inutilidade e de vazio religioso, Jung denominava "neurose geral do nosso tempo" (apud JAFFÉ, 2021) ou "neurose contemporânea generalizada" (JUNG, 2016). Ela é caracterizada pela desorientação moral e de visão de mundo resultante da massificação do indivíduo, que tem sua individualidade pessoal destruída. Isso porque o sentido é a experiência da totalidade. Ao buscar a autorrealização unilateralmente através da receita prescrita pela cultura, essas pessoas ficavam confinadas no que ele chamou de um horizonte espiritual muito estreito. Suas vidas não tinham conteúdo suficiente.

Essa é a crise espiritual do ser humano moderno, que se vê obrigado pelo sofrimento psíquico a sair em busca de sua alma (JUNG, 2017). De acordo com Jung, vivemos protegidos pelas muralhas da racionalidade contra a eternidade da natureza. A questão do sentido da vida, no entanto, pressupõe tanto a realidade objetiva vivida no tempo — nossas experiências pessoais e conscientes — quanto a qualidade da eternidade como um domínio que transcende a consciência e o mundo tangível. Sem a tensão entre esses dois polos do ser, a vida torna-se trivial e a pessoa afunda-se em um sentimento de vazio espiritual que a impede de viver plenamente. Nesse sentido, sua cura só é possível mediante o encontro consigo mesmo, isto é, o encontro com o sujeito de sua totalidade. Para isso, é necessário relacionar-se com seu inconsciente, dispondo-se a fazer consciência (JUNG, 2014).

A psicoterapia junguiana, como reação a esse sentimento de vazio difundido na cultura ocidental moderna, tenta recuperar a sensibilidade simbólica, trazendo novamente à luz as imagens do inconsciente rejeitadas pela nossa mente racionalista. Essas imagens fazem parte da nossa natureza e enriquecem nossa consciência com

o conhecimento da psique primitiva, conectando as experiências individuais com temas universais e atemporais, que transcendem culturas e épocas. No processo terapêutico, à medida que o indivíduo se abre para as demandas do si-mesmo, permitindo-se desenvolver uma personalidade mais ampla mediante a integração de seus aspectos conscientes e inconscientes, a neurose desaparece (JUNG, 2014). Caso contrário, o que ocorre é o aniquilamento do primitivo pela repressão, resultando na perda da percepção do sagrado e na desvalorização das antigas fontes cognitivas como a intuição, as visões e os sonhos por onde os deuses traziam suas mensagens.

Segundo Jung, essa desvalorização e repressão da função religiosa da psique tem sérias repercussões ao indivíduo. À medida que fazemos parte da psique coletiva, também temos parte em um mundo de deuses, demônios e seres sobrenaturais. Naturalmente, não é que se esteja considerando que um indivíduo devesse atribuir-se essas potencialidades existentes no inconsciente. São conteúdos do inconsciente coletivo dos quais a psique individual deve diferenciar-se. Trata-se de uma questão de catexia: a partir do Iluminismo, os deuses passaram a ser considerados como projeções, tendo sua existência real negada. A função psíquica correspondente, no entanto, continuou existindo imersa no inconsciente, causando uma intoxicação no próprio homem devido ao excesso de libido, que antes era aplicada ao culto da imagem divina. "Pelo refluxo dessa libido, o inconsciente se fortalece extraordinariamente, passando a exercer uma influência colossal sobre a consciência, através dos seus conteúdos arcaicos coletivos" (JUNG, 2013).

O período do Iluminismo culminou nos horrores da Revolução Francesa. O racionalismo exacerbado da vida moderna culminou no genocídio da Segunda Guerra Mundial. É o princípio da enantiodromia. Uma vez que a função irracional é negada e reprimida, sua ação retorna devastadora como uma doença que não pode ser curada, porque seu foco é invisível. O indivíduo é, então, compelido a viver a irracionalidade. Para evitar isso, é preciso reconhecer o irracional como função psíquica natural e necessária, bem como reconhecer seus conteúdos como realidades psíquicas. Os sonhos, contos de fadas, mitos, as ideias solares, lunares, meteorológicas, vegetais e minerais são manifestações reais e legítimas da natureza no homem e estão intrinsecamente atreladas à alma humana (JUNG, 2013).

Naturalmente, na consciência individual do homem primevo esta dimensão mágica e não-racional da psique não estava dissociada. Os deuses e demônios, ao invés de meras projeções dos conteúdos inconscientes, eram realidades indiscutíveis. Em seu estado de consciência mais natural, o homem não se interessava por explicações objetivas do óbvio. Deste modo, não bastava, por exemplo, constatar a presença do Sol em sua trajetória. Ao invés disso, sua alma era impelida a assimilar essa experiência sensorial externa a acontecimentos anímicos. O Sol passava a representar, então, a trajetória de uma divindade em sua jornada de vida-morte-vida (JUNG, 2013).

Jung (1986) conta quando de sua visita aos índios pueblos de Taos, no Novo México, que cultuam o Sol como divindade criadora. Os pueblos habitam um planalto a cerca de 2300 metros acima do nível do mar e próximo a cumes de antigos vulcões a mais de 4000 metros de altitude. Em uma conversa com chefe da aldeia, ele lhe afirmou: "É preciso lembrar que somos um povo [...] que permanece no teto do mundo; somos os filhos de nosso Pai, o Sol, e graças à nossa religião ajudamos diariamente nosso Pai a atravessar o céu". Os pueblos de Taos acreditam que, se cessassem suas práticas religiosas, "em dez anos o Sol não se ergueria mais. Haveria uma noite eterna".

Para Jung, apesar de a inteligência do homem moderno ser superestimada enquanto a sabedoria indígena é desprezada, se compararmos sua perspectiva mágica do sentido da vida ao sentido que a racionalidade empresta à nossa vida, perceberemos que nos empobrecemos ou degeneramos. Os pueblos de Taos consideram-se filhos do Sol e participam (*participation mystique*) ativamente em seu curso de glória. Além disso, agem assim não só por eles mesmos, mas pelo mundo inteiro. Sua vida tem um sentido cosmológico (JUNG, 1986).

Em um estado de consciência mais integrativo, é natural que a pessoa vivencie temas arquetípicos os quais são associados historicamente a experiências místicas, como a morte por dissolução do eu e o renascimento, representação simbólica de uma reorganização psicológica. Portanto o Sol, em sua jornada, como também a Lua e suas fases, as estrelas, as estações do ano e todos os acontecimentos mitologizados da natureza não são meramente alegorias de experiências subjetivas, mas as expressões simbólicas do drama humano interno e

inconsciente, passíveis de serem apreendidos pela consciência humana através de seu espelhamento nos fenômenos da natureza (JUNG, (2013).

Jung descreve o inconsciente coletivo como uma figuração do mundo que representa a sedimentação multimilenar da experiência. Na misteriosa dança das areias na ampulheta do tempo, alguns padrões foram se definindo, constituindo a configuração dos arquétipos como características dominantes e princípios que se repetem com regularidade, tal qual retratos dos acontecimentos psíquicos, sendo continuamente revividos pela alma humana. Forjados pelo tempo, moldados pela experiência, tais figurações correspondem a certas características gerais de ordem física da natureza. Por isso é possível relacionar tão intimamente figurações arquetípicas diretamente ao fenômeno físico – como acontece no saber xamânico (JUNG, 2013).

