


PSIQUE, CORPO E AMBIENTE: INTEGRAÇÕES DO SELF EM TEMPOS DE MUDANÇAS CLIMÁTICAS

 <https://doi.org/10.56238/sevened2024.031-060>

Ricardo Barretto

Mestrando em Psicologia da Educação
PUC São Paulo

E-mail: ricardo@conecsoma.com.br

ORCID: 0000-0002-6870-4894

LATTES: <http://lattes.cnpq.br/6607386644917027>

RESUMO

As mudanças climáticas são a expressão mais evidente da crise socioambiental que se intensifica mundo afora. A emergência desse fenômeno coincide com o surgimento de um quadro de sofrimento psíquico chamado de ecoansiedade. Para lidar com esse contexto que envolve a dissociação entre ser humano e natureza diferentes áreas de conhecimento apontam para a importância da integração entre psique, corpo e ambiente, elemento que encontra correspondência na perspectiva junguiana do self enquanto totalidade. Neurociência, filosofia, ecologia, educação somática e ecopsicologia estão entre os campos que abordam o caráter integrado do ser humano a partir de binômios como psique-corpo, corpo-ambiente, psique-ambiente. A perspectiva junguiana do self enquanto uma tríade psique-corpo-ambiente dialoga com essas áreas de conhecimento e oferece um referencial adicional para o entendimento da relação entre sociedade e crise climática. Ao mesmo tempo em que encontra na conexão com o novo campo da ecossomática a possibilidade de uma clínica especialmente sensível ao desafio das mudanças climáticas, por meio de abordagem psicoterapêutica que dialogue com a dissociação humano-natureza não só pela palavra.

Palavras-chave: Corporeidade. Ecoansiedade. Ecossomática. Mudanças climáticas. Psique.



1 INTRODUÇÃO

De tema restrito a nichos da ciência e do movimento ambientalista no século XX, as mudanças climáticas se tornaram pauta do cotidiano pela intensificação de eventos extremos e pelo horizonte retratado nos relatórios científicos do Painel Intergovernamental sobre Mudança do Clima da Organização das Nações Unidas, que fala em “emergência climática” (IPCC, 2023). Nesse contexto, diversas áreas do conhecimento se aproximaram dos temas da ecologia e da sustentabilidade, refletindo o próprio caráter integrado do problema. Em meio à gama de assuntos, os efeitos psíquicos das mudanças climáticas ganharam atenção, uma vez que se multiplica a angústia frente ao cenário da crise ambiental, o que tem sido nomeado ecoansiedade. Apesar deste não ser um diagnóstico formal, essa é uma condição crescente que afeta especialmente crianças do mundo todo (HICKMAN et al, 2021).

Diferentes linhas de estudo da psique têm se aproximado das questões socioambientais, com destaque para a ecopsicologia que, por uma perspectiva junguiana, aborda como aspectos simbólicos podem ser reconhecidos em representações da ecologia e do meio ambiente; e como há relação entre destruição ambiental e perturbação psíquica (RAYLAND, 2000). Essa abordagem se concentra na relação psique-ambiente como parte do self. Entretanto, dá menos atenção a outro aspecto da totalidade do self que é a integração com o corpo. Ao perceber esta lacuna, passei a me interessar em como a perspectiva integrada do self, tal qual referida por Jung (2013a), ou seja, a totalidade envolvendo psique-corpo-ambiente, pode contribuir com o debate sobre mudanças climáticas para além da ecopsicologia e dar outras referências para o cuidado de pessoas em sofrimento associado à crise socioambiental.

Para tanto, é preciso dialogar com um desafio explicitado pelo próprio Jung, que em suas obras menciona a integração psique-corpo-ambiente – especialmente por meio dos binômios psique-corpo, psique-ambiente – como concepção apropriada para a qual, na sua época, não teria argumentos detalhados ou dados de comprovação. É neste sentido que trago no presente trabalho referências de outras áreas de conhecimento para corroborar a visão de Jung sobre a totalidade do self, a partir de autores contemporâneos.

É por esse movimento de atualização, que busco responder à pergunta: Como a perspectiva do self enquanto totalidade dialoga com o desafio das mudanças climáticas? A hipótese que levanto é que a concepção junguiana tanto apoia a compreensão do contexto da crise socioambiental no século XXI, como oferece suporte conceitual para o aprofundamento de uma reflexão psicoterapêutica e uma prática clínica de caráter integrado – compatível com o desafio complexo das mudanças climáticas – uma vez associada a outras práxis e saberes.

Para tanto, explicito reflexões de Jung que tratam da noção de simultaneidade de processos do corpo e da mente, bem como da ligação corpo e mente que se evidencia na relação entre complexos e reações fisiológicas (Jung, 2015b). De modo análogo, destaco observações sobre a semelhança entre

dinâmicas da natureza e dinâmicas do corpo (Jung, 2016). E inclui, a partir do conceito de libido como energia de vida (Jung, 2015a), a visão de que o corpo integrado é expressão das dinâmicas biológicas não só em seu interior, mas no ambiente que o afeta e é por ele impactado (Jung, 2015a), ao mesmo tempo em que o corpo vivo expressa a transformação de energia em outras manifestações, notadamente as de caráter cultural (Jung, 2015b). Essa perspectiva se conecta com a importância que Jung atribui à reconexão com a natureza e à valorização das cosmovisões dos sujeitos, assim como a de se estimular recursos terapêuticos e experiências de vida que dialoguem com a relação humano-totalidade. Sempre reconhecendo o elo entre a singularidade da vida de cada pessoa e os grandes problemas da época em que vive (Jung, 2013).

Na segunda parte da discussão trago, de modo ilustrativo, perspectivas contemporâneas que confirmam, complementam e aprofundam a perspectiva da integração psique-corpo/psique-ambiente. Um primeiro foco é o de referências sobre o corpo entrelaçado à mente, como na neurociência de Damasio (2012, 2015, 2023), na filosofia de Morin (2008), na sociologia de Santos (2018) e nas abordagens de educação somática e práticas corporais, conforme apontam Lima (2023), Maluf (2023) e Souza (2020). O intuito ao localizar a mesma referência em quatro áreas diferentes de conhecimento é mostrar como a especulação cautelosa de Jung em apontar uma unidade entre psique e corpo foi confirmada pelo conhecimento interdisciplinar que surgiu posteriormente.

De modo similar, o caráter integrado entre ser humano e natureza, aventado por Jung, é hoje bem contemplado por teorias da ecologia e da sustentabilidade, sendo a mais célebre a Hipótese Gaia, de Lovelock (2020), que apresenta a Terra como organismo vivo e integrado e esclarece o caráter interconectado da crise socioambiental que vivemos. Essa visão crítica é atualizada por Solón (2019) e Ferdinand (2022), na perspectiva das interseccionalidades, ganha enfoque experiencial sob a lente da educação somática e das práticas corporais, com Vianna (2005) e Maluf (2023), e, numa perspectiva mais filosófica, perpetua reflexões de Bergson (1948) e Merleau-Ponty (1971).

Ganha ainda o olhar provocador de Krenak (2022), que faz dialogar conhecimento científico e socioeconômico com saberes dos povos indígenas. E, especificamente na relação psique-ambiente, recebe contribuições da ecopsicologia, a partir de Rayland (2000), que aproxima conceitos de Jung à ecologia profunda. E ainda o foco de Duarte (2017) que ressalta um caráter ecológico na abordagem de Jung sobre o self.

Feitas estas correlações, passo a contemplá-las na terceira parte da discussão, não mais por binômios, mas pela tríade psique-corpo-ambiente, tendo como trama conectiva a noção de ecossomática, como apresentada por Barder, Clavel e Ginot (2019), contextualizada por Billo (2011) e comentada por Lima (2022). Esse campo nascido no século XXI investiga o entrelaçamento entre *soma*, afetos e natureza, numa perspectiva que integra teoria e prática corporal, e que amplifica o debate sobre a relação entre sujeito e mudança do clima.

Desse modo, abordo como a ecossomática estabelece pontes para reflexões e práticas psicoterapêuticas que comportem o aspecto entrelaçado do ser humano integral com a natureza, trazendo corpo e ambiente não como coadjuvantes ou referências de discurso, mas como elementos efetivos em uma tríade psique-corpo-ambiente na clínica.

2 METODOLOGIA

A presente pesquisa tem abordagem qualitativa e é desenvolvida a partir de uma revisão narrativa de literatura, que se debruça em dois focos. O primeiro é o conceito junguiano de self enquanto totalidade que integra psique, corpo e ambiente. Para tanto foram selecionadas sete obras de Carl Gustav Jung que abordam o conceito de diferentes ângulos. O segundo foco da revisão de literatura tem foco em contribuições do pensamento contemporâneo sobre pelo menos um dos binômios que compõem a tríade da totalidade do self: psique-corpo, psique-ambiente, corpo-ambiente.

Esses binômios e conceitos correspondentes são apresentados na perspectiva da crise socioambiental que abarca as mudanças climáticas. Essa etapa da revisão tem caráter não exaustivo e visa propiciar exemplos ilustrativos de como o conceito de Jung aparece em referências recentes do pensamento contemporâneo.

As ideias destacadas no levantamento realizado nas duas frentes da revisão de literatura servem de base para a discussão das possíveis contribuições do conceito junguiano de self para lidar com a questão das mudanças climáticas.

3 RESULTADOS

Ao investigar como a perspectiva junguiana do self – totalidade que envolve psique, corpo e ambiente – propicia lidar com o desafio das mudanças climáticas, três contribuições podem ser destacadas: (1) o conceito de totalidade apoia uma outra leitura de contexto da crise climática, incluindo aspectos subjetivos dentre suas causas; (2) reconhecer o ser humano pela tríade psique-corpo-ambiente permite compreender melhor o sofrimento associado às mudanças climáticas; e (3) a clínica psicoterapêutica pode encontrar reforço nas práticas ecossomáticas para lidar com pacientes em situação de ecoansiedade.

