



*Tema Livre*

## **O PAPEL DO ARTETERAPEUTA NO RESGATE DO SER BRINCANTE**

*Leiza Pereira*

Eu herdei de minha mãe o prazer de tricotar, crocheter, bordar, costurar e outros fazeres artesanais. Conheço bem esta minha capacidade de fazer pequenos mimos para uso pessoal e para presentes. Costumo chamar de “brincadeira” este meu momento de fazer artístico, pois não faço nada a sério, brinco com estas habilidades e com os resultados imperfeitos, diferente de um artista ou de um profissional da arte que busca a perfeição no seu produto final.

Convivo há muito tempo com esta minha capacidade de brincar e de fazer arte no bom sentido, bem como, conheço bem o impacto que causa esta prática na minha vida emocional, o quanto me acalma e me trás bem estar, assim como a certeza que existe em mim um potencial criativo que pode ser acessado a qualquer momento. Fui instigada por isto e pela minha profissão a auxiliar outras pessoas a ativarem em si este espaço criativo, com isto busquei a ponte com a psicologia e encontrei na arteterapia uma forma de integração.

De forma interessante, às vezes, esta energia do fazer artístico some, desaparece sucumbida por outros fazeres de ordem mais intelectual e prático. Sem desejo e vontade de brincar, faço a reflexão: O que está acontecendo? Onde foi parar a minha vontade de brincar? Que espaço interno ela se esconde? Como acessá-la novamente?

Consciente de que não sou a única a sentir isto, tenho certeza que muitas pessoas sentem a mesma coisa, passaram por esta sensação de terem se desconectado da energia criativa, por estarem trabalhando muito ou estudando demais. A vantagem, é ter a consciência e a experiência que desta energia criativa, que ela existe e que está dentro da gente precisando ser acessada a qualquer momento. Para quem tem algum autoconhecimento e conhece os movimentos da energia psíquica, sabe que esta energia criativa existe e pode estar por alguma razão adormecida em algum canto interno e que talvez esteja precisando de uma estímulo para que seja desperta. Outras pessoas no entanto, desconhecem totalmente esta capacidade criativa, nunca a acessaram e sentem-se incapazes e descrentes de que são capazes de criar algo, ou ainda de construir uma ponte de acesso à criatividade.

Na nossa experiência clínica percebemos bem esta oscilação de energia, ou até mesmo a dificuldade do paciente de acessar em si sua energia criativa. Também observo isto na minha experiência como Coach. Realizo um trabalho juntamente com clientes vindos do mundo corporativo e que estão questionando a sua própria carreira, buscando novas formas de atuar profissionalmente. Quase sempre estão no limite do estresse e bastante insatisfeitos com a atividade que exercem.



Quando conversamos sobre esta energia criativa, o lado lúdico, a brincadeira, muitos não sabem nem do que se trata. Quando os questiono sobre hobbies e o que eles fazem nas horas vagas, alguns dizem que vão à academia e outros mencionam que gostam de ler, e outros ainda o prazer pelo cinema, teatro ou vida cultural, o que se aproxima mais de um fazer criativo, pois, fazer ginástica apesar de fazer bem ao físico, está distante de ser uma atividade de acesso à criatividade.

Convido-os à reflexão sobre o que é ter um hobby, o que é dar espaço a esta energia criativa através da arte nas suas diversas formas de expressão e manifestação, como a cerâmica, pintura, dança, desenho, poesia, entre outras. Para a maioria esta linguagem é desconhecida e de difícil execução e eles expressam que não se sentem capazes de criar ou de realizar algum fazer artístico.

Hoje o mundo corporativo valoriza muito a função pensamento e sensação e mesmo aqueles que são intuição e sentimento acabam se adaptando às exigências do mercado, quase sempre polarizando na função pensamento, e quando não suportam mais física e emocionalmente, têm o desejo de largar tudo, e começarem uma nova atividade, preferencialmente menos intelectual e com menos cobranças. Algumas vezes, os relatos que trazem para um processo de coaching são o de abandonar a carreira que exercem e buscar algo mais leve, mesmo que não seja igualmente rentável.