Naturalmente, assim como o inconsciente coletivo representa a sedimentação multimilenar da experiência, a própria base para a fisiologia humana evoluiu desde as primeiras criaturas que se arrastaram para fora do oceano primitivo; a nível biológico básico, nossa conexão com esse início permanece fundamentalmente a mesma (LAVIGNE; FREDERICK, 1999). Além do mais, como citado anteriormente com base nos estudos de Winkelman (2022), esses conteúdos simbólicos do inconsciente produzem uma variedade de efeitos psicossomáticos e socio-somáticos devido a sua associação aos processos fisiológicos, de modo que podemos pensar nos espíritos dos deuses, dos animais e das plantas, dos rios e montanhas, como tendo uma função biológica.

"A mitologia é uma função biológica [...] um produto da imaginação da soma. O que os nossos corpos dizem? E o que eles estão contando? A imaginação humana está enraizada nas energias do corpo. E os órgãos do corpo são os determinantes dessas energias e dos conflitos entre os sistemas de impulso dos órgãos e a harmonização desses conflitos. Esses são os assuntos que tratam os mitos" (CAMPBELL, 1980, apud KELEMAN, 2001, p.25).

Enquanto, para Freud, a religiosidade deriva do complexo paterno como uma das sublimações possíveis do instinto sexual, Jung considera a religiosidade como um fenômeno genuíno, uma função natural inerente à psique, tal qual um instinto. Sua desvalorização e repressão acarreta prejuízos ao ser humano (SILVEIRA, 2023). Além disso, o movimento por uma psicologia biomédica, atualmente, parece não compreender sua importância.

A compreensão da religiosidade como uma função natural inerente à psique revela a importância da expressão simbólica para o desenvolvimento do ser humano, especialmente em um contexto contemporâneo. Nesse sentido, Jung (2013) aponta para a necessidade de que uma "religião válida, ainda viva, proporcione as condições satisfatórias para que o homem primitivo se exprima através de uma simbologia fartamente desenvolvida". Essa religião, ressalta, "necessita de imaginação e ação, inspiradas no que há de mais arcaico". Para Jung, "todas [as religiões] são válidas na medida em que recolhem e conservam as imagens simbólicas oriundas das profundezas do inconsciente e as elaboram em seus dogmas, promovendo assim conexões com as estruturas básicas da vida psíquica" (apud SILVEIRA, 2023).

Para Gambini (2023), "a consciência, e somente ela, é o ponto crítico de mutação e os mais preciosos insights emergem das camadas mais profundas do inconsciente e se oferecem a quem souber procurá-los e reconhecê-los como verdadeiras pepitas de ouro". A busca pelo sentido da vida e pela superação da "neurose geral do nosso tempo" passa necessariamente pela integração dos elementos inconscientes à consciência. Sendo assim, o resgate da sabedoria oriunda das antigas fontes cognitivas é essencial para alcançar uma existência mais plena, saudável e significativa.

Nesse sentido, psicoterapia junguiana constitui-se um caminho para a recuperação da sensibilidade simbólica e reconexão com as imagens do inconsciente soterradas pelo excesso de racionalidade que permeia nossa cultura. É uma jornada de cura e autorrealização que só é possível mediante a reconexão e harmonização com a totalidade do ser, que inclui também o coletivo e a comunhão cósmica.

4 ECOPSICOLOGIA

Na década de 1990, diante da crescente preocupação com os desafios ambientais que a humanidade enfrenta, diversos pensadores exploraram a interdependência entre a saúde da psique humana e o bem-estar do planeta, lançando as bases da ecopsicologia. O termo foi criado por Theodore Roszak em seu livro "A Voz da Terra: Uma Exploração da Ecopsicologia", onde ele argumenta que a crise ambiental não deve ser compreendida somente do ponto de vista político e econômico, mas, principalmente, do ponto de vista psicológico, uma vez que sua raiz está na crise da dimensão psicológica e espiritual do ser humano (ROSZAK, 1993).

Roszak questiona até que ponto a psicologia tem contribuído para uma mudança nesse cenário, e se tem melhorado ou atrapalhado a relação do ser humano com a natureza. Ele afirma que o entendimento do psicólogo sobre saúde humana vai até o limite da cidade, pois as principais escolas de psicologia estudaram o ser humano raramente considerando suas raízes nos ambientes naturais. Isso fez com que, ao pensarmos em psicoterapia, pensemos a psicologia de um indivíduo numa escala muito pequena, limitando-nos aos seus mecanismos intrapsíquicos e a uma estreita faixa social que não vai muito além da sua família. Questões como a relação entre saúde mental e o estado da biosfera, por exemplo, ficaram de fora do discurso da psicologia (ROSZAK, 1993).

A ecopsicologia sustenta que a raiz desse problema está em uma dissociação relacionada com a definição da noção de eu (ego). Ao localizarmos o "eu", traçamos uma linha limítrofe, distinguindo entre eu e não-eu. Criamos, assim, uma ilusão de separação. Por exemplo: ao considerar apenas o eu biográfico de um indivíduo, com seu corpo e sua memória, cria-se uma cisão entre seu próprio organismo e o meio ambiente. Roszak afirma que a psiquiatria do século XX considerava o eu como um átomo de consciência isolado e sem continuidade com o mundo físico exterior. Ele pontua que a convicção freudiana de que o mundo "externo" começa na superfície da pele continua perpassando como senso comum nas principais escolas da psicologia (ROSZAK et al., 1995).

Quando delineamos o eu à superfície da pele, o ambiente externo nos é estranho. Quando, por sua vez, identificamos o eu com a mente, dissociando psique e soma, criamos uma cisão em relação ao nosso organismo total. Por vezes, a própria psique é cindida mediante a dissociação e repressão de seus aspectos indesejáveis (sombra), de modo que o eu é identificado apenas com uma faceta da mente (persona). Ao traçar a linha do eu, traçamos também a fronteira onde se dará o conflito entre eu e não-eu. Diante deste conflito, a psicanálise e outras formas convencionais de psicoterapia têm, como objetivo geral, a cura da ruptura entre a consciência e aspectos dissociados ou reprimidos no inconsciente pessoal, ajudando o indivíduo que vive no nível da persona a criar um eu mais forte e integrado. Há também terapias que buscam curar a ruptura entre a mente e o corpo, de modo a revelar o organismo como um todo. No entanto, mesmo as escolas de psicoterapia mais divergentes, como a psicologia humanista e as terapias existenciais, pensam a auto-realização do ser humano apenas em termos de uma maior consciência pessoal, ignorando a dimensão planetária e cósmica (ROSZAK et al., 1995).

A ecopsicologia sustenta que existe uma interação sinérgica entre o bem-estar humano e o bem-estar planetário. Ela parte da assunção de que a psique humana, em seu nível mais profundo, permanece ligada à Terra que nos gerou. Naturalmente, aquilo que chamamos de "eu", seja qual for sua definição, tem suas raízes muito além do nosso controle e da nossa consciência. Em suas camadas mais profundas, a psique funde-se com o corpo biológico e com o mundo físico. O self mais profundamente coletivo e inconsciente é o próprio mundo natural (ROSZAK et al., 1995).