4 DISCUSSÃO

4.1 A PERSPECTIVA JINGUIANA DO SELF CONECTANDO PSIQUE, CORPO E AMBIENTE

Embora seja recorrente na obra de Jung a noção do self enquanto totalidade que integra psique, corpo e ambiente, o autor não dedica uma obra específica ou mesmo capítulos para tratar diretamente do tema. As referências aparecem em trechos ao longo de diferentes publicações e organizadas nos binômios psique-corpo, psique-ambiente.

Com o propósito de reunir noções importantes dessa perspectiva da teoria junguiana e propiciar um entendimento mais direto do self enquanto integração psique-corpo-ambiente, trago aqui o levantamento que fiz das menções de Jung a respeito em diferentes obras. Minha opção foi apresentar primeiramente a noção de totalidade e depois organizar as ideias a partir dos binômios referidos por Jung, para então condensá-las na perspectiva da tríade psique-corpo-ambiente.

4.1.1 O self enquanto totalidade

O ponto de partida que me parece mais adequado para se compreender a integração psique-corpo-ambiente segundo Jung é a noção de totalidade, que seria uma tradução do self que reúne consciente e inconsciente, individual e coletivo, humano e não-humano:

A camada mais profunda que conseguimos atingir na mente do inconsciente é aquela em que o homem “perde” a sua individualidade particular, mas onde sua mente se alarga mergulhando na mente da humanidade – não a consciência, mas o inconsciente, onde somos todos iguais. Como o corpo tem sua conformação anatômica com dois olhos, duas orelhas, um nariz e assim por diante, e apenas ligeiras diferenças individuais, o mesmo se dá com a mente em sua conformação básica. A esse nível coletivo não somos mais entidades separadas, somos um. Podemos compreender isso quando estudamos a psicologia dos povos primitivos. O fato que mais salta à vista, na mentalidade primitiva, é essa falta de diferenciação entre os indivíduos, essa união de sujeito e objeto, essa “participation mystique”, como a chama Lévy-Bruhl. (JUNG, 2015a, pp. 67-68).

O entendimento do self como totalidade implica o humano beber nas percepções de si e das relações com o mundo ao redor para conceber o si-mesmo. “Psicologicamente o si-mesmo foi definido como a totalidade psíquica do homem. Tudo aquilo que o homem supõe constituir, de per si, uma totalidade mais ampla, pode tornar-se símbolo do si-mesmo.” (JUNG, 2013a, p. 57)

O diálogo constante entre consciente e inconsciente e as experiências junto ao mundo ao redor oferece ao ser humano a possibilidade de lidar com seus complexos e construir novos sentidos na vida. Daí a pertinência do termo totalidade para designar o self, uma vez que a raiz “total” diz respeito a tornar sagrado, curar. Para Jung, a descida à profundidade traz a cura. (JUNG, 2015a, p. 166)

Aqui pondero que totalidade não implica universalidade. Jung afirma que a psicologia prática não deve tratar de uma alma humana universal, mas de homens e mulheres individualizados, atravessados por problemas e desafios que os afligem diretamente (JUNG, p. 140). Portanto, afirma Jung, uma psicologia que satisfaça apenas ao intelecto é impraticável, uma vez que este por si só não é capaz de abranger a totalidade da alma.

Imprescindível, assim, abordar outros aspectos da condição humana de existência integrada, desde o corpo até o mundo ao redor: “Quer queiramos, quer não, mais cedo ou mais tarde o fator cosmovisão terá que ser levado em conta, porque a alma está em busca da expressão de sua totalidade” (JUNG, 2013b, p. 140)

Tal perspectiva integrada, no entanto, é um desafio para a compreensão humana. Jung observa, tal qual destaque adiante, que a mente moderna tem dificuldade em conceber uma não separação entre

corpo e mente, bem como entre sujeito e coletivo, e entre humano e natureza. Para Jung, o foco constante do ser humano está no ego. Daí que a finalidade da evolução psicológica é, como na evolução biológica, a autorrealização, ou seja, a individuação:

Visto que o homem só se percebe a si próprio como um ego, e o si-mesmo como totalidade, é algo indescritível, não se distinguindo de uma imagem de Deus, a autorrealização não é outra coisa em linguagem metafísica e religiosa, do que a encarnação divina. É isto precisamente que vem expresso na filiação de Cristo. Como a individuação significa uma tarefa heroica ou trágica, isto é, uma missão difícilíssima, ela implica o sofrimento, a paixão do ego, ou seja, do homem empírico, do homem comum, atual, quando entregue a um domínio mais amplo e despojado de sua própria vontade, que se julga livre de qualquer coação. Ele é como que violentado pelo si-mesmo. (JUNG, 2013a, p. 58).

A referência a Deus enquanto totalidade é frequente em Jung e ajuda a compreender máximas como ‘Deus está em todas as coisas’ enquanto referência de uma continuidade entre psique, corpo e ambiente. Reforça a importância do símbolo como elemento que expressa no consciente conteúdos do inconsciente e que apoia a construção de sentido sobre a totalidade:

Em face disto, a paixão analógica do Cristo significa que Deus sofre com a injustiça do mundo, com as trevas que envolvem o homem. O sofrimento do homem e o sofrimento de Deus formam uma complementaridade, da qual resulta um efeito compensador: graças ao símbolo, o homem pode conhecer o verdadeiro sentido de seu sofrimento: ele sabe que está a caminho de realizar sua totalidade, mediante a seu ego é introduzido na esfera do “divino” como consequência da integração do inconsciente na consciência. (JUNG, 2013a, p. 58)

Jung explicita, portanto, como o caráter integrado da existência humana, ainda que não reconhecido conscientemente, será determinante para constituir os sofrimentos e os processos de individuação. Fenômenos que estarão associados à condição do self que conecta ao mesmo tempo psique, corpo e ambiente, como ajuda a aclarar Molina (2023):

Jung considera que a psique somente pode ser descrita em função de antinomias. Para ele, duas antinomias são fundamentais: a psique depende do corpo/o corpo depende da psique e o individual nada significa na perspectiva do geral/o geral nada significa na perspectiva do individual. (MOLINA, 2023, p.1)

Observadas essas referências de como Jung compreende o sentido de totalidade do self, explícito agora sua reflexão acerca dos binômios psique-corpo e psique-ambiente.

4.1.2 A relação corpo e self

No tocante à fisicalidade como elemento integrante do self, um primeiro aspecto que merece atenção diz respeito à percepção de Jung de que havia uma simultaneidade de processos do corpo e processos mentais. À época, uma não dissociação entre corpo e mente parecia difícil de conceber, mas Jung busca ilustrar seu entendimento a partir da referência da física quântica de que a luz possui um caráter ambivalente, comportando-se ora como onda, ora como partícula:



Tudo o que se pode observar empiricamente é que processos do corpo e processos mentais desenrolam-se simultaneamente e de maneira totalmente misteriosa para nós. É por causa de nossa cabeça lamentável que não podemos conceber corpo e psique como sendo uma única coisa; provavelmente são uma só coisa, mas somos incapazes de conceber isso. A física moderna está sujeita à mesma dificuldade: atentemos para o que acontece com a luz! (JUNG, 2015a, pp. 56-57)

Ao fazer essa observação, Jung ressalva que se sentia, naquele momento, “totalmente incapaz de afirmar se é o corpo ou a psique que prevalece, ou se eles coexistem” (JUNG, 2015a, p. 58). O que sugere o porquê do tema não ter recebido uma atenção específica na obra junguiana, ainda que estivesse presente em várias de suas reflexões.

Outra referência importante que Jung traz a respeito da relação entre fisicalidade e o self diz respeito a seu entendimento sobre consciência. Para o autor, a consciência pode ser definida como a relação dos fatos psíquicos com o eu: “Mas o que é o eu? É um dado complexo formado primeiramente por uma percepção geral de nosso corpo e existência e, a seguir, pelos registros de nossa memória” (JUNG, 2015a, p. 27).

Para Jung, esses são os dois fatores principais que compõem o eu, “que nos possibilitam considerá-lo como um complexo de fatos psíquicos” (JUNG, 2015a, p.28). O autor observa que tanto a mente inconsciente, como o corpo, são depositários de relíquias e memórias do passado: “Um estudo da estrutura do inconsciente coletivo revelaria as mesmas descobertas que se fazem em anatomia comparada. Não precisamos pensar na existência de um fator místico ou coisa que o valha” (JUNG, 2015a, p.66).

As ponderações de Jung sobre a relação self e corpo eram expostas a partir de seus estudos, observações e intuição, mas décadas mais tarde encontrariam respaldo em descobertas da neurociência, conforme apresento na seção 4.2.

A contribuição a posteriori da neurociência dialoga ainda, como indico na próxima seção, com outro elemento das observações de Jung que diz respeito à relação entre complexos e reações fisiológicas. Para ele, há um paralelo psicofísico evidente, por exemplo, nas diferenças fisiológicas entre uma reação consciente e outra inconsciente (JUNG, 2015a, p. 95). Paralelo este considerado controvertido por Jung à época, uma vez que estava fora do alcance do conhecimento humano de então – mas que o levam a crer que corpo e psique são “dois aspectos diferentes somente para nossa inteligência, e não na realidade” (JUNG, 2015a, p. 95). Como evidência dessa percepção, Jung faz a seguinte explicação:

Um funcionamento inadequado da psique pode causar tremendos prejuízos ao corpo, da mesma forma que, inversamente, um sofrimento corporal consegue afetar a alma, pois alma e corpo não são separados, mas animados por uma mesma vida. Assim sendo, é rara a doença do corpo, ainda que não seja de origem psíquica, que não tenha implicações na alma. (JUNG, 2013b, pp. 135-136).



