

“Não sou eu que me crio, mas sou eu que aconteço a mim mesmo” (Jung, 1991, par. 391)

Uma reflexão sobre complexos

Maytê Romero

Os indivíduos, em sua grande maioria, vivem inconscientes de seu funcionamento psíquico; inconsciência esta, segundo Jung, geralmente determinada pelo temor secreto de qualquer confronto com os perigos da alma. (Jung, 1988, vol. XI)

Entretanto, apesar do temor, o indivíduo está o tempo todo vulnerável ao seu mundo interno. Basta parar para observar que verá o quanto o seu funcionamento interno se revela, dia a dia, através dos seus atos, dos seus sentimentos e dos seus pensamentos; verá o quanto sua vida interior com seu funcionamento interno está o tempo todo se manifestando em suas ações frente ao mundo, praticamente implorando para ser visto, num sistemático convite a sair da inconsciência e a compreender o sentido da sua existência.

Enquanto está sozinho, o indivíduo está menos submetido a esse convite, pois as forças internas praticamente não se manifestam em suas ações pessoais, mas assim que uma relação se estabelece, seja ela de qualquer ordem ou em qualquer formato, o funcionamento interno é acionado e esta questão muda de figura. Basta um telefonema ou um não telefonema esperado para que os complexos psíquicos entrem em ação: para que o indivíduo seja tomado por sentimentos de alegria excessiva ou de grandes frustrações, desencadeando uma sucessão de pensamentos em cadeia que podem levá-lo “às nuvens” ou “a escuridões arrebatadoras”. Na relação com o outro, nossas forças internas se acionam numa turba desordenada, desencadeando os dinamismos profundos da psique trazendo a tona as feras e demônios que dormem nas profundezas de nosso ser. (Jung, 1988, vol. XI, par. 23)

Jung definiu essas forças internas que se acionam na relação com o outro e, muitas vezes, determinam o comportamento do indivíduo como “Complexos”.

Segundo ele o complexo:

“É a imagem de uma determinada situação psíquica de forte carga emocional e, além disso, incompatível com as disposições ou atitude habitual da consciência. Esta imagem é dotada de poderosa coerência interior e tem sua totalidade própria e goza de um grau relativamente elevado de autonomia, vale dizer: está sujeita ao controle das disposições da consciência até um certo limite e, por isso, se comporta na esfera do consciente, como um *corpus alienum* [corpo estranho], animado de vida própria. Com algum esforço de vontade, pode-se, em geral, reprimir o complexo, mas é impossível negar sua existência, e na primeira ocasião favorável ele volta à tona com sua força original.” (Jung, 1991, vol. VIII, par. 201)

Jung seguiu explicando que:

“Os complexos são fragmentos psíquicos cuja divisão se deve a influências traumáticas ou a tendências incompatíveis (...); eles interferem na intenção da vontade e perturbam o desempenho da consciência (...); aparecem e desaparecem, de acordo com as próprias leis; obsediam temporariamente a consciência ou influenciam a fala e a ação de maneira inconsciente. Em resumo se comportam como organismos independentes.” (Jung, 1991, vol. VIII par. 253)

Segundo ele: “certos complexos só estão separados da consciência porque esta preferiu descartar-se deles, mediante a repressão. Mas há outros complexos que nunca estiveram na consciência e por isso nunca foram reprimidos voluntariamente. Brotam do inconsciente e invadem a consciência com suas convicções e seus impulsos estranhos e imutáveis.” (Jung, 1988, vol. XI par. 22)

Com relação aos complexos que foram reprimidos pela consciência, temos os complexos que foram gerados, a partir de situações traumáticas ou dolorosas da vida. Tratam-se daquelas experiências emocionais vividas, que deixaram marcas duradouras na vida psíquica do indivíduo.

Jung refere-se a essas experiências como capazes de sufocar qualidades preciosas do indivíduo, fragmentando a psique, gerando, como diziam os homens primitivos, uma perda da alma, devido ao fato de que determinadas partes da psique desaparecem. E, assim que o indivíduo integra à consciência um complexo perdido, por exemplo, através da análise, ele experimenta um aumento significativo de sua força. (Jung, 1991, vol. VIII)

Com relação aos complexos que nunca estiveram na consciência, temos aqui os complexos de ordem coletiva, complexos que se desenvolveram a partir de algum fato exterior e que produziu um abalo forte a nível coletivo; estes complexos invadem a consciência humana, na tentativa de gerar um novo arranjo, para que se manifeste uma nova atitude perante a vida e o mundo. (Jung, 1991, vol. VIII)

Um complexo autônomo, tanto individual, quanto coletivo, quando excitado por um estímulo exterior, pode causar no indivíduo confusões repentinas no pensamento, emoções violentas, depressões, estados de ansiedade e angústia, entre outros. (Jung, 1991, vol. VIII)