Jung (2014) referiu-se a esse ponto intermediário entre psique e matéria como "psicoide". Não apenas psíquico, nem somente físico, o arquétipo psicoide refere-se ao próprio substrato da vida. A integração entre o eu e o inconsciente coletivo é a adaptação à própria natureza, ao mundo natural, orgânico e inorgânico. A partir dessa concepção, a harmonização de um indivíduo com seu si-mesmo requer não meramente uma jornada interior, mas uma harmonização com o ambiente natural externo. Isso assemelha-se à abordagem xamânica de cura. A ecopsicologia, na verdade, tem suas raízes no xamanismo. Para os ecopsicologistas, a antiga ideia de que todas as coisas estão conectadas é também um conceito para o futuro.

Enquanto estamos à beira do colapso global, a nossa maior esperança é uma visão de mundo xamânica, integrativa (ROSZAK et al., 1995).

A ecopsicologia sugere que, assim como podemos ler sonhos e alucinações para aprender sobre nossas motivações mais profundas, também podemos ler nossas trocas com o ambiente natural como projeções de necessidades e desejos inconscientes. A maneira como usamos ou abusamos do planeta também são expressões do inconsciente, até mais relevantes do que os sonhos, dos quais temos a impressão de "nos livrarmos" ao acordar. Uma vez que adquirimos o poder de exercer nossa vontade sobre o ambiente, o planeta tornou-se como uma tela passível de projeções e fantasias as quais "nos esforçamos para tornar reais, em aço e concreto, em carne e osso, a partir de recursos arrancados da substância do planeta" (ROSZAK et al., 1995).

Nesta tela, todos os dias, imprimimos os sonhos que levamos conosco para o mundo. A análise dessas impressões revela importantes insights sobre o estado da alma coletiva. Aquecimento global, poluição, resíduos tóxicos, esgotamento de recursos, extinção das espécies... tudo isso nos fala sobre nosso eu profundo, se soubermos escutar. É nesse sentido que Roszak fala que a crise ambiental tem origem em uma crise psicológica e espiritual. Ao expandirmos as fronteiras do eu para incluir o mundo natural, a ação humana que leva à destruição do mundo revela-se como comportamento autodestrutivo (ROSZAK et al., 1995).

A questão aqui não é sobre onde traçar a linha limítrofe do eu, mas sobre o quão incerto é traçá-la. À medida que não normalizamos essa dissociação entre sujeito e meio ambiente, a psicologia se aproxima da ecologia, que é o estudo das conexões entre os seres vivos e o meio em que vivem. A ecopsicologia considera o eu como tendo uma fronteira permeável, a todo tempo influenciando e sendo influenciado pelo seu entorno, e cuja pele e comportamento são zonas mais "suaves", flexíveis, as quais entram em contato com o mundo em vez de excluí-lo (ROSZAK et al., 1995).

Para sustentar a ideia de zonas de contato permeáveis, alguns ecopsicologistas recorrem à hipótese de Gaia, também conhecida como hipótese biogeoquímica. Desenvolvida pelo bioquímico James Lovelock e pelo

microbiologista Lynn Margulis na década de 1970, a hipótese de Gaia é uma explicação para a homeostase de longo prazo do planeta. Descreve como a biota, os oceanos, a atmosfera e os solos constituem um sistema em contante autorregulação que desempenha um papel ativo na preservação das condições que garantem a sobrevivência da vida na Terra. A própria biomassa do planeta como um todo, em sua dinâmica de autorregulação a longo prazo, comporta-se como um único organismo, como um ser vivo (ROSZAK et al., 1995).

Somos criaturas vivas feitas do corpo da Terra, isto é, feitas de biomassa. Sempre fizemos parte nesses processos. No próprio alicerce do nosso psiquismo, o psicológico e o espiritual articulam-se com os grandes padrões biogeoquímicos do globo. Essa ideia não é nova. Hipócrates, médico grego do séc. V a.C. considerado o pai da medicina, já afirmava que para compreender qualquer tipo de mal-estar é preciso estudar seu ambiente, investigando o tipo de água, o ar e os ventos, a umidade e a temperatura, os alimentos e as plantas, os horários do dia, as estações. Tratar o mundo interno requer atenção ao mundo externo. Para Roszak, "preservar a natureza é preservar a matriz através da qual podemos vivenciar nossas almas e a alma do planeta Terra". Sentir a Terra, ouvir a voz da Terra. A ecopsicologia considera que a biosfera, em seu processo de autorregulação, "fala" conosco através do inconsciente humano, e sua voz é ouvida mesmo no âmbito da cultura urbana moderna. A ecopsicologia refere-se a essa dimensão do inconsciente humano como "inconsciente ecológico" (ROSZAK et al., 1995).

Na perspectiva ecopsicológica, a psique humana está enraizada numa inteligência maior, a psique da própria Terra, que tem nutrido a vida no cosmos durante bilhões de anos através de seu processo de crescente complexificação. Essa dimensão ecológica do inconsciente está no âmago da psique humana, como parte dos processos reguladores da harmonia natural. Os conteúdos do inconsciente ecológico representam o registro vivo da evolução cósmica e de todo o desenvolvimento humano e pré-humano. A ideia de inconsciente ecológico aproxima-se da noção junguiana de inconsciente coletivo (ROSZAK et al., 1995).

A relação do ser humano com a natureza tem desempenhado um papel central entre muitos povos ao longo da história, sendo frequentemente uma via de conexão com o sagrado. Sua expressão na consciência humana pode ser observada em

práticas religiosas, rituais, mitologias e sistemas de crenças que atribuem um significado profundo ao mundo natural. A crença de que os elementos naturais exercem uma influência espiritual sobre a vida humana perpassa épocas e culturas desde tempos remotos. Atualmente, a ciência psicológica já tem conhecimentos sobre as mudanças causadas nos estados psicológicos pelo contato com os ambientes naturais. Hellpach (1967), por exemplo, descreve fenômenos psicológicos derivados da ação de condições do ambiente natural sobre o organismo humano.

Hellpach (1967) estudou quatro modos fenomênicos através dos quais a natureza apresenta-se ao corpo e à alma humana: o tempo, o clima, o solo e a paisagem. Estes fenômenos exercem influências indiretas ao ser humano na medida em que condicionam aspectos de sua vida, como a alimentação, o seu modo de se vestir, a tendência de ocupar predominantemente ambientes ao ar livre ou fechados, o seu movimento no dia a dia ou sazonalmente e até o caráter e a periculosidade dos agentes causadores de doenças presentes em seu ambiente. Tais influências são objetos de estudo de outros ramos da ciência, como a antropologia, a dietética, a história da cultura etc.

Todavia, o tempo, o clima, o solo e a paisagem também exercem influências diretas sobre o organismo humano. Hellpach (1967) chamou essas influências de "fenômenos geopsíquicos". Através dos nossos sentidos físicos, a natureza (ou a falta dela) revela-se continuamente à nossa consciência. Percebemos se chove, se está quente ou frio, se estamos pisando no concreto ou na terra, no pasto em um bosque ou na areia diante do mar. As impressões sensíveis influenciam nosso funcionamento biológico e psicológico.