Reconheço aqui tanto a compreensão do caráter de existência entrelaçada da psique e do corpo, como a indicação do fenômeno psicossomático – que é talvez o aspecto mais evidente e conhecido do pensamento junguiano acerca da conexão entre psique e fisicalidade, pelo qual sintomas emergem também como expressões corporificadas:

A manifestação indireta do inconsciente sucede sob a forma de perturbações da vazão consciente, na experiência das associações, sob a forma de indícios de complexos, ou, então, sob a forma de condutas sintomáticas descritas pela primeira vez por Freud, em estados neuróticos, sob a forma de sintomas. (JUNG, 2014, pp. 54-55)

Jung detalha da seguinte forma a relação psique-corpo, cuja expressão psicossomática das emoções implica alterações fisiológicas:

Tais distúrbios são devidos a complexos – mesmo que o assunto tratado não se refira a um complexo meu. Trata-se simplesmente de um assunto importante, tudo que é acentuadamente sentido torna-se difícil de ser abordado, porque esses conteúdos encontram-se, de uma forma ou outra, ligados com reações fisiológicas, com os processos cardíacos, com o tônus dos vasos sanguíneos, a condição dos intestinos, a inervação da pele, a respiração. Quando houver um tônus alto, será como se esse complexo particular tivesse um corpo próprio e até certo ponto localizado em meu corpo, o que o tornará incontrolável por estar arraigado, acabando por irritar os meus nervos. Aquilo que é dotado de pouco tônus e pouco valor emocional pode ser facilmente posto de lado porque não tem raízes. Não é aderente. (JUNG, 2015a, pp. 102-103)

Neste sentido, Jung associa a constituição de conteúdos psíquicos à experiência humana e, portanto, inclui o corpo no processo de formação da psique, uma vez que tudo o que é experimentado pelo ser humano acontece por meio do corpo. Aqui o autor oferece campo para a compreensão de como sujeitos que vivenciam corporalmente efeitos das mudanças climáticas são marcados também psiquicamente, dados os afetos que a experiência de eventos extremos do clima gera no ser humano.

Essa dinâmica de constituição de conteúdos psíquicos a partir da experiência corporal é passível de ocorrer não apenas no indivíduo e pelos meandros do inconsciente pessoal, como na sociedade como um todo e por meio das expressões do inconsciente coletivo, notadamente os arquétipos:

(...) arquétipo é uma espécie de aptidão para reproduzir constantemente as mesmas ideias míticas; se não as mesmas, pelo menos parecidas. Parece, portanto, que aquilo que se impregna no inconsciente é exclusivamente a ideia da fantasia subjetiva provocada pelo processo físico. Logo, é possível supor que os arquétipos sejam as impressões gravadas pela repetição e reações subjetivas. (JUNG, 2013b, p. 85)

Como exemplo dessa dinâmica, Jung menciona que a “cada vez que um arquétipo aparece em sonho, na fantasia ou na vida, ele traz consigo uma ‘influência’ específica ou uma força que lhe confere um efeito numinoso e fascinante ou que impele à ação” (JUNG, 2013b, p. 86). E toda ação implica algum movimento do corpo, não importa qual sua intensidade. Jung reforça essa concepção ao afirmar: “(...) arquétipos não apenas se ajustam a situações exteriores (tal como os padrões animais de

comportamento se ajustam ao seu meio), mas, no fundo, tendem a manifestar-se em um “arranjo” sincronizado que inclui tanto a psique quanto a matéria” (JUNG, 2016a, p. 566).

É a partir dessa noção de integração corpo-psique que Jung (2013b, p. 44) pondera que se renegamos nosso corpo, não apenas deixamos de reconhecer os sinais que a psique emite por meio da fisicalidade, mas também “perdemos nossa tridimensionalidade, tornando-nos planos e ilusórios”. Jung alerta para as tentativas de afastamento do corpo e de sua natureza instintiva, tanto por parte da moral ascética de religiões como o cristianismo, como pelos movimentos da ciência. Para o autor, a própria referência das metáforas da linguagem a fatos fisiológicos indica a integração entre corpo e psique nas dimensões do inconsciente pessoal e coletivo (JUNG, 2013b, p. 50).

Ao mesmo tempo, existe um aspecto sombrio relacionado ao corpo, segundo Jung:

O corpo é o amigo mais duvidoso, por produzir coisas de que não gostamos; há inúmeros fatos a ele relacionados que não podem mesmo ser mencionados. Por isso ele frequentemente é a personificação do lado sombrio do eu. Às vezes representa o “esqueleto escondido no armário”, e todo mundo, naturalmente, quer ver-se livre disso. (JUNG, 2015a, p. 43)

A integração corpo-psique como elemento do self aparece também quando Jung ressalta a importância de recursos terapêuticos e experiências de vida que dialoguem com a relação humano-totalidade. Ele fala, por exemplo, na possibilidade de “(...) um símbolo adequado e impressionante mobilizar as forças do inconsciente a tal ponto que até o sistema nervoso seja afetado, levando o corpo a reagir de maneira normal novamente” (JUNG, 2015a, p.142). É neste sentido que ele localiza o campo de trabalho do psicoterapeuta na esfera crítica da interação de corpo e alma e que lhe faz parecer...

(...) extremamente provável que o psíquico e o corporal não sejam dois processos que correm lado a lado, mas que estejam ligados por uma interação, muito embora a natureza própria desses processos ainda escape, por assim dizer, totalmente à nossa experiência. (JUNG, 2014, pp. 31-32)

Naquele momento, completava Jung, a discussão deveria ser deixada para os filósofos. Mas o futuro traria referências importantes para a constatação dessa percepção, tanto no campo da neurociência como na abordagem experiencial da educação somática, conforme apresento nas próximas seções. No que tange às percepções de Jung sobre a integração corpo e psique, é relevante ainda ter em mente o conceito de libido como energia de vida que não se restringe ao âmbito psíquico e que assimila a concepção de corpo e alma como fenômenos entrelaçados.

(...) estendemos o conceito restrito de uma energia psíquica para o conceito mais amplo de uma energia de vida, a qual engloba a chamada energia psíquica como componente específico. Com isso obtemos a vantagem de poder estender as relações quantitativas, além do âmbito restrito do psíquico para as funções biológicas. Assim, se for o caso, poderemos fazer justiça à relação “corpo e alma”, indubitavelmente existente e já muito discutida. (JUNG, 2014, p. 32)



Jung aclara que a libido enquanto conceito de energia de vida não é correspondente ao que se nomeia força vital, que faz referência a uma energia universal. A libido vem justamente preencher o “abismo entre o processo físico e o processo de vida”, localizando essa integração a partir das dinâmicas psíquicas do sujeito. (JUNG, 2014, pp. 30-31)

E é nesse contexto que destaco a referência que ele faz sobre como os modos de compreender o si-mesmo não se restringem a uma compreensão intelectual mas aludem a um compreender pela experiência. E a experiência humana acontece sempre de corpo presente, com seus sentidos, fisiologia, qualidades tônicas, sensibilidades e fluxos internos (JUNG, 2014, pp. 20-21). Desse modo, fenômenos externos experienciados pelo ser humano, como as mudanças climáticas, terão também um atravessamento no corpo.

4.1.3 Relação ambiente e self

Jung reflete que o ser humano é influenciado pelas dinâmicas biológicas não só em seu interior, mas também por aquelas que o atravessam e influenciam sua existência nos diferentes ambientes. Algo evidente no modo como culturas de povos originários lidam com a natureza como entidade viva, que expressa sentidos e caminhos do sujeito e da coletividade.

Jung (2013b, 84) reconhece que cientistas da época, como Taylor e Frazer, interpretavam a ideia como animismo. Entretanto, explica haver um equívoco aí, uma vez que considera o modo como os povos primitivos se referem a almas ou espíritos alinha-se à ideia de “primitive energetics”, conforme postulado pelo filósofo Arthur Lovejoy:

A este conceito corresponde a ideia de alma, espírito, deus, saúde, força corporal, fertilidade, poder mágico, influência, poder, respeito, remédio, bem como certos estados de ânimo caracterizados pela liberação de afetos. “Mulungu” (precisamente este conceito primitivo de energia) significa, para certos polinésios, espírito, alma, ser demoníaco, poder mágico, respeito; e quando acontece algo assombroso as pessoas exclamam “mulungu. (JUNG, 2013b, p. 84)

É nesse contexto que um dos elementos fundamentais sobre o conceito de totalidade para Jung merece destaque aqui: a compreensão do si-mesmo deve ir para além dos elementos conscientes e inconscientes e também incluir a cosmovisão dos sujeitos e da coletividade (JUNG, 2013b, p. 140). A cosmovisão envolve as percepções subjetivas sobre o mundo que se vive, incluindo a relação com a natureza, o que cria uma ponte entre a psique e o ambiente. É uma conexão inescapável entre o ser humano e as mudanças climáticas, na atualidade.

Outra referência importante, especialmente para os dias de hoje, é a concepção que Jung faz sobre como a psique e os desafios do mundo se conectam.

Sempre encontramos nos doentes um conflito que se liga, num determinado ponto, aos grandes problemas da sociedade; quando a análise chega a esse ponto, o conflito aparentemente individual revela-se um conflito universal de seu ambiente e de sua época. A neurose é, portanto, uma tentativa individual e malograda de resolver um problema geral; mas este

problema geral, esta questão não é um *ens per se*, existindo apenas no coração dos indivíduos. (JUNG, 2013b, p. 161)

Desse modo, a questão urgente das mudanças climáticas pode ser entendida não apenas como uma crise ecológica histórica vivida pela sociedade atual mas também como um desdobramento da psique contemporânea. Assim como conflitos aparentemente individuais podem estar influenciados pela dinâmica socioambiental existente hoje no planeta. Não à toa, surgem nos dias de hoje expressões como ecoansiedade e ansiedade climática para designar o sofrimento decorrente do viver em um mundo em emergência ambiental. Jung oferece uma síntese para esse tipo de contexto: “(...) temos que nos dar por satisfeitos com o postulado antinômico e considerar o mundo também como fenômeno psíquico” (JUNG, 2014, p. 39).