Ouvimos ou lemos muitas destas histórias, quase sempre as de sucesso. Mas muitas outras, que nem sempre são divulgadas, são de total insucesso, levando o profissional a um sentimento de derrota, tristeza, sentindo-se totalmente perdido, sem saber como recomeçar, além do prejuízo financeiro.

Jung nos presenteia com uma história que poderia estar sendo relatada nos dias de hoje nos nossos consultórios e que ilustra muito bem este desequilíbrio de energia: (1974, p.396)

“O caso de um tipógrafo que, depois de vinte anos de árduo trabalho na situação de humilde empregado, atingiu a posição de proprietário de um estabelecimento muito importante. Seu negócio progrediu, ampliou-se e chegou a um ponto em que a pessoa se deixou dominar pelo interesse que nele havia posto, a um extremo tal que, por causa desse grande empenho, anulou todos os seus interesses secundários. Acabou devorado por essa preocupação. Isso aconteceu da seguinte maneira: como compensação inconsciente do seu interesse exclusivo nos negócios, foram reavivadas certas recordações de sua infância. Tinha então um prazer enorme em pintar e desenhar. Ora, em vez de deixar que essa capacidade se desenvolvesse como ocupação secundária de compensação, canalizou-a para seu negócio e começou a fantasiar a transformação “artística” de seus produtos. Infelizmente, as fantasias convertem-se em realidade. Começou, de fato, a produzir de acordo com o seu gosto infantil e primitivo, disso resultando que, em poucos anos, as dívidas eram tantas que



faliu. Agira em obediência a um dos nossos “ideais de cultura”, segundo o qual o homem ativo e energético deve exclusivamente concentrar-se na consecução de uma única finalidade. Mas neste caso a medida transbordou e a pessoa foi vítima do poder de solicitações subjetivas e infantis.

O desfecho catastrófico também pode ser de uma espécie subjetiva, adotando a forma de um colapso nervoso. Isto ocorre sempre que a reação inconsciente é capaz de paralisar, finalmente, a ação consciente. Neste caso, os requisitos do inconsciente impõem-se de modo categórico à consciência, dando assim lugar a uma divergência funesta que, em geral, revela-se por uma perda de noção do que realmente se quer, por uma ânsia ou uma inapetência exagerada de coisas que são totalmente inacessíveis ou impossíveis. Por razões culturais, a muitas vezes necessária opressão dos requisitos infantis e primitivos leva facilmente à neurose ou ao abuso de substâncias entorpecentes, como álcool, a morfina, a cocaína, etc..”

Este relato de Jung é absolutamente atual, pois, temos dados de pesquisa que nos indicam a elevação do índice de depressão e do uso de drogas na realidade organizacional e corporativa.

O que observamos hoje é que as pessoas estão cada vez mais distanciadas de sua energia criativa, realizando diversas tarefas, trabalhando, pagando contas, lutando pela sobrevivência e não se dão conta do desequilíbrio energético causado pela displicência que têm com relação ao ser brincante que existe em cada um de nós.

O documentário Tarja Branca, aborda brilhantemente o tema da polarização da energia do pensamento e da sensação, tão valorizada nos dias de hoje, em detrimento da função intuição e sentimento. O documentário aborda a questão e também colocam a reflexão de como devemos resgatar o espírito lúdico e criativo que existe no ser humano, através da brincadeira.

A ideia do documentário é trazer através do depoimento de várias personalidades, como artistas, pedagogos, dançarinos, entre outros, a importância do brincar, de resgatar o ser brincante que existe em cada um de nós e que de forma arquetípica se manifesta na arte popular brasileira. Trás a tona a reflexão de como despertar o ser brincante, a criança interior criativa que existe em nós e que está adormecida, engolida por este tipo de vida racional e mais intelectual que estamos valorizando atualmente. Vida estressante, séria demais, tendo que trabalhar muitas horas por dia, com pouca liberdade, muitas obrigações e quase nenhum, ou mesmo nenhum espaço de brincadeira. O documentário é uma “Ode ao Ser Brincante”.