No entanto, não temos órgãos sensoriais apropriados para perceber a eletricidade e a pressão atmosféricas ou os diversos tipos de radiação, por exemplo. Parte significativa dos fenômenos geopsíquicos escapam à nossa percepção sensorial. A tensão vital dos nossos tecidos e dos órgãos, a vitalidade e o cansaço, o estado de nossas funções biológicas e cognitivas; todos esses aspectos são condeterminados a todo instante pela situação do ambiente sem que isso integre a nossa experiência consciente (HELLPACH, 1967).

A concomitância desses fenômenos evidencia que, desde a dimensão física e biológica, passando pela dimensão psicológica, até a dimensão espiritual da experiência humana, estamos intrinsecamente conectados a este planeta. "O nosso corpo é um elemento da natureza, em ininterrupta intercomunicação com o ambiente circunstante" (HELLPACH, 1967).

A relação do ser humano com a natureza é uma questão de saúde integral. Central para muitos povos, Roszak questiona até que ponto a importância dessa relação tem sido reconhecida por nós. A desconexão e o distanciamento entre as pessoas do meio urbano e a natureza é cada vez maior e tem contribuído para problemas psicológicos contemporâneos, como níveis de estresse, ansiedade e depressão, sentimento de vazio espiritual e de desorientação quanto à própria vida. Além disso, o descaso do modelo urbano-industrial com a natureza tem gerado uma série de problemas ambientais. As mudanças climáticas, o desmatamento e a poluição do ar, da água e dos solos são apenas alguns exemplos. Todos esses problemas afetam os ecossistemas, reduzindo a biodiversidade da flora e da fauna, assim como põe em risco a saúde humana e planetária. Em outras palavras: desequilíbrio ambiental causado pelo homem ameaça a sustentação da vida na terra (ROSZAK, 1993).

Como dito anteriormente, tudo isso nos fala sobre nosso eu profundo, se soubermos escutar. A ecopsicologia considera a atitude destrutiva do ser humano em relação à natureza como um sintoma da neurose coletiva característica do meio urbano-industrial. A origem dessa neurose é a repressão do inconsciente ecológico, isto é, a repressão da nossa própria natureza, da nossa conexão com os ecossistemas, com os ciclos naturais, com os seres e com a própria Terra como matriz geradora e nutridora integral da vida. Em outras palavras, essa problemática está relacionada à hipertrofia da dimensão masculina da psique em detrimento da dimensão feminina da psique (ROSZAK, 1993).

Marie-Louise von Franz (2022) exemplifica a diferença entre os aspectos masculinos e femininos da psique em uma civilização. Ela conta que, no Antigo Egito, o culto do deus Sol de seu filho devia-se, sobretudo, à estrutura social e política patriarcal. O culto do Sol suplantou gradualmente os cultos da lua e do touro, de modo que o rei representava o deus Sol. Nessa época, houve progressos na lei, na ciência,

na geometria, no planejamento de campos e construções, um avanço geral no que concerne ao mundo arquetipicamente masculino, ao pensamento racional, à organização, à guerra. Von Franz compara ao desenvolvimento inicial da era cristã, com a crença na lei, no dogma, na ordem e no conhecimento. Depois disso, naturalmente, essas coisas chegam a uma enantiodromia. O modo masculino de consciência dá lugar ao modo feminino, ao inconsciente, à natureza.

Assim, ao final de uma civilização patriarcal o poder é transmitido a uma figura feminina. Na civilização egípcia, o culto de Ísis gradativamente assumiu o papel de todos os outros deuses. Na civilização cristã, a Virgem Maria tem ocupado um lugar cada vez mais dominante. Von Franz (2022) lembra que as deusas-mães estão ligadas ao conceito de matéria. A própria palavra "matéria" está ligada à palavra "mãe" (*mater*). Von Franz conta que, "quando jovens cientistas naturais escolhem sua profissão, a Natureza-Mãe aparece-lhes em sonhos na forma de uma mulher idosa, ou de alguma outra figura, e mostras-lhe o caminho". Isso ocorre porque as ideias sobre a matéria estão enraizadas no arquétipo materno. O interesse na matéria provém de um ressurgimento desse arquétipo.

Para Platão, o espaço é a nutriz de toda a ordem cósmica, como um recipiente feminino de função nutriente materna. A própria hipótese biogeoquímica recebeu o nome de hipótese Gaia em homenagem à deusa grega de mesmo nome, como entidade viva de potencialidade geradora e nutridora. A Mãe-Terra como ser vivo e como mãe-anciã da vida constitui um elemento central de diversas tradições desde tempos remotos. Para Von Franz (2022), quando o Papa enfatiza o culto cristão à Virgem Maria, isso constitui, consciente ou inconscientemente, uma resposta ao materialismo comunista, conferindo destaque à matéria numa forma diferente

No nosso cenário atual, as organizações oficiais seguem reforçando a ordem na tentativa de resolver os problemas que enfrentamos. Todavia, a hipertrofia do masculino chegou a um nível de desequilíbrio extremamente tóxico. Marco Aurélio Bilíbio Carvalho (2012) pontua que a política está cada vez mais a serviço do poder econômico, de modo que a filosofia da produção, do lucro e do crescimento sem limite está moldando o nosso cenário civilizatório. Ele dá o exemplo do crescente número de pessoas que usa carros em uma cidade. Do ponto de vista do governante, é um sinal de progresso. As cidades estão cada vez mais congestionadas, mas é muito bom

para a economia. Este é apenas um exemplo de como esse modelo de crescimento sem limites é insustentável. Outro exemplo é a expansão da agropecuária, que, em nome do poder econômico, substitui os ecossistemas por terras improdutivas, secas e pobres em biodiversidade. Bilibio compara ao modelo do vírus que se espalha, que ao invés de interagir com as outras formas de vida, ocupa e destrói o seu ambiente.

É a expressão sintomatológica da neurose coletiva contemporânea. Vivemos em um sistema social tecnocentrado construído pelo homem com base nos princípios da padronização, eficiência, linearidade e fragmentação. Dentro deste sistema, a tecnologia influencia a sociedade que, por sua vez, reflete o ethos tecnológico. A organização social e os locais de trabalho, sua arquitetura e seu modo de funcionamento, refletem os princípios mecanicistas de padronização, eficiência e cotas de produção. É como uma linha de montagem que cumpre metas de produção, mas não se importa com quem a opera (ROSZAK et al., 1995). Enquanto isso, o modelo urbano-industrial desenvolve-se em busca de soluções rápidas para os problemas que ele mesmo criou. Diante da falta de natureza entre paredes sólidas iluminadas artificialmente, usa-se plantas artificiais, que são mais fáceis de cuidar; alimentos ultraprocessados são mais práticos e têm menor custo.

Seguindo os mesmos princípios de padronização e eficiência, a indústria farmacêutica transforma, artificialmente, questões não médicas em problemas médicos, de modo a encobrir questões políticas, sociais, culturais e afetivas sob o rótulo de "doenças", "transtornos", "distúrbios". Questões coletivas são tomadas como individuais, problemas sociais e políticos são tornados biológicos e as pessoas são responsabilizadas pelas vicissitudes da vida, enquanto governos, autoridades e profissionais são eximidos de suas responsabilidades (CRP-SP, 2010).