Outro aspecto desse entrelaçamento entre humano e natureza está na própria libido, a energia de vida que para Jung é expressão da natureza no sujeito: “Eros não é a totalidade da natureza em nós, mas é pelo menos um dos seus aspectos principais” (JUNG, 2013b, p. 41).

Neste mesmo sentido da libido, Jung entende que “o caminho da vida só continua onde está o fluxo natural”, o que implica o surgimento de tensões, pois “nenhuma energia é produzida onde não houver tensão entre contrários” e nesse aspecto que a conexão com a natureza vem acompanhada de um diálogo com o inconsciente, que é o oposto da atitude consciente, isto é, o reconhecimento da relação entre contrários. (JUNG, 2013b, p.68)

Assim como na perspectiva do corpo integrado à psique Jung reconhecia um elemento de ancestralidade e de manifestação dos arquétipos, no tocante à conexão com a natureza ele estabelece uma ponte semelhante:

(...) os conteúdos do inconsciente coletivo são, não só os resíduos de modos arcaicos de funções especificamente humanas, como também os resíduos das funções da sucessão de antepassados animais do homem, cuja duração foi infinitamente maior do que a época relativamente curta do existir especificamente humano. (JUNG, 2013b, pp. 116-117)

O próprio aspecto de transgressividade dos arquétipos indica uma relação de entrelaçamento entre psique e ambiente. Uma vez que os arquétipos estão ao mesmo tempo associados a processos causais e continuamente ultrapassam seus limites eles não se restringem à esfera psíquica e “podem ocorrer também em circunstâncias não psíquicas” (JUNG, 2016b, p. 104), como na equivalência de um processo físico externo com um processo psíquico interno.

Finalmente, cabe destacar como Jung traz também para o contexto da integração psique-ambiente a relevância do símbolo, enquanto caminho de reconexão do humano com a natureza, em resposta à dissociação que emerge no processo de formação da cultura:

O ser humano libertou-se desses medos através da formação simbólica progressiva que levou à cultura. O retorno à natureza tem que ser necessariamente acompanhado de uma reconstrução sintética do símbolo. A redução faz retroceder ao homem natural primitivo e à mentalidade que



lhe é própria. Freud dirigiu seu foco sobretudo ao desejo irreverente de prazer; Adler, à “psicologia do prestígio”. São, sem dúvida, duas particularidades essenciais da psique primitiva, mas de longe não as únicas. (JUNG, 2014, p. 75)

Portanto, a reconexão com a natureza que hoje continua sendo um imperativo para o sujeito, na perspectiva junguiana, passa a ser ainda mais crucial na era das mudanças climáticas, quando a sociedade deve integrar os sinais da natureza e reduzir emissões de gases que interferem no efeito estufa natural do planeta. Bem como deve se adaptar aos efeitos que os impactos climáticos geram e irão gerar cada vez mais. Tudo isso, a partir da ideia de símbolo em Jung (2014) deve acontecer num processo que é também de construção simbólica e não apenas de entendimento e ação racional.

4.1.4 Relação corpo e ambiente na perspectiva da totalidade

Procurei expor ao longo dessa seção referências de como o pensamento junguiano expressa a conexão psique-corpo e psique-ambiente como parte de seu entendimento sobre self e totalidade. Essa abordagem por pares teve a proposta de resgatar as conexões tal como feitas por Jung, mas não de desmembrá-las.

Pelo contrário, a concepção de totalidade em Jung se evidencia no modo como os binômios psique-corpo e psique-ambiente se conectam em uma noção integrada do self por meio de conceitos centrais para Jung, como símbolo, arquétipo, libido, antinomias, sintomas, cultura, natureza...

Seguindo essa trilha, consolido agora a perspectiva da tríade psique-corpo-ambiente que integra o self e seu sentido de totalidade para Jung. Como ponto inicial, trago as referências que expressam a ideia do humano entrelaçado à natureza. Para o autor, essa condição se revela nos modos como reações conscientes e inconscientes geram manifestações fisiológicas diferentes no corpo (JUNG, 2015a, p. 95), em como sofrimentos biofísicos conseguem afetar a alma (JUNG, 2013b, p. 135) e no postulado antinômico de que o mundo a nossa volta também é um fenômeno psíquico (Jung, 2014 p.39), algo que faz muito sentido no contexto das mudanças climáticas, que seriam um sintoma da sociedade contemporânea.

Destaco aqui outra referência fundamental, que é a da libido enquanto elemento que evidencia a conexão psique-corpo-ambiente. Jung mostra que a energia vital engloba tanto a energia psíquica como as funções biológicas do humano, o que para Jung faz justiça à relação “corpo e alma” (Jung, 2014 p. 32). Ao mesmo tempo, ele afirma que a energia da vida é a expressão da natureza no sujeito (Jung, 2014 p. 41).

Já em relação à cultura, o self enquanto integração psique-corpo-ambiente é expresso desde as metáforas da linguagem oral, que aludem a fenômenos fisiológicos e da natureza (JUNG, 2013b, p. 50), até na cosmovisão dos sujeitos (JUNG, 2013b, p. 140). Já que esta envolve a percepção de mundo a partir de elementos conscientes e inconscientes que dialogam com a natureza e a cultura ao mesmo tempo.

Nesse ponto, observo que a cultura contemporânea de caráter consumista perde de vista a relação entre o que produz (mercadorias e serviços que também são símbolos de uma visão de mundo) e as condições naturais associadas, gerando impactos ambientais gravíssimos como as mudanças climáticas. Isso confere um caráter ecossistêmico ao entendimento de Jung sobre a relação entre cultura e natureza: “A cultura é tolerável só até certo ponto, o dilema sem fim entre cultura e natureza, no fundo sempre uma questão de insuficiência ou excesso, nunca uma opção entre uma ou outra” (JUNG, 2014, p. 47).

Resgato, então, outro aspecto basal da perspectiva junguiana que é a construção simbólica. Para Jung, o símbolo é um recurso essencial para se restabelecer conexões que a cultura fez abafar tanto na relação entre psique e corpo como entre psique e ambiente (JUNG, 2014, p. 75). Dissociações essas que estão no cerne da crise das mudanças do clima. Para reintegrar o que está dissociado é preciso novas experiências e símbolos que deem sentido a um existir integrado da psique com o corpo e a natureza: “(...) graças ao símbolo, o homem pode conhecer o verdadeiro sentido de seu sofrimento: ele sabe que está a caminho de realizar sua totalidade (...)” (JUNG, 2013a, p. 58).

Finalmente, destaco os arquétipos, sobre os quais Jung observa que tanto a mente inconsciente, como o corpo, são depositários de relíquias e memórias do passado – não apenas no tocante aos modos arcaicos de funções humanas, mas também no que chama de “resíduos das funções da sucessão de antepassados animais do homem” (JUNG, 2013b, pp. 116-117). O que remete a uma memória impressa no ser humano que está relacionada à própria história evolutiva de toda a natureza.

Encerro aqui convidando um olhar par a própria forma das reflexões de Jung. Elas carregam uma apreciação do entrelaçamento psique-corpo-ambiente, indicando que mais do que uma hipótese ou ótica teórica, a totalidade sugere um modo de existir e compreender a vida. É o que saliento com o exemplo a seguir, em que Jung reflete sobre enantiodromia:

Nossa vida compara-se à trajetória do sol. De manhã o sol vai adquirindo cada vez mais força até atingir o brilho e o calor do apogeu do meio-dia. Depois vem a enantiodromia. Seu avançar constante não significa mais aumento e sim diminuição de força. Sendo assim, nosso papel junto ao jovem difere do que exercemos junto a uma pessoa mais amadurecida. No que se refere ao primeiro, basta afastar todos os obstáculos que dificultam sua expansão e ascensão. Quanto à última, porém, temos que incentivar tudo quanto sustente sua descida. (JUNG, 2014, p. 90)

4.2 TOTALIDADE E NOVAS PERSPECTIVAS SOBRE CORPO E AMBIENTE

As reflexões de Jung acerca da conexão psique-corpo-ambiente, implícita no conceito de totalidade, são muitas vezes acompanhadas em seus escritos por ressalvas que indicam que tal concepção estava no campo das suposições ou até da intuição. Décadas depois, diferentes autores e áreas de pensamento oferecem argumentos e verificação científica que dão suporte às afirmações de Jung.

Nesta seção, reúno conceitos contemporâneos que corroboram o entendimento de Jung. Destaco referências da neurociência, da filosofia, da sociologia, da educação somática e da ecologia que mostram como psique, corpo e ambiente podem, de fato, ser compreendidos como um mesmo sistema. O intuito não é esmiuçar todas as conexões de cada uma dessas áreas com o pensamento junguiano. Mas de ilustrar de modo interdisciplinar a consistência e a pertinência hoje da proposição de Jung acerca da integração psique-corpo-ambiente. O que ajuda a reconhecer elos importantes entre self e fenômenos da natureza, como as mudanças do clima, e estimula novos modos de olhar para a grande emergência do século XXI.

Assim como fez Jung em sua época, muitas dessas referências tendem a se aproximar da tríade em questão a partir dos binômios que a compõem: psique e corpo, psique e ambiente, corpo e ambiente. Organizo, assim, a seção a partir desses três tópicos, cujas referências retomo na seção 4.3 para explicitar uma costura entre eles à luz da ecossomática.

4.2.1 Referências contemporâneas sobre corpo integrado

A reflexão de Jung sobre a inseparabilidade entre psique e corpo tem encontrado desde a virada para o século XXI uma série de correspondências em diferentes áreas do conhecimento. Talvez a mais contundente delas venha da neurociência que tem buscado compreender o fenômeno da mente humana e como este emerge de uma integração entre funções cognitivas e a fisicalidade do corpo.