Para Jung, os complexos se comportam como duendes: “Põe em nossos lábios, justamente, a palavra errada; fazem-nos esquecer do nome da pessoa que estamos para apresentar; provocam-nos uma necessidade invencível de tossir precisamente no momento em que estamos no mais belo concerto; fazem tropeçar ruidosamente na cadeira o retardatário que quer passar despercebido; num enterro, mandam-nos congratular-nos com os parentes enlutados, em vez de apresentar-lhes condolências.” (Jung, 1991, vol. VIII par. 202)

Em virtude de sua autonomia, os complexos, muitas vezes, conduzem o comportamento e acionam no indivíduo atitudes que ele próprio não reconhece como suas. E quanto mais inconsciente o indivíduo está de si mesmo, maior se torna a força e a liberdade dos complexos. E, além disso, estar inconsciente dos complexos ajuda os mesmos a se apossarem do eu, gerando, segundo Jung, “uma modificação momentânea e inconsciente da personalidade, chamada identificação com o complexo.” (Jung, 1991, vol. VIII par. 204)

Quando o indivíduo encontra-se neste estado ouvimos frases como: “Está com o diabo no corpo”; “O que deu nela hoje?”; “Fiquei fora de mim”; “Parecia que não era eu”. Em tais situações, o indivíduo identificado com o complexo expõe ao mundo porções de seu funcionamento das quais muitas vezes se envergonha.

Em virtude da exposição causada pelo complexo e devido ao incômodo que geram, os indivíduos, geralmente, preferem ocultá-los em suas relações sociais e afetivas. Pois, quando estão tomados pelo complexo, as atitudes, pensamentos e sentimentos fogem do controle do eu, fato este, gerador de incômodo ao indivíduo. Como são desagradáveis, os indivíduos visam eliminar os complexos, não

acreditando em seu potencial proveitoso. Entretanto, por serem dolorosos e geralmente causarem sofrimento, trazem, por si só, uma importância em si mesmos. (Jung, 1991, vol. VIII)

A compreensão da dor que os complexos geram, tornam-se adubo para a nossa evolução, a homeopatia reinterpreta esta questão com a frase: “o que te fere é o que te cura”.

Segundo Jung: “É dos complexos que depende o bem-estar ou a infelicidade de nossa vida pessoal (...) os complexos não são totalmente de natureza mórbida, mas manifestações vitais da própria psique.” (Jung, 1991, vol. VIII par. 209)

Para que seja possível extrair do complexo seu potencial proveitoso, este precisa se tornar consciente. Pois, enquanto os complexos estão habitando o inconsciente não apresentam qualquer possibilidade de transformação. No inconsciente eles se enriquecem com associações e assumem seu caráter mitológico e arcaico. Somente na medida em que se torna consciente o complexo pode ser corrigido e transformado substancialmente, perdendo, assim, seu automatismo. Desta forma, os complexos despojam-se de seu invólucro mitológico e instintivo e personalizam-se, assumindo um processo adaptativo consciente. Estabelecendo, com isso, uma relação dialética entre a consciência e o inconsciente. (Jung, 1991, vol. VIII)

A partir desta relação, a consciência do eu se amplia através da compreensão do funcionamento interior, torna-se cercada de diversas luminosidades, entre elas as luminosidades emitidas pelos arquétipos. Luminosidades estas vindas do interior inconsciente da psique e direcionadas pelo arquétipo central, o Self. Segundo Jung, estas luminosidades já haviam sido pressentidas por diversos alquimistas. Ele falou metaforicamente sobre esta questão se referindo que:

“A substância arcana (‘a terra aquática ou água terrestre [lama] da essência universal’) é universalmente animada pela ‘centelha ígnea da alma do mundo’ (...) Na água da arte, em ‘nossa água’, que é também o caos, encontra-se a ‘centelha ígnea da alma do mundo como puras formas essenciais das coisas’ (...) o que nos permite comparar as scintillae com os arquétipos (...). Desta visão alquímica seria preciso concluir que os arquétipos têm em si certo um brilho ou certa semelhança com a consciência e que, por conseguinte, uma certa luminositas está vinculada à numinositas.” (Jung, 1991, vol. VIII par. 388)

Podemos entender essa terra aquática, ou esta lama, ou ainda o caos como representações do estado de identificação com o complexo; estado no qual, o indivíduo encontra-se sem condições de sair “limpo” desta invasão, geralmente, ou deixa a si mesmo sujo de lama, por exemplo, devido às dores sentidas, às frustrações; ou deixa o outro sujo, devido às discussões ou às ofensas; ou deixa a ambos. A identificação com o complexo gera uma desordem nas arrumações do eu e gera um caos momentâneo. Entretanto, traz em si a scintillae, a luz que pode mostrar a pura forma essencial das coisas, sendo que esta luz está diretamente ligada ao numem (numinoso), à porção sagrada da psique, o Self. Apresentando, desta forma, um caminho a ser seguido, pelo indivíduo, em sua jornada evolutiva.