Aos poucos, vai-se criando uma vida cada vez mais artificial, mais distante da natureza humana. O organismo humano é o resultado de bilhões de anos de evolução em constante contato e troca com a natureza. Uma vez que suas funções são integralmente condeterminadas pelo meio ambiente, a falta do contato físico e da conexão subjetiva com a natureza, bem como a discrepância em relação a modos de viver mais integrados à natureza, ameaçam nossa ontogênese (ROSZAK et al., 1995).

"Entre aqueles povos tribais remanescentes que parecem viver em paz com o seu mundo, que se sentem mais convidados do que senhores, a ontogenia

do indivíduo tem alguns traços característicos. Conjecturo que a ontogenia deles é mais saudável que a nossa [...] e que pode ser considerada um padrão do qual nos desviamos. Seu modo de vida é aquele ao qual nossa ontogenia foi adaptada pela seleção natural, promovendo a cooperação, a liderança, um calendário de crescimento mental e o estudo de um mundo misterioso e belo onde as pistas para o significado da vida estavam incorporadas em coisas naturais, onde a vida cotidiana era inseparável do significado e do encontro espiritual, e onde os membros do grupo celebravam etapas e passagens individuais como participação ritual na primeira criação" (ROSZAK et al., 1995).

A citação acima expressa a ideia da participação mística nos fenômenos naturais como processo inerente à ontogenia humana. Em suas condições naturais, o processo de ontogênese do ser humano envolve essa harmonização com o mundo natural. Porém, com a hipertrofia do masculino, o ser humano está destruindo o mundo natural. Sobre isso, Jung afirmou, em uma entrevista:

"Todos nós precisamos de alimento para a psique, é impossível encontrar esse alimento nas habitações urbanas, sem uma única mancha de verde ou árvore em flor; necessitamos de um relacionamento com a natureza; precisamos projetar-nos nas coisas que nos cercam; o meu eu não está confinado no corpo; estende-se a todas as coisas que fiz e a todas as coisas à minha volta, sem estas coisas não seria eu" (apud MCGUIRE; HULL, 1997).

A ecopsicologia nasce da necessidade de reconectar a consciência humana ao inconsciente ecológico, a fim de restaurar o equilíbrio saudável entre civilização e mundo natural (ROSZAK, 1993). Pode-se pensar a ecopsicologia como uma expressão da enantiodromia, um resgate do princípio feminino, como ocorreu com a civilização egípcia.

A ecopsicologia considera a infância como estágio crucial do desenvolvimento. Assim como os padrões fundamentais de uma planta estão contidos em uma semente, o inconsciente ecológico é regenerado em cada criança que nasce, como parte da ontogenia humana. A criança, naturalmente, tem uma relação animista com o mundo natural, uma relação viva mobilizada pelo entusiasmo com a percepção do diferente. O reconhecimento do outro ser favorece uma relação não-destrutiva. No entanto, à medida que a criança cresce, a cultura exige outra postura e outro sentimento. Dá-se a transmissão do complexo cultural, perpetuando a repressão do inconsciente ecológico. O reconhecimento sadio do mundo natural dá lugar à maquinação maníaca sobre o que fazer e como ganhar dinheiro com a substância da terra (ROSZAK, 1993).

A abordagem ecopsicológica, como proposta terapêutica, envolve a reavaliação da compulsividade masculina que permeia nossa estrutura de poder político e econômico e nos impulsiona a dominar a natureza como se ela fosse tão artificial quanto o mundo que criamos. Com isso, a ecopsicologia tem como objetivo desbloquear o acesso aos conteúdos reprimidos no inconsciente, no que diz respeito à nossa conexão com a natureza. Assim, os sentimentos reprimidos no inconsciente ecológico podem vir à consciência e ser confrontados com a nossa atual maneira de viver (ROSZAK, 1993).

Todavia, dar-se conta do que está reprimido e alienado da consciência pode ser difícil e desafiador. Numa sociedade em que é normal ignorar o fato de que outros povos e outras espécies estão sendo aniquiladas, reconhecer a dor e a indignação causadas por isso pode ser uma tarefa difícil. Chorar pela destruição causada pela guerra ou por uma queimada pode ser considerado, pelo coletivo, como uma sensibilidade exagerada. Com isso, esses sentimentos tendem a ser guardados secretamente pelo indivíduo ou reprimidos (ROSZAK, 1993).

A repressão do sentimento em relação aos desastres que estão acontecendo no planeta parece nos poupar de grande desconforto, pois nos coloca em uma zona de conforto aparente. Apenas aparente, pois sofremos inevitavelmente, direta ou indiretamente, os impactos causados por essa condição (ROSZAK, 1993).

Para a ecopsicologia, o reconhecimento dos sentimentos que emergem do inconsciente ecológico é fundamental para nossa harmonização com o planeta. Além disso, essa conscientização é imprescindível para garantir que as crianças não desenvolvam o egocentrismo normal do nosso tempo, mas um "ecocentrismo", um eu ecológico capaz de reconhecer a si mesmo como parte de um sistema interconectado. O eu ecológico desenvolve-se em harmonia com o mundo natural, preservando um senso de responsabilidade ética para com os outros povos e seres, bem como para com o próprio corpo da Terra (ROSZAK, 1993).

Roszak afirma que esse sentimento em relação ao mundo natural é característico de culturas que foram vencidas. As culturas que preservaram esse funcionamento feminino foram dizimadas ao longo da história, pois não resistiram à força agressiva, competitiva e opressora de culturas mais masculinas. Até por meio

da religião, povos que cultuavam a natureza como um todo foram predominantemente absorvidos ou destruídos por religiões fortemente centradas no dogma (ROSZAK, 1993).

É necessário reavaliar a compulsividade masculina característica do nosso complexo cultural, a fim de que possamos restabelecer o contato saudável com nosso inconsciente ecológico. Para isso, é preciso olhar para trás, retornar às nossas raízes, a fim de que possamos resgatar o saber de civilizações que preservavam um funcionamento mais feminino, que reverenciavam a natureza e aprendiam com ela (ROSZAK, 1993).

Os povos de estrutura mais arquetipicamente feminina sentem-se mais como filhos da grande Mãe-Terra do que seus dominadores, de modo que desenvolvem uma maior consciência ecológica e responsabilidade ambiental. Os indivíduos, como filhos da Terra, são irmãos entre si, desenvolvendo um senso de comunidade e de auxílio mútuo. Entre esses povos, a conexão com a espiritualidade está presente no dia a dia na própria experiência da matéria, pois o próprio mundo natural é considerado sagrado. Assim como os filósofos pré-socráticos buscavam conhecer a *physis*, como substância original que permeia todas as coisas, esses povos reconhecem a continuidade entre eu e não-eu, gerando um senso de identidade cósmica, de conexão com o todo e de responsabilidade perante ao coletivo e a todos os seres (ROSZAK et al., 1995).

Jung relata que, quando esteve com os pueblos de Taos, certa vez o chefe da aldeia lhe disse:

"[...] os brancos têm um ar cruel. [...] Os olhos têm uma expressão fixa, estão sempre buscando algo. O que procuram? Os brancos sempre desejam alguma coisa, estão sempre inquietos, e não conhecem o repouso. Nós não sabemos o que eles querem. Não os compreendemos e achamos que são loucos!"