Um autor que se tornou referencial nesta área é Antonio Damasio, neurocientista que apresenta em “O erro de Descartes” a perspectiva de que a mente emerge da integração entre sistema nervoso, demais estruturas e funções do corpo, estímulos do ambiente e repertório emocional do sujeito: “A alma respira pelo corpo, e sofrimento, tenha início na pele ou numa imagem mental, acontece na carne” (DAMASIO, 2012, p. 17). Em outro estudo, Damasio vai além, enaltecendo o saber ancestral que já aludia a essa configuração:

Assombro-me com a sabedoria antiga de designar o que hoje denominamos mente pela palavra psique, que também era usada para denotar respiração e sangue. Penso que o fluxo e refluxo de estados internos do organismo, altamente reprimido, controlado de modo inato pelo cérebro e dentro deste continuamente sinalizado, constitui o pano de fundo para a mente e, mais especificamente, o alicerce para a entidade difícil de definir que denominamos self. Julgo ainda que esses estados internos — que ocorrem naturalmente ao longo de um espectro cujos extremos são a dor e o prazer e que são causados por objetos e eventos internos ou externos — tornam-se significantes não verbais, impremeditados, da boa ou má qualidade das situações, relativamente ao conjunto de valores inerente do organismo. (DAMASIO, 2015, pp. 47-48).

Em um trabalho mais recente, Damasio (2022) traz evidências sobre outro fenômeno de integração entre corpo e psique aludido por Jung, que são as alterações fisiológicas que acontecem a partir dos afetos. Segundo o neurocientista, “respostas emotivas modificam o organismo e, como consequência, mudam o que deve ser convertido em imagens” na mente, o que faz integrar os aspectos

emocionais às dinâmicas de homeostase do corpo, fazendo emergir “estados afetivos correspondentes ao processo”. (DAMÁSIO, 2022, pp. 65-66)

Essa abordagem contemporânea da neurociência embute uma alusão à incompatibilidade entre a lógica cartesiana de separação entre corpo e mente e a condição viva do ser humano que revela em sua complexidade. Damasio (2012, 2015, 2022) tem se dedicado a escrever a respeito das integrações fundamentais para o ser humano, como entre mente e corpo, emoção e racionalidade, fisicalidade e aprendizagem.

Uma concepção mais integrada do humano tem sido foco de atenção também da filosofia e encontra em Edgar Morin voz emblemática do chamado pensamento complexo. Morin (2015) alerta que o paradigma cartesiano segue um princípio de disjunção que isolou entre si os três grandes campos do conhecimento científico: Física, Biologia e Ciências Humanas. Como desdobramento, reduziu o complexo da vida ao simples, levou à hiperespecialização do pensamento e a um ordenamento da realidade cada vez mais matemático. Vem daí uma fragmentação do tecido complexo do vivo e perde-se de vista a conjunção do uno e do múltiplo, assim como a conexão entre observador e o que se observa, afirma Morin (2015).

Esse panorama combina com as suspeitas de Jung de que o ser humano deveria ser compreendido a partir da integração psique e corpo e não mais pela separação desses elementos, conforme mostro na seção anterior.

A percepção mais conectiva do binômio corpo-mente tem sido foco também das ciências sociais num movimento de valorização de saberes fora da lógica ocidental cartesiana, especialmente aqueles vindos do Hemisfério Sul. É o que advoga Santos (2018) ao apontar para a incompatibilidade entre assimilar o corpo em toda sua densidade emocional e a tendência do pensamento ocidental tornar o corpo um objeto de estudos antes de abraçá-lo, sem concebê-lo, portanto, como uma narrativa somática. (SANTOS, 2018 p. 88)

Para o autor, o corpo é vítima do epistemicídio promovido pelo pensamento cartesiano, que despreza ou elimina tudo o que não se encaixa em sua formatação. Assim, o corpo se torna uma presença ausente e a emancipação corporal e a subversão tornam-se impossíveis, mesmo quando o corpo produz um discurso de emancipação e subversão. (SANTOS, 2018 p. 88)

Essa emancipação social relacionada a uma retomada da presença do corpo como parte da vitalidade do sujeito corrobora fortemente com a ideia de Jung (2013b, p. 161) de que o processo de individuação se faz a partir do self e no movimento de integração de conteúdos inconscientes ao consciente, e cujas especificidades dialogam tanto com a integração psique-corpo-ambiente como com as dinâmicas sociais do mundo em que se vive.

Finalmente, faço referência ao campo da educação somática, que abarca técnicas de consciência corporal e organização do movimento criadas a partir de meados do século XX. Essas abordagens aos

poucos conformam um campo de conhecimento que associa reflexões sobre o corpo integrado à experiência viva dessa condição, conforme apresenta Lima (2023).

Essas reflexões e abordagens técnicas visam acessar o fenômeno corporal percebido de dentro, assim como seu aspecto relacional com o outro e a perspectiva de observação externa dos corpos enquanto objetos do mundo. “Penso que a educação somática se relaciona com uma ideia de educação libertadora, geradora de autonomia”, explica Lima (2023, p.63), para quem o cerne das práticas e reflexões somáticas está na experiência corporal.

É um movimento de resgate do aspecto integrado do ser humano: “Quando negamos nossa existência corporalizada e visceral, nos fechamos ao atravessamento das forças do mundo em nós e passamos a viver apenas dentro de nossas cabeças” (LIMA, 2023, p.284).

Reconheço aí uma sinalização de quão importante é tirar o corpo de um lugar coadjuvante na prática psicoterapêutica, especialmente no contexto das mudanças climáticas, em que o corpo é atravessado por imagens que estão para além dos limites da razão.

Nesse sentido, o trabalho com a psique através do corpo, é possibilidade de mobilizar a energia psíquica da totalidade do indivíduo de forma lúdica, permitindo ao ego se relacionar com sensações e imagens evocadas nesse momento. Ajuda o ego no gerenciamento dos complexos de forma menos unilateral. O Self usa o corpo para tirar o ego do monoteísmo da razão. (MALUF, 2023, p. 66)

E essa inclusão da potência da fisicalidade na abordagem psicoterapêutica, a partir de seu entrelaçamento no Self, é também uma oportunidade de construção simbólica:

O corpo é um espaço no qual a subjetividade se expressa através da linguagem simbólica e sensível, pode ser percebido como parte da vida psíquica e como meio de ligação com o Self, isto é, a totalidade. A utilização dos trabalhos corporais faz parte da proposta e pensamento junguiano, as práticas criativo-corporais e meditativas aparecem como método e instrumental de acessibilidade e elaboração de conteúdos do inconsciente pela via de expressão simbólica, de desenvolvimento do ser e integração. Processos psíquicos e corpóreos são processos essencialmente interligados, e assim, pode-se depreender que essas práticas devem influir na autoregulação e equilíbrio orgânico, bem como, contribuição no processo de individuação, ou seja, na realização do si-mesmo e na totalidade. (SOUZA, 2020, p.33)

4.2.2 Referências contemporâneas sobre a integração humano-natureza

Assim como observei em relação à integração corpo-mente, a percepção de Jung sobre a integração entre sujeito e ambiente é foco hoje de diferentes áreas do conhecimento que corroboram as reflexões de Jung no século passado. Nesta seção, trago enfoque para o binômio corpo-ambiente, que não é tratado diretamente por Jung, mas implícito em passagens que apresentei na seção 4.1. De modo análogo, a psique não é o foco primordial da reflexão dos autores a seguir. Mas como binômio que compõe a tríade psique-corpo-mente e como referência fundamental para as reflexões contemporâneas sobre ecologia, entendo que merece o espaço. Na próxima seção lanço olhar específico ao binômio psique-ambiente.



Destaco primeiramente o campo ecologia profunda e áreas afins, que dialoga com a ideia de sustentabilidade e que tem como um de seus fundamentos a noção de interdependência entre humanos e natureza. Entre uma grande diversidade de conceitos nesse campo vale destacar um que se tornou uma referência seminal. Trata-se da Hipótese Gaia (LOVELOCK, 1998), que reconhece uma interação dos organismos na Terra com os arredores inorgânicos, formando um sistema complexo autorregulador que contribui para manter as condições para a vida no planeta.

Desse modo, a Terra seria mais do que um lugar habitado por seres vivos, constituiria um grande organismo do qual o ser humano faz parte e depende, ao mesmo tempo em que impacta e influencia. Ou seja, as mudanças nesse grande sistema impactam o ser humano em todos os seus aspectos, inclusive na psique. E a expressão da psique humana em ações exerce modificações sobre o sistema.

Os princípios trazidos pela Hipótese Gaia, bem como seus vieses sócio históricos, foram analisados com o tempo pelo prisma de outras leituras da realidade, que ajudaram a atualizar o conceito e associá-lo a perspectivas sociopolíticas e econômicas, com destaque para as Alternativas Sistêmicas: “(...) quando falamos em construir alternativas sistêmicas, estamos nos referindo não apenas à superação do capitalismo, mas a estratégias que sejam capazes de enfrentar e superar o patriarcado, o produtivismo-extrativismo e o antropocentrismo” (SOLÓN, 2019, p.15). Ou, ainda, perspectivas mais críticas como a de Ferdinand (2022, p. 349), que entende o confronto com as degradações ambientais da Terra como continuidade das lutas antirracistas, decoloniais e feministas, que reintegram corpo e natureza num movimento que se afasta do ambientalismo original, pregador de paraísos sem pessoas.