O alquimista Dorn falou das centelha apresentando seu caráter psicológico. Jung cita sua fala: “Esta luz é o lumen naturae [luz da natureza] que ilumina a consciência, e as scintilliae são luminosidades germinais que brilham de dentro da escuridão do inconsciente.” (Jung, 1991, vol. VIII par. 389)

Segundo Jung, Dorn falou desta luz inata no indivíduo que provém do Sagrado, também, através das seguintes palavras: “Porque a vida que é a luz do homem brilha obscuramente em nós, sem, contudo, provir de nós, mas daquele ao qual pertence e que se dignou construir sua habitação em nós... Ele implantou sua luz em nós, a fim de que pudéssemos contemplar a luz na luz daquele que habita a luz inacessível. E por sermos formados à sua semelhança, ou seja, por nos ter dado uma centelha de sua luz é que somos superiores a todas as criaturas. Está verdade, portanto, não deve ser procurada em nós, mas na imagem de Deus que está em nós.” (Jung, 1991 vol.VIII par. 389, rodapé 68)

Podemos perceber com isso, que de um lado temos a manifestação dos complexos invadindo a consciência, quando a mesma não está consciente desses elementos e do outro lado, na raiz inconsciente dos complexos temos o caráter arquetípico com todo seu potencial transformador e gerador de evolução ao indivíduo. Percebemos também, que somente a partir da consciência do complexo é que se estabelece uma relação entre a consciência e o padrão arquetípico apresentado pelo complexo, através da qual o arquétipo pode falar e consequentemente mostrar o caminho que o Self está indicando ao indivíduo para evoluir em seu processo de individuação. (Sharp,1997)

Vemos que o caminho evolutivo a ser percorrido pelo indivíduo já está predeterminado anteriormente dentro de cada um, sendo que a partir do reconhecimento de como se está, acontecendo a si mesmo, de como nossos complexos estão atuando no mundo, encontramos uma das formas de entender qual é o sentido de nossa jornada terrena.

Observamos, então, que a partir desta consciência dos complexos, começa a ficar claro quais são os desafios que o indivíduo deve percorrer em sua existência, a partir da dissociação psíquica expressa pelos complexos, visando a sua reintegração.

Podemos concluir que a consciência dos complexos nos conduz à sua essência arquetípica que, por sua vez, é movida pelo arquétipo central do Self, ou seja, pela imagem divina em nós. Vemos o quanto temos, o tempo todo, ao nosso dispor, o veículo que pode nos conduzir à evolução. Sendo que, à medida que o indivíduo passa a compreender seu funcionamento interior ampliando sua consciência, ele passa a ouvir a voz do Self e a compreender o sentido de sua existência, bem como, passa a perceber em qual degrau está e o que precisa ser feito para continuar a subir a escada evolutiva do seu processo de individuação.

Entretanto, reconhecer e gerar consciência no indivíduo, não é tarefa fácil, sendo este um dos grandes caminhos a ser percorrido pelo psicólogo, tanto em sua análise individual, quanto no trabalho com seu paciente.

Encerro esta reflexão com o título do trabalho, pois como diz a Tábua das Esmeraldas: “àquilo que está em cima é igual àquilo que está embaixo e àquilo que está embaixo é igual àquilo que está em cima, para realizar os milagres de uma única coisa.”

“Não sou eu que me crio, mas sou eu que aconteço a mim mesmo”. Dentro e fora de mim, aconteço. Revelo-me diante de mim. Aconteço no dia e na noite aconteço, na alegria e na tristeza, aconteço. Aconteço e me percebo refletido no espelho da vida e assim descubro quem sou, por qual caminho venho caminhando e por onde devo caminhar.

Pois como disse Dorn: “esta é a vontade de Deus: que os piedosos se entreguem à obra piedosa que buscam, e os perfeitos levem a termo o seu propósito... Procura tornar-te tal como queres que seja a obra por ti buscada”. (Jung, 1988, vol. IX/2 par. 264, rodapé 58)

Bibliografia

JUNG, C.G. 1988. Obras Completas de C.G. Jung: Psicologia da Religião Ocidental e Oriental. Vol.XI. 3ª ed. Petrópolis: EditoraVozes.

JUNG, C.G. 1988. Obras Completas de C.G. Jung: Aion, estudos sobre o simbolismo de si mesmo. vol. IX/2. Petrópolis: Editora Vozes.

JUNG, C. G.. 1991 A Dinâmica do Inconsciente. Vol. VIII. 2ª ed. Petrópolis: Editora Vozes.

SHARP, D. 1997. Léxico Junguiano – Um manual de Termos e Conceitos. 10ª edição, São Paulo: Editora Cultrix.