Perguntei-lhe então por que pensava que todos os brancos eram loucos. Respondeu-me: "Eles dizem que pensam com suas cabeças."

— Mas naturalmente! Com o que pensa você? — perguntei admirado.

— Nós pensamos aqui — disse ele, indicando o coração" (JUNG, 1986).

Diversas culturas falam sobre o coração. Enxergar com o coração, pensar e agir com o coração. No Antigo Egito, acreditavam-se que, depois da morte, a pessoa era julgada pelo coração. O coração era colocado em uma balança, ao lado de uma pena de avestruz. Se o coração fosse mais pesado que a pena, a pessoa era condenada. Mas o que é o coração? O que o chefe dos pueblos queria dizer ao apontar com o coração?

Para Chevalier e Gheerbrant (1986), o coração, como órgão central do indivíduo, corresponde de maneira geral à noção de centro. Enquanto o Ocidente considera o coração como a sede dos sentimentos, todas as culturas tradicionais localizam ali, ao contrário, a inteligência e a intuição. Para as culturas tradicionais, o conhecimento é entendido de maneira muito ampla e integrativa, de modo que não exclui os valores afetivos e as fontes cognitivas via inconsciente. Como símbolo do centro do ser humano, o coração pode ser comparado à noção junguiana de si-mesmo e à noção ecopsicológica de inconsciente ecológico, como centro natural da totalidade da psique. "Pensar com o coração" seria então pensar desde este centro, em harmonia e conexão com o todo, permitindo uma compreensão mais ampla da interconexão entre o indivíduo, os seres e o universo. "Agir com o coração" seria agir em coerência com esse senso de identidade cósmica e de responsabilidade perante toda a vida.

O coração guarda o que há de mais profundo e verdadeiro na natureza humana. Para o chefe dos pueblo, nós deveríamos pensar com o coração e não fazemos isso. Nesse sentido, a ecopsicologia sustenta que a psicologia precisa estabelecer uma relação de aprendizagem com nossas raízes. Para isso, é preciso superar um obstáculo psicológico: o contraste entre as visões de mundo da psicoterapia da sociedade urbano-industrial e dos curandeiros originais. Na nossa cultura, a visão animista do mundo e a sensibilidade natural dos povos que têm preservado o contato com o inconsciente ecológico foram censuradas pela doutrina judaico-cristã e pela objetividade científica. Consequentemente, ouvir as vozes da Terra, como se o mundo não-humano sentisse e falasse, pode ser interpretado como loucura para muitos psicólogos (ROSZAK et al., 1995).

Roszak questiona se, ao afirmar essa concepção de loucura, a própria psicoterapia não está a defender "a mais profunda de todas as nossas repressões, a

forma de mutilação psíquica que é mais crucial para o avanço da civilização industrial, nomeadamente, a suposição de que a terra é uma coisa morta e servil que não tem sentimento, nem memória, nem intenção própria". Assim, o modelo de sanidade convencional da ciência moderna dificulta a comunicação entre a psicologia atual e os saberes xamânicos ancestrais. É necessário um aprimoramento na nossa escuta para que possamos aprender com os povos antigos a herança da nossa sabedoria ecológica (ROSZAK et al., 1995).

De acordo com Bilibio Carvalho (2012), esse processo de integração do masculino e do feminino já está acontecendo. É o exemplo das ecovilas que têm surgido como alternativa aos aglomerados humanos. Ele destaca que esses projetos costumam ter um propósito coletivo que une a comunidade em torno de um bem comum. Deste modo, os indivíduos estão juntos não apenas para sobreviver ou ganhar dinheiro, mas para viver de acordo com os seus princípios, zelando pela saúde e bem-estar do grupo e do ambiente natural. Um agrupamento assim possibilita uma vivência mais profunda das relações humanas e com o meio ambiente (ROSZAK, 1993).

Para Roszak (1993), as grandes cidades estão se mostrando falidas nesse sentido, porque nelas predomina a luta pela sobrevivência e um sistema aprisionador das potencialidades humanas. A maioria das pessoas precisa trabalhar a maior parte do tempo para ganhar dinheiro, só lhe restando pouco tempo vago para seguir sua vocação íntima ou desenvolver outros projetos. Isso, naturalmente, não funciona. É mais um sintoma da crise da civilização.

No entanto, conforme afirma Roszak (1993), a ecopsicologia não deve se constituir como uma reflexão anti-industrial, nem tampouco o gênio tecnológico da nossa espécie deve ser rejeitado. O foco da ecopsicologia é esse questionamento sobre o que é o eu urbano de uma sociedade industrial. Nesse sentido, a ecopsicologia pode ser considerada pós-industrial. Nas palavras de Bilibio Carvalho (2013), a ecopsicologia "desafia o viés antropocêntrico da Psicologia".

Em termos de psicoterapia, a ecopsicologia trabalha com o conceito de terapia ecocentrada. A abordagem ecocentrada pode incorporar o contato com ambientes naturais nas práticas terapêuticas através de caminhadas na floresta, jardinagem

terapêutica e imersão em ambientes naturais. Pode incorporar também a psicologia de conservação ambiental, que trabalha com a transformação das atitudes e comportamentos humanos em relação à natureza. Além disso, a compreensão da interconexão entre saúde humana e saúde planetária é considerada essencial para o processo de cura psicológica.

“Seu objetivo [da ecopsicologia] é superar o histórico e persistente abismo entre o psicológico e o ecológico, para ver as necessidades do planeta e as da pessoa como um continuum. Em busca de um maior grau de sanidade, ela começa onde muitos diriam que a sanidade sai de cena: no limiar do mundo não-humano. De uma certa forma, nesse mútuo tecer da ciência, psiquiatria, poesia e política, as prioridades ecológicas do planeta passam a ser expressas por meio do mais privado trabalho espiritual. O grito da Terra por ajuda contra o peso punitivo do sistema industrial que nós criamos é o nosso próprio grito por uma vida em escala e qualidade que liberte a cada um para tornarmos-nos a pessoa completa que, sabemos, nascemos para ser” (ROSZAK, 1993).

5 DISCUSSÃO

Este trabalho foi realizado com o intuito de contribuir para a reflexão sobre a relação entre saúde humana e saúde planetária diante da crise humana e ambiental que enfrentamos. A exploração de conceitos do xamanismo, da psicologia junguiana e da ecopsicologia revelou pontos de convergência que permitem uma perspectiva integrada da relação entre consciência, espiritualidade e a conexão do ser humano com a natureza.

No que diz respeito aos crescentes desafios enfrentados pela humanidade, podemos aproximar a hipertrofia do masculino descrita por Roszak, a "neurose geral do nosso tempo" descrita por Jung e o significado de "pensar com a cabeça" para o chefe dos pueblos. Há um diagnóstico comum: a repressão da nossa própria natureza está criando animais humanos doentes. Os três argumentos também apontam uma mesma direção: o caminho da cura leva ao coração, pois a cura só é possível mediante o encontro consigo mesmo (com o si-mesmo).