Para o presente estudo, tenho interesse particularmente em como a concepção dessas leituras dialogam em graus diferentes com modos de povos originários compreenderem a relação humano-natureza, algo que já chamava a atenção de Jung e que ele indicava como aprendizado para civilização moderna. Um autor que dá voz a essa visão é Ailton Krenak:

Fomos, durante muito tempo, embalados com a história de que somos a humanidade e nos alienamos desse organismo de que somos parte, a Terra, passando a pensar que ele é uma coisa e nós, outra: a Terra e a humanidade. Eu não percebo que exista algo que não seja natureza. Tudo é natureza. O cosmos é natureza. Tudo em que eu consigo pensar é natureza. (Krenak, 2020, p.5)

Quando leio a respeito do entrelaçamento entre sujeito e ambiente nas palavras de diferentes autores percebo com frequência referências como a de Krenak, que falam também de uma perspectiva experiencial. O que, por sua vez, dialoga com a ideia de Jung (2013b, p. 128) do desenvolvimento da psique a partir da experiência. Neste sentido, trago aqui uma reflexão de Klauss Vianna, educador somático que explicita como a experiência da interação entre psique e ambiente se faz sentir no corpo:

Resumido em compressão e expansão, o movimento humano tanto é reflexo do interior do homem quanto tradução do mundo exterior. Tudo que acontece no universo acontece comigo, e com cada célula do meu corpo. A espiral crescente, o universo, tem um ponto de partida em cada um de nós, e é do nosso interior, da nossa concepção de tempo e espaço, que

estabelecemos uma troca com o exterior, uma relação com a vida” (VIANNA, 2005, p.101-103).

Noto como essas referências se aproximam bastante de reflexões de autores que fundamentaram a fenomenologia – linha de pensamento que teve bastante influência sobre Jung. Uma ilustração pertinente vem com a reflexão de Bergson sobre a relação entre o corpo e as coisas condicionando a interação do ser humano com o ambiente: “Pois se nosso corpo é a matéria à qual nossa consciência se aplica, ele é coextensivo à nossa consciência, ele compreende tudo que percebemos, ele vai até as estrelas” (BERGSON, 1948, p. 138). Na mesma linha, Merleau-Ponty faz a seguinte provocação: “Eu organizo com meu corpo uma compreensão do mundo, e a relação com o meu corpo não é a de um Eu puro, que teria sucessivamente dois objetos, o meu corpo e a coisa, mas habito o meu corpo e por ele habito as coisas” (MERLEAU-PONTY, 1971, p. 106).

As contribuições da fenomenologia e do pensamento junguiano indicam outras possibilidades de inclusão do corpo-natureza em seu diálogo com a psique, no contexto clínico:

É o corpo que expressa sintoma como linguagem e expressão criativa do inconsciente. É a expressão do homem no mundo, que carrega em si o corpo simbólico, social e histórico. Tudo é parte da totalidade e se manifesta em vida, que é movimento e não permite estagnação. Partimos da totalidade do sistema solar para o planeta, os continentes, os países, estados, bairros, associações, famílias, casais e indivíduo, onde tudo contém e está intimamente relacionado com tudo. Todos se relacionam e falam muitas línguas que, em algum nível, são universais e, portanto, comuns, formando assim um corpo maior, com consciência mais ecológica no sentido de reconhecimento e proximidade, estreitando a ligação de um corpo com todos os outros e com a Terra. (MALUF, 2023, p. 33)

Por fim, cabe identificar que – seja na filosofia, nos saberes ancestrais ou nas ciências ambientais – o pensamento contemporâneo que assimila a integração psique-ambiente expressa uma percepção da vida que já é natural da existência corporal, pela qual as emoções, a fisicalidade e o ambiente encontram-se em diálogo constante e interdependente, conforme nos traz a neurociência:

Em outras palavras, o “propósito” biológico das emoções é claro, e as emoções não são um luxo dispensável. As emoções são adaptações singulares que integram o mecanismo com o qual os organismos regulam sua sobrevivência. Mesmo sendo, na escala evolutiva, bastante antigas, as emoções são um componente de nível razoavelmente superior dos mecanismos de regulação da vida. (DAMÁSIO, 2015, p. 78).

4.2.3 Referências contemporâneas sobre psique e ambiente

Na primeira parte da discussão apresentei alguns elementos que fundamentam o entendimento de Jung de que o ambiente integra a totalidade expressa pelo self e, desse modo, está entrelaçado à psique. Elenquei como pontos de destaque: a influência das dinâmicas biológicas sobre o ser humano, não apenas em seu interior; a energia vital como parte dos fluxos da natureza; a cosmovisão do sujeito compondo a psique; e as reverberações das dinâmicas do mundo sobre a sociedade e o sujeito – a exemplo das mudanças climáticas hoje.

Enquanto para os outros dois binômios da integração psique-corpo-ambiente apontei correspondências entre a teoria junguiana e conceitos em diferentes áreas de conhecimento –que não se baseiam em Jung, necessariamente – no caso específico da relação psique-ambiente as ideias do autor são base para uma nova perspectiva que nasce no fim do século XX. Intitulada ecopsicologia, ela leva em conta também a experiência humana frente às crises ambientais, além da fenomenologia e de conceitos da ecologia profunda.

Uma obra referencial dessa área de conhecimento é *Gaia Rising*, de Elisabeth Ryland. Ela faz um resgate de autores que construíram essa vertente neojunguiana, mostrando como a obra de Jung dialoga com a natureza e, assim, dá suporte para a compreensão de como aspectos simbólicos podem ser reconhecidos em representações da ecologia e do meio ambiente; como a destruição ambiental se relaciona à psique; e como os arquétipos se relacionam à sustentabilidade.

Para o foco deste trabalho, lanço um olhar para o que entendo como a perspectiva principal da ecopsicologia, que é o entendimento de que a dissociação humano-natureza gera complexos, tal como acontece nas relações humanas (RYLAND, 2000).

A autora aponta para um quadro de sentimento individual de desamparo e falta de controle e indica que frente à presença crescente de perigos ambientais, as pessoas respondem tipicamente com passividade, ao mesmo tempo que mostram grande tendência de ansiedade, medo, pessimismo e desamparo. Arranjo que torna insuficiente a abordagem racional sobre a questão. Como desdobramento surgem as iniciativas de ecopsicólogos, que olham para a ligação entre o planeta e a psique, e ecoterapeutas, que trabalham com sentimentos ambientais com o propósito de curar tanto a mente como o ambiente. (RYLAND, 2000, p 382)

A autora mostra também a importância da construção simbólica, considerando contextos individual e coletivo, a partir do diálogo como a natureza. Bem como o reconhecimento de imagens arquetípicas, sendo a mais forte delas a da própria Terra enquanto Gaia – tanto aquela vista do espaço como aquela apresentada pela Hipótese Gaia:

(...) Nessa perspectiva, a vida não se adaptou a condições planetárias mas constitui um super organismo auto-regulado que define e mantém as condições necessárias para a sobrevivência – uma ideia bastante maternal. Essa teoria se qualifica como um símbolo junguiano. A linguagem usada por Lovelock testemunha a iluminação e fascinação que emanam do arquétipo manifesto. Gaia também evoca a totalidade do arquétipo da Mãe Terra, contendo os opostos nutrição-destruição implicados no maternal. Gaia não é uma mãe frágil e delicada sob a ameaça de uma humanidade brutal. Gaia é uma cuidadora terna e dura, que mantém o mundo quente e confortável para aqueles que obedecem as regras, mas é implacável para transgressores. (RYLAND, 2000, p. 390)¹

¹ Livre tradução para o trecho a seguir: “(...) In this view, life did not adapt to planetary conditions but rather constitutes a part of a self-regulated super organism that defines and maintains the conditions necessary for survival – a very maternal idea. The theory qualifies as a Jungian symbol. The language used by Lovelock testifies to the illumination and fascination emanating from the manifested archetype. Gaia also evokes the totality of the archetype of Mother Earth by containing both the nourishing and the destructive opposites implied in maternal. Gaia, to Lovelock (1988, p.212), is no doting mother or fragile and delicate damsel in danger from brutal mankind. Rather, Gaia is a stern and tough parent who keeps the world warm and comfortable for those who obey the rules but is ruthless toward transgressors.”

A ecopsicologia segue princípios da ecologia profunda ao ressaltar a importância de um deslocamento da lógica antropocêntrica para a ecocêntrica, e defender uma identificação profunda do humano com a natureza, explica Ryland (2000, p. 393).

Observo aqui que, embora a ecopsicologia tenha constituído um campo dedicado à reflexão e à prática em torno da relação psique-ambiente, existem referências a respeito fora desse campo, ainda que continuem a beber em Jung, conforme aponta o educador e psicólogo analítico Alisson Duarte: “Afinal, por meio da psicologia profunda de Jung, percebe-se que a realidade interna dos seres humanos está estreitamente fundamentada sobre as bases e leis que regem a realidade cíclica da natureza e ligada a elas” (DUARTE, 2017, p. 17).

E é neste sentido que a relação psique-ambiente contida no self é uma referência fundamental para o entendimento das mudanças climáticas como fenômeno contemporâneo:

A crise ambiental reflete o estado da psique humana. Tudo o que pertence à realidade externa ocupa em nós um lugar interno: o sol, a lua, a água, as plantas, os animais, tudo vive em nós, na forma de arquétipos que povoam nosso mundo intrapsíquico por meio de imagens, símbolos e valores. (DUARTE, 2017, p. 6)

É possível reconhecer aí uma referência implícita ao corpo nessa relação com a psique e o ambiente. Esse tipo de referência implícita surge com alguma frequência também nas reflexões da ecopsicologia, conforme apresentada por Ryland (2000). Entretanto, em qualquer caso, não se costuma localizar nem se aprofundar acerca dos modos pelos quais o corpo – elemento essencial da totalidade do self que também envolve psique e ambiente – potencializa o processo de reintegração ou se revela fundamental para que ele aconteça. No caminho do que Duarte (2017, p. 8) valoriza na ótica de Jung: “a psicoterapia não era vista apenas como um processo de eliminação de sintomas, mas sim um direcionamento do paciente a uma renovação de atitude frente à própria vida”.

Na próxima seção lanço um olhar sobre essa integração, reunindo e aproximando os diferentes argumentos apontados nesta seção, à luz da percepção de Jung sobre self e totalidade. E trazendo como norte a epistemologia ecossomática.

4.3 TOTALIDADE E ECOSSOMÁTICA

As mudanças climáticas trazem a necessidade de uma abordagem mais integrada do ser humano que sofre seus efeitos, incluindo modos de cuidado que considerem o contexto da crise socioambiental. Neste sentido, as concepções de Jung acerca do self enquanto totalidade que integra psique, corpo e ambiente são referências valiosas, ao lado de novos conceitos em outras áreas de conhecimento que confirmam, complementam e amplificam suas proposições.

Tanto na obra de Jung como nas referências contemporâneas que corroboram seus argumentos observo uma exploração teórica dos elementos da totalidade a partir de binômios (psique-corpo,

psique-ambiente, corpo-ambiente), como mostro anteriormente. Há, entretanto, um novo campo de estudos que propõe uma reflexão integrada sobre corpo, mente e natureza, bastante afim com o debate sobre o elo entre humanos e mudanças climáticas. É um caminho complementar às concepções junguianas sobre o self – no sentido reflexivo e da clínica.

Esse movimento epistemológico denominado ecossomática se constitui a partir do século XXI apoiado em referências como a fenomenologia, a psicologia analítica, a educação somática, a complexidade, a ecologia profunda e as artes. O foco da ecossomática é conciliar teoria e prática em torno da conexão entre fisicalidade e mente como expressão de uma inteligência própria do corpo que se origina da relação íntima entre *soma* e ambiente, conforme explica Billo (2011). Tal condição remonta ao fato do corpo ter se desenvolvido ao longo de milhares de anos junto à natureza, a partir de experiências comuns que estão na raiz de arquétipos que atravessam a psique humana:

Mas a dimensão arquetípica não resguarda somente a psique, mas envolve na sua manifestação todo nosso organismo. O nosso corpo evoluiu em estreita relação com o ambiente natural, o que comportou uma contínua adaptação ao ambiente, para a qual houve uma contínua especialização de esquemas corporais adaptados à sobrevivência. (BILLO, 2011, p. 2)

Neste sentido, Billo (2011) associa a locomoção, a apreensão, a vocalização e outros repertórios fisiológicos do corpo como expressões arquetípicas da fisicalidade humana. Neste contexto, segundo o autor, a ecossomática considera que modelos mentais de separação entre corpo e mente geram malefício enorme ao ser humano, pois o desassocia de sua origem arquetípica multidimensional. Entendo que seria um afastamento da ideia de autorrealização como finalidade da evolução tanto biológica, como psicológica (JUNG, 2013a, p. 58).

De outro lado, o resgate da integração corpo-natureza representa um impacto muito benéfico à psique: a ecossomática valoriza o corpo criativo como um caminho de restabelecimento da conexão entre psique e ambiente, oferecendo base para a construção de uma nova ética em relação ao planeta e de um caminho para a saúde mental (BILLO, 2011).

Ao passo que diferentes autores mundo afora vêm se dedicando a refletir sobre o novo campo da ecossomática, a obra referencial sobre sua episteme é organizada por Banet, Clavel e Ginot (2019) e reúne artigos de diversos autores, alguns dos quais serão citados a seguir, com livre tradução do francês. Clavel e Legrand (2019, pp. 23-44) aclaram que, ao aliar reflexão à prática, a ecossomática busca deslocar a compreensão da experiência corporal de um aspecto apenas sensorial para um fenômeno maior que gera construção de sentidos.

Por exemplo, quando identifica a respiração não só como ação individual de manutenção da vida, renovação de estados internos, meditação e bem-estar. Mas também "prática coletiva de continuidade com o mundo" (CLAVEL E LEGRAND, 2019, p. 28). Ou encarando o corpo como um ecossistema interior, valorizando a ontogenética como elemento de uma ancestralidade humana que

vai para além dos primatas. A experiência somática como "caminho de mudança da relação com o mundo" (CLAVEL E LEGRAND, 2019, p. 43).

Neste contexto, Clavel e Legrand (2019) aludem à filosofia de Bruno Latour para indicar a abolição da fronteira entre interior e exterior, já que a ecologia é condição básica para a existência do corpo no mundo (Clavel e Legrand, 2019, p. 48). A "interioridade somática" ao mesmo tempo é continuidade do ambiente, integra o vivo e o relacional.

"O corpo aprende por meio dos afetos e se relaciona comunicando", afirma Rolnik (2019, p. 193) ao explicar a ideia de transverberação e saber do corpo. Desse modo, a integração corpo e ambiente aponta para o espaço como lugar da práxis e do cuidado, e o ambiente como a dimensão do comum (SALVATIERRA, 2019, pp.241-250).

Ao refletir sobre as ideias da ecossomática e trazê-las para o contexto brasileiro de ideias sobre corpo, ecologia e relações humanas, Lima (2022) faz a seguinte afirmação: “Nosso corpo nos integra a um ecossistema abrangente e é um canal direto para o cultivo de vínculos com a vida de outros viventes humanos e mais que humanos” (LIMA, 2022, p. 293)

Essas referências filosofam sobre a tríade psique-corpo-ambiente que é foco da ecossomática e se aproxima do entendimento de Jung sobre self enquanto totalidade. Mas o elemento distintivo da ecossomática é o entrelaçamento da reflexão com a experiência corporal (BANET, CLAVEL E GINOT, 2019). De um lado, toda experiência somática revela expressões da psique em diálogo com o ambiente; de outro, toda elaboração mental sobre o self pode ser transformada em experiência corporal, ajudando a compreensão pelo corpo.

É nesse ponto que a ecossomática oferece à clínica junguiana mais do que um ângulo adicional para entender o self enquanto totalidade. Ela lança novas referências para o trabalho clínico, dentro da orientação de Jung (2013b, p.128) de “compreender pela experiência”. O fio condutor é a noção da interioridade e seu apoio a diversas técnicas de educação somática que desenvolvem a capacidade humana de perceber, vivenciar e guiar-se pelo universo de sensações, fluxos, camadas, estruturas e ciclos do corpo. Não só reconhecendo a fisicalidade desses elementos, mas também as imagens a eles associadas, o que torna a experiência da interioridade um fenômeno de construção simbólica, segundo Banet, Clavel e Ginot (2019)

O Feldenkrais e o Body-Mind Centering são dois exemplos de técnicas explorados em “Ecosomatiques”, que elenca práticas somáticas, de meditação, de esporte e das artes como possibilidades para a “escuta de si e do ambiente” (HAARD, 2019, p. 94). A importância dessas experiências para o presente debate é que materializam o conceito de self enquanto totalidade, deslocando-o do lugar das ideias para algo que se vive de fato e conscientemente.

Constitui assim dimensão de autoconhecimento, pertencimento e empoderamento, o que indica uma qualidade somatopolítica do corpo, segundo Clavel e Legrand (2019, p. 50-59). E o diálogo

dentro-fora como uma emanção ética da integração corpo-mente-ambiente (YADORI-GAUTHIER, 2019, p. 66-75).

Interessante notar como as duas palavras-chave são justamente as que ficam ausentes quando o tema é ecoansiedade. Uma grande angústia climática vem da incerteza frente a eventos extremos, trazendo sentimento de desagregação em relação ao local em que se vive e também de impotência frente à magnitude do desafio que impõe (HICKMAN et al, 2021).

Para além desse elemento de reorganização interna – física e psíquica – existem outros associados à interioridade que dialogam com o postulado antinômico de Jung (2014, p. 39) que vislumbra o mundo como fenômeno psíquico. Segundo Vadori-Gauthier (2019), a prática somática traz desdobramentos que vão além do sujeito e abarcam a ética e a coletividade, ao despertar o sentimento do humano integrado ao seu redor. Ao mesmo tempo, aprendizados somáticos são transpostos ao cotidiano e contaminam outros à volta (HAARD, 2019, p. 109).

Em tempos de mudanças climáticas, o reconhecimento da interioridade como ecossistema psicofísico e como extensão do ambiente fortalece o grau de implicação do sujeito na natureza, seja para reconhecer como contribui para gerar impactos no ambiente, seja para construir modos de existir compatíveis com a natureza em harmonia.

Quando desvalorizamos o saber do corpo, nos privamos de um canal primordial de conexão com uma ecologia muito maior do que nós. Esta alienação do próprio corpo pode levar ao esquecimento da relação de reciprocidade e de dependência que temos com toda a comunidade de seres viventes da terra. O projeto de objetificação se inicia na forma como lidamos com nosso corpo, e se estende a todos os seres e coisas do mundo, como se todas os fossem objetos determináveis, quantificáveis e hierarquizáveis, sem subjetividade e sem vida desejante, esperando para serem usados por nós. (LIMA, 2022, p. 283)

As referências que trago aqui corroboram a concepção junguiana de self enquanto totalidade. Neste sentido, a ecossomática vem como referência adicional e potencializadora para a expansão do pensamento sobre self e totalidade, aproximando-o de novas ideias e práticas no contexto das mudanças climáticas e da reconexão entre humano e natureza.

5 CONCLUSÃO

No mundo contemporâneo a desestabilização de ciclos e ecossistemas na natureza vem se configurando cada vez mais como ameaça à qualidade de vida das pessoas no cotidiano, bem como à perpetuação da própria espécie humana na Terra, em longo prazo. Essa realidade que tem as mudanças climáticas como fenômeno mais evidente representa nova fonte de sofrimento para o ser humano (ecoansiedade). É o ápice do contexto alertado por Jung de que a dissociação entre humano e natureza gera perturbações psíquicas importantes.