O caminho do coração por vezes supera os limites da lógica racional. É o caminho da individuação, que passa necessariamente pela integração dos elementos inconscientes à consciência. É preciso transcender esses limites para reconectar a nossa mente ao nosso coração. Trata-se de uma reconfiguração do pensamento, aprender a pensar com o coração. Este é o único caminho para a evolução humana.

Reconectar nossa mente ao nosso coração é fazer essa integração de nossos aspectos masculinos e femininos. Para isso, é preciso fazer uma reavaliação da compulsividade masculina que permeia nossa cultura. Só assim poderemos recuperar a sensibilidade simbólica e acessar a sabedoria oriunda das antigas fontes cognitivas, trazendo à luz as imagens do inconsciente rejeitadas pela nossa mente racionalista.

A abertura para comunicar-se com o inconsciente é fundamental para nossa individuação. O processo de individuação, todavia, não é apenas um conjunto de transformações intrapsíquicas no indivíduo: subentende, também, a harmonização com o ambiente externo. Nesse sentido, essa abertura possibilita o reconhecimento dos sentimentos que emergem do inconsciente ecológico, como o sentimento de profunda conexão com a natureza e até de corresponsabilidade pela situação atual

do mundo. O reconhecimento desses sentimentos permite que eles sejam confrontados com a forma atual como habitamos o planeta.

Essa tomada de consciência é imprescindível. Precisamos desenvolver uma nova consciência, uma redefinição do que é ser humano e habitante do planeta Terra. Para isso é preciso desaprender velhos padrões que já não nos servem mais e aprender a reconhecer o essencial: há bilhões de anos, desde muito antes do primeiro peixe nadar para fora d'água, a Terra já seguia seu curso espiralado acompanhando o Sol. Cada indivíduo humano, assim como toda a humanidade, é parte de um grande e complexo ecossistema que está em constante autorregulação desde muito antes de existirmos como espécie. Somos membros da família dos homínídeos, da ordem dos primatas, da classe dos mamíferos, do filo dos cordados do reino Animalia. Surgimos como parte nos grandes padrões da natureza.

Podemos dizer, como dizem os xamãs, que compartilhamos com toda a vida na Terra um laço de irmandade, de parentesco. Da mesma forma, como parte desse ecossistema, nossas ações afetam todo o sistema. A tomada de consciência acerca de nossa participação como agentes ativos na manutenção da saúde ecológica é fundamental para que possa haver uma mudança de atitude em direção ao desenvolvimento de um eu ecológico em harmonia com o mundo natural, um eu que reconhece as interconexões e, por isso, preserva um senso de responsabilidade ética para com os outros povos e seres, bem como para com o próprio corpo da Terra.

Se a participação mística nos fenômenos naturais é um processo natural inerente à ontogenia humana, talvez precisemos mesmo, como disse Jung, projetar-nos nas coisas que nos cercam e, deste modo, nos comunicarmos com os seres da natureza assim como ensinam os xamãs. Ao olhar para a natureza sem ter a visão deturpada pela hipertrofia do masculino podemos reconhecer a presença da vida em todos os povos e seres. O espírito de uma árvore, o espírito de um rio. Não é tão difícil de entender, se não pensarmos com a cabeça, mas com o coração.

Ao observar a natureza dessa maneira, ao invés de usurpá-la podemos aprender com ela. Nesse lugar interno de conexão com o sagrado, consigo mesmo e com a natureza e de compreensão da unicidade entre o ser humano e a natureza, percebemo-nos como participantes no grande mistério da vida. Reconhecer a si

mesmo como parte de um todo multidimensional interconectado, como nas visões de mundo xamânicas, confere à vida um sentido e um propósito muito mais profundo. O reconhecimento íntimo da magnitude dos efeitos de nossas ações no mundo desperta o sentimento de responsabilidade sobre nossa conduta, de modo que passamos a agir não só por nós mesmos, mas considerando o mundo inteiro, conferindo à vida um sentido cosmológico. Em outras palavras, a compreensão da profunda interconexão entre saúde humana e saúde planetária possibilita a transformação das atitudes e comportamentos humanos em relação à natureza.

6 CONCLUSÃO

Este trabalho de conclusão de curso, naturalmente, não aborda a totalidade dos conceitos e discussões relativas a cada área, pois são campos amplos e complexos; foi priorizada a conceitualização e a discussão relacionadas à interconexão entre a saúde humana e a saúde planetária. Ainda assim, mesmo no que concerne à interconexão entre essas dimensões da saúde, é possível realizar aprofundamentos que complementem essa reflexão. Uma análise mais abrangente e aprofundada da literatura acerca do xamanismo, da psicologia junguiana e da ecopsicologia certamente proporcionará valiosos insights acerca da relação entre consciência, espiritualidade e a conexão do ser humano com a natureza. Penso que seria muito interessante, como um aprofundamento para essa reflexão, pesquisar sobre a relação entre a psique e o comportamento da matéria, mais especificamente a relação entre a mitologia, os conteúdos de experiências transpessoais e a física quântica.

Além disso, e o mais importante, penso que a Psicologia deve adotar medidas práticas no intuito de contribuir com a conscientização acerca dessa interconexão entre o ser humano e a natureza, bem como da importância do zelo para com a natureza em suas diferentes formas de manifestação. Isso deve acontecer a partir dos próprios profissionais da área, mediante uma atuação profissional reflexiva que busque expandir o entendimento sobre a saúde humana para além dos limites do eu urbano de uma sociedade industrial, questionando o viés antropocêntrico da Psicologia e trazendo para a discussão questões como a relação entre saúde mental e o estado da biosfera.

É necessária também a conscientização acerca da importância de não patologizar estados de consciência diferentes do normal. Além disso, é preciso um aprimoramento na nossa escuta para que possamos dialogar com os saberes xamânicos ancestrais de modo a estabelecermos uma relação de aprendizagem com nossas raízes. Talvez assim, escutando com o coração, como os xamãs, possamos contatar um mundo que transcende os limites do racionalismo mecanicista. Através do contato com esse mundo espiritual, em que a vida pulula e a natureza sente e fala, talvez possamos escutar a voz da Terra, receber suas orientações, conhecimentos e auxílios para resolver as questões que nos desafiam.

Ao fazer aproximações entre o xamanismo, a psicologia junguiana e a ecopsicologia, este estudo não apenas revela uma perspectiva teórica holística acerca da relação entre saúde humana e planetária, mas aponta, crucialmente, para uma transformação prática. Essa reflexão, portanto, não constitui apenas uma revisão e aproximação de conceitos, mas um convite a uma reavaliação prática para uma vida mais autoconsciente, espiritualmente rica e ecologicamente sustentável.

Essa reavaliação tem o potencial de catalisar uma transformação positiva. Explorar o passado e aprender com nossas raízes nos permite vislumbrar melhores alternativas para o futuro. Não se trata de um retorno ao passado, mas o retorno do passado ao presente recuperando valores para construir o futuro. Além disso, reencontrar nossas raízes como seres que constituímos uma só família sobre a Terra pode avivar em nossa memória a herança da nossa sabedoria ecológica, abrindo caminhos para a restauração do equilíbrio entre o ser humano e a natureza, bem como para o despertar de uma nova consciência coletiva. É de suma importância, no entanto, lembrar que a construção do futuro se dá no presente, a cada momento. A regeneração da harmonia na relação das pessoas com a natureza só é possível mediante a tomada de consciência e a mudança de atitude por parte do ser humano. A ação ecologicamente consciente no mundo pode restaurar a saúde ecológica humana e planetária. Só assim será possível parar o Relógio do Juízo Final.

Figura 1 — Nascer da Terra



Fotografia da Terra vista da órbita da Lua, tirada por William Anders (NASA) durante a missão Apollo 8 à Lua, em 24 de dezembro de 1968. Fonte: NASA (<https://www.nasa.gov/image-article/earthrise-3/>, acesso em 06 de dezembro de 2023).

Figura 2 — Pálido Ponto Azul



Fotografia da Terra (apontada pela seta) tirada pela sonda Cassini (NASA), desde a órbita de Saturno, em 19 de julho de 2013. Fonte: NASA (https://science.nasa.gov/science-research/earth-science/23jul_palebluedot/, acesso em 06 de dezembro de 2023).

REFERÊNCIAS

BARRETO, A. F. O Xamanismo da Psicologia. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, p. 496 – 506, Novembro 2021. ISSN 2317-3394. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.17267/23173394rps.v10i3.3827>.

CARVALHO, M. A. B. **De frente para o Espelho**: Ecopsicologia e sustentabilidade. 2013. 165p. Tese (Centro de Desenvolvimento Sustentável) – UnB.

CARVALHO, M. A. B. **Ecopsicologia (Palestra Completa)**. 2012. Vídeo. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=WFW6jXmt6Gg>. Acesso em: 07 nov 2023.

CHEVALIER, J.; GHEERBRANT, A. **Diccionario de los símbolos**. Barcelona: Editorial Herder, 1986. ISBN 84-254-1514-4.

CRP SP. **Manifesto do Fórum sobre Medicalização da Educação e da Sociedade**. 2010. Disponível em: http://www.crpsp.org.br/medicalizacao/manifesto_forum.aspx#:~:text=Entende%2De%20por%20medicaliza%C3%A7%C3%A3o%20o,afligem%20a%20vida%20das%20pessoas. Acesso em: 17 set 2023.

ELIADE, M. **O xamanismo e as técnicas arcaicas do êxtase**. São Paulo, SP: Martins Fontes, 2002.

FRANZ, M. von. **Alquimia**: Uma Introdução ao Simbolismo e seu Significado na Psicologia de Carl G. Jung. 2ª ed. São Paulo, SP: Cultrix, 2022. ISBN 978-65-5736-186-3.

GAMBINI, R. **A Perda da Percepção do Sagrado e a Crise da Civilização**. 2023. Vídeo. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=m28jZh2V3jg>. Acesso em: 07 nov 2023.

GOTO, T. A.; RIBEIRO, T. A. N. Experiência religiosa e saúde: Uma análise fenomenológico-empírica das práticas meditativas neo-xamânicas. **Revista Simbio-Logias**, v. 10, n. 13, p; 8 – 33, 2018.

GROF, I. **Além do Cérebro**: nascimento, morte e transcendência em psicoterapia. São Paulo, SP: Editora McGraw-Hill, 1987.

HARNER, M. **O Caminho do Xamã**: Um guia de poder e cura. São Paulo, SP: Cultrix, 1995. ISBN 85-316-0039-1.

HELLPACH, W. **Geopsique**: O homem, o tempo e o clima, o solo e a paisagem. 6ª ed. São Paulo, SP: Edições Paulinas, 1967. ISBN 9788487409158.

JACOBI, J. **Complexo, arquétipo e símbolo na psicologia de C. G. Jung**. Edição digital. Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 2017. (Coleção Reflexões Junguianas). ISBN 978-85-326-5429-8.

JAFFÉ, A. **O mito do significado na obra de Carl G. Jung**: uma introdução concisa ao estudo da psicologia analítica. 2ª ed. São Paulo, SP: Cultrix, 2021. ISBN 978-65-5736-118-4.

JUNG, C. G. **A natureza da psique**. Edição digital. Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 2014. (Obra completa de C. G. Jung, v. 8/2); ISBN 978-85-326-4134-2.

JUNG, C. G. **A prática da psicoterapia** 16ª ed. Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 2013. (Obra completa de C. G. Jung, v. 16/1). ISBN 978-85-326-0634-1.

JUNG, C. G. **Memórias, Sonhos, Reflexões**. Rio de Janeiro, RJ: Editora Nova Fronteira, 1986.

JUNG, C. G. **Modern man in search of a soul**. Eastford, CT: Martino Fine Books, 2017. ISBN 978-1-68422-090-8.

JUNG, C. G. **Os arquétipos e o inconsciente coletivo**. Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 2016. (Obra completa de C. G. Jung, v. 9/1). ISBN 978-85-326-4531-9.

JUNG, C. G. **Psicologia do inconsciente**. Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 2015. (Obra completa de C. G. Jung, v. 7/1). ISBN 978-85-326-4117-5.

JUNG, C. G. **Tipos psicológicos**. Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 2015. (Obra completa de C. G. Jung, v. 6). ISBN 978-85-326-4100-7.

KELEMAN, S. **Mito e corpo**: uma conversa com Joseph Campbell. São Paulo, SP: Editora Summus, 2001.

LAPLANTINE, F. **Antropologia da doença**. São Paulo, SP: Martins Fontes, 1991.

LAVIGNE, P. A.; FREDERICK, A. **O despertar do tigre**: curando o trauma. 4ª ed. São Paulo, SP: Summus Editorial, 1999. (Novas buscas em psicoterapia, v. 57). ISBN 978-85-323-0669-2.

MCGUIRE, W.; HULL, R. F. C. **C. G. Jung**: entrevistas e encontros. 1ª ed. São Paulo, SP: Cultrix, 1997.

ROSZAK, T. **Voice of the Earth**: Na Exploration of Ecopsychology. 1ª ed. New York, NY: Touchstone, 1993. ISBN 0-671-72968-3.

ROSZAK, T.; GOMES, M. E.; KANNER, A. D. (ed.). **Ecopsychology**: restoring the Earth, healing the mind. Berkeley: Counterpoint, 1995.

SILVEIRA, N. da. **Jung**: vida e obra. São Paulo, SP: Paz & Terra, 2023. ISBN 978-6555480733.

WINKELMAN, M. J. **Xamanismo**: um paradigma biopsicossocial da consciência e cura. 1ª ed. Rio de Janeiro, RJ: Autografia, 2022. ISBN 978-85-518-4170-9.

NUP: 23081.158459/2023-49

Prioridade: Normal

Homologação de ata de defesa de TCC e estágio de graduação

125.322 - Bancas examinadoras de TCC: indicação e atuação

COMPONENTE

Ordem	Descrição	Nome do arquivo
14	Trabalho de conclusão de curso (TCC) (125.32)	Ricardo_Trodo_Filho_2023_TCC.pdf

Assinaturas

10/01/2024 20:43:25

RICARDO CESAR MERLO TRODO FILHO (Aluno de Graduação - Aluno Regular)
06.09.12.01.0.0 - Psicologia - 18391



Código Verificador: 3733072

Código CRC: f34d08b0

Consulte em: <https://portal.ufsm.br/documentos/publico/autenticacao/assinaturas.html>