Neste sentido, ao buscar entender como a perspectiva junguiana do self envolvendo psique, corpo e ambiente ajuda a lidar com o desafio das mudanças climáticas, encontro algumas contribuições

que me permitem verificar a hipótese inicial: (1) o conceito de totalidade apoia a leitura de contexto da crise climática, (2) o entendimento do self enquanto tríade psique-corpo-ambiente ajuda a compreender o sofrimento à emergência climática e (3) o conceito de self enquanto totalidade amplia as possibilidades da clínica psicoterapêutica de inspiração junguiana. Sempre a partir de um diálogo com ideias de autores contemporâneos em diferentes áreas de conhecimento, conforme o objetivo estabelecido para este estudo.

A seguir, esboço algumas noções para ilustrar cada um desses itens a partir das referências trazidas ao longo desse estudo. Estou ciente, no entanto, que um exercício mais detalhado e consistente mereceria mais espaço, bem como, deveria ser encaminhado a partir de recortes e contextos mais específicos.

Sobre a contribuição acerca da leitura de contexto, pontuo a perspectiva de Jung de que as grandes crises globais têm correspondência em perturbações psíquicas no sujeito. É o mundo como fenômeno psíquico e a mudança do clima como sintoma da relação do ser humano com o mundo, assim como acontece no corpo humano quando há perturbação psíquica do sujeito. Falo aqui da dissociação entre ser humano e natureza que se expressa na percepção de que o ambiente é um fornecedor de recursos e paisagens – uma objetificação da natureza que ignora seu caráter de organismo integrado do qual o humano é parte.

Reconheço aí um comportamento arquetípico de apropriação e destruição, cujos efeitos são potencializados pelo aumento populacional, a desigualdade, a injustiça socioambiental e a capacidade tecnológica do mundo atual.

Já sobre como a perspectiva do self enquanto totalidade ajuda a compreender o sofrimento associado às mudanças climáticas, destaco primeiramente o próprio afastamento do corpo simultâneo ao afastamento da natureza. Se o ser humano se priva de viver parte da sua totalidade, isso tende a gerar sofrimento. Nesse contexto, está também a libido enquanto integração entre energia psíquica e funções biológicas. Limitar esse fluxo, seja pelo impacto direto das mudanças climáticas, seja pelo receio de sua ocorrência, significa gerar sofrimento.

Aqui adiciono a possibilidade das mudanças climáticas como objeto em uma dinâmica de projeção, em que conteúdos inconscientes não integrados são associados à simbologia das mudanças climáticas, ainda que não façam parte de seu contexto. Fenômeno esse que pode estar associado a atitudes de negacionismo, prostração, raiva etc.

Neste sentido, destaco também o fenômeno da somatização, pelo qual surgem impactos mútuos entre corpo e a alma, seja a partir de um corpo que vive trauma e impactos físicos decorrentes de uma situação de evento extremo, seja a partir da alma que se afeta pelo que vive, pelo que vê, pelo que imagina, pelo que teme em relação às mudanças climáticas. Finalmente, faço referência a um ponto muito reforçado por Jung que é: a compreensão do si-mesmo deve ir para além do elo consciente-

inconsciente e abarcar a cosmovisão do sujeito. Os modos de cada um compreender o mundo ao redor podem influenciar o grau de sofrimento que emergente frente às mudanças climáticas.

Passo então ao terceiro ponto, que é a prática psicoterapêutica. A compreensão de que o self abarca psique, corpo e ambiente convida o terapeuta em tempos de mudanças climáticas a buscar abordagens que dialoguem com essa totalidade não apenas em discurso, mas com práticas que ativem a relação com o corpo e com a natureza. Uma referência valiosa neste sentido vem da ecossomática que propõe um diálogo entre diferentes técnicas de educação somática, interioridade do corpo e afetividade com ambientes naturais – tendo como foco trazer pertencimento, autocuidado, autoconhecimento, empoderamento.

Entendo que esse tipo de recurso – que pode ser tão diverso como práticas de respiração, atenção plena, automassagem, consciência corporal e do ambiente, mobilidade no espaço etc. – pode ser fundamental para situações de trauma, mas também para reconfigurar a experiência do humano no mundo e a experiência da natureza no humano. Assim como um caminho de construção simbólica adequado pode mobilizar a psique num processo interligado com o corpo e o ambiente, que pode ajudar a restabelecer fluxos da libido enquanto energia psíquica integrada a funções biológicas.

Ressalto aí a concepção de Jung sobre a psicoterapia não apenas como processo para debelar sintomas, mas também como direcionamento do cliente a uma reorganização de atitude frente à própria vida. Movimento que pode chegar a incluir a integração de conteúdos do inconsciente coletivo que trazem ancestralidade do humano enquanto espécie e do humano enquanto continuidade da evolução do planeta como um todo. É o convite que surge, por exemplo, no diálogo com o arquétipo de Gaia.

As possibilidades de leitura que trago para esses três grandes conjuntos são apenas referências de como a perspectiva do self enquanto totalidade pode ter um papel relevante no contexto das mudanças climáticas. O estudo que apresentei aqui tem um sentido de chamado para aprofundamentos em cada uma das frentes sugeridas – leitura de contexto, compreensão do sofrimento e práticas psicoterapêuticas – tanto a partir da obra de Jung, como incluindo referências de autores contemporâneos que dialogam com os conceitos do autor, em diferentes áreas de conhecimento.

Por fim, o convite é também de aplicação da perspectiva junguiana do self no contexto das mudanças do clima em outras áreas de atuação, como a educação, por exemplo. Se a crise climática é um desdobramento de modos de viver individual e coletivo estamos falando de uma crise de paradigma e, como tal, ela atravessa a sociedade como um todo, nas mais diferentes áreas. Em todas elas e para todos os seres humanos há um chamado, portanto, por uma outra cosmovisão conectando o planeta à condição integrada da existência humana que entrelaça psique e corpo ao ambiente.



REFERÊNCIAS

BARDET, M., CLAVEL, J., GINOT, I. *Ecosomatiques: Penser l'écologie depuis le geste*. Montpellier: Deuxième époque, 2019.

BERGSON, H. *Les deux sources de la morale e de la religion*. Paris: Les Presses Universitaire de France, 1948.

DAMASIO, A. *Descartes' error: Emotion, reason and the human brain*. New York: Avon Books, 2012.

_____. *Mente e consciência*, Ed. Kindle. São Paulo: Companhia das Letras, 2015.

_____. *Sentir e saber: As origens da consciência*. Ed. Kindle. São Paulo: Companhia das Letras, 2022.

DUARTE, A. Ecologia da alma: a natureza na obra científica de Carl Gustav Jung, pp 5-20. in *Junguiana: Revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Analítica – 1º sem 2017*. São Paulo: Sociedade, 2017.

FERDINAND, M. *Uma ecologia decolonial: Pensar a partir do mundo caribenho*. São Paulo: Ubu, 2022.

HICKMAN, C., MARKS E., PIHKALA P. ET AL. *Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: a global survey*. Lancet Planet Health. 2021; 5: e863-e873

IPCC. *Climate Change 2023: Synthesis report*. Contribution of working groups I, II and III to the Sixth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change. Geneva: IPCC, 2023.

JUNG, C.G. *A energia psíquica: A dinâmica do inconsciente (Obras completas de Carl Gustav Jung)*. Ed. Kindle. Petrópolis: Vozes, 2014.

_____. *A vida simbólica (Obras completas de Carl Gustav Jung)*. Ed. Kindle. Petrópolis: Vozes, 2015a.

_____. *Aion: estudos sobre o simbolismo do si-mesmo. (Obras completas de Carl Gustav Jung)*. Ed. Kindle. Petrópolis: Vozes, 2015b.

_____. *Interpretação psicológica do Dogma da Trindade (Obras completas de Carl Gustav Jung)*. Ed. Kindle. Petrópolis: Vozes, 2013a.

_____. *O homem e seus símbolos (Obras completas de Carl Gustav Jung)*. Ed. Kindle. Rio de Janeiro: Harper Collins Brasil, 2016a.

_____. *Psicologia do inconsciente: A dinâmica do inconsciente (Obras completas de Carl Gustav Jung)*. 8/1. Ed. Kindle. Petrópolis: Vozes, 2013b.

JUNG, C.G. *Sincronicidade (Obras completas de Carl Gustav Jung)*. Ed. Kindle. Petrópolis: Vozes, 2016b.

KRENAK, A. *O amanhã não está à venda*. Ed. Kindle. São Paulo: Companhia das Letras, 2020.

LOVELOCK, J. *Gaia: um olhar sobre a vida na Terra*. São Paulo: Edições 70, 2020.



MALUF, A.P. *Movimento corporal consciente na clínica junguiana*, 2023. Monografia – Curso de Especialização em Psicologia Junguiana – IJEP, São Paulo, 2023.

MERLEAU-PONTY, M. *Fenomenologia da percepção*. São Paulo: Freitas Bastos, 1971.

MOLINA, S. *Harmonia e desarmonia na tensão: Antinomia, enantiodromia e o Arco de Heráclito*. São Paulo: IJEP, junho 13, 2022. Updated janeiro 3, 2023.

RYLAND, E. *Gaia Rising: A Jungian Look at Environmental Consciousness and Sustainable Organizations.* Organization & Environment, vol. 13, no. 4, 2000, pp. 381–402. JSTOR, <http://www.jstor.org/stable/26161490>. Accessed 28 Aug. 2023.

SANTOS, B. *The end of the cognitive empire: The coming of age of epistemologies of the South*. Durham: Duke University Press, 2018.

SOLÓN, J. *Alternativas Sistêmicas*. São Paulo: Elefante, 2019.

SOUZA, I. *Teoria dos complexos e a psicossomática: As práticas corporais como caminho para integração psicofísica*, 2020. Monografia – Curso de Especialização em Psicologia Junguiana – IJEP, Brasília, 2020.

VIANNA, M. *A Dança*. Campinas: Papirus Editora, 2005.