O termo brincante é utilizado no nordeste pelos artistas populares, nas suas diversas expressões, dança, música, artes plásticas, poesia, etc. Os artistas populares não se denominam músicos ou atores e sim “brincantes”, brincam com a arte de se expressar. São homens e mulheres que brincam o Reisado, O



Caboclinho, os Maracatus, os Bumba meu boi, Cirandas, entre outras brincadeiras do folclore brasileiro.

O escritor e intelectual brasileiro Ariano Suassuna, com a criação do Movimento Armorial, teve como objetivo criar uma arte erudita, a partir de elementos da cultura popular do nordeste brasileiro. Tal movimento procura orientar para esse fim todas as formas de expressões artísticas: música, dança, literatura, artes plásticas, teatro, cinema, cordel, arquitetura, entre outras expressões. Como explica Ariano Suassuna. (Jornal da Semana, 20 de maio de 1975 )

""A Arte Armorial Brasileira é aquela que tem como traço comum principal a ligação com o espírito mágico dos folhetos do Romancelheiro Popular do Nordeste (Literatura de Cordel), com a Música de viola, rabeca ou pífano que acompanha seus ""cantares"" , e com a Xilogravura que ilustra suas capas, assim como com o espírito e a forma das Artes e espetáculos populares.

Ariano Suassuna é aclamado como um artista completo, escrevia e também criava nas artes plásticas, fazendo uma ponte com o outras formas de criatividade.

Brincar é um ato arquetípico manifestado pelo homem tanto para auto conhecimento quanto para se relacionar com o mundo. No Brasil temos muitas formas de brincar, além das já citadas, temos o carnaval que é o cenário mais atraente para o brincante entrar em cena. Hoje talvez, o futebol desempenhe o mesmo papel.

O aspecto lúdico , para o contexto analítico e para a arteterapia, é fundamental para a natureza humana como uma forma de elaboração das emoções escondidas nos recônditos do inconsciente. C.G.Jung nos relata sua experiência pessoal de como ele elaborou brincando a ponte com a criança que nele existia, em seu livro Memórias, Sonhos e Reflexões, quando no período do confronto com o inconsciente em que as imagens emergiam para o seu consciente.(1963,p.154 e 155)

“Abandonei-me assim, conscientemente, ao impulso do inconsciente. A primeira coisa que se produziu foi o aparecimento de uma lembrança da minha infância, talvez dos meus dez ou doze anos. Nesta época eu me entregava apaixonadamente a brinquedos de construção (...) “Ah, ah, disse a mim mesmo, aqui há vida! O garoto anda por perto e possui uma vida criativa que me falta. Mas como chegar a ela?” Parecia-me impossível que o homem adulto transpusesse a distância entre o presente e meu décimo primeiro ano de vida. Se eu quisesse, entretanto, restabelecer o contato com essa época de minha vida, só me restava voltar a ela acolhendo outra vez a criança que então se entregava aos brinquedos. (...) Todos os dias depois do almoço, se o tempo permitia, eu me entregava ao brinquedo de construção. (...) Com isso meus pensamentos se tornavam claros e conseguia aprender de modo mais preciso as fantasias das quais até então tivera apenas um vago pressentimento. (...)



Sempre que me sentia bloqueado, em períodos posteriores, eu pintava, ou esculpia uma pedra: tratava-se sempre de um rite d'entree que trazia pensamentos e trabalhos. Assim, por exemplo, tudo quanto escrevi este ano.

Mas o que esse ato tão arquetípico de brincar pode revelar sobre nós e sobre o mundo em que vivemos? Como fazer a ponte com o ser brincante nos dias de hoje? Como o homem contemporâneo se relaciona com esse espírito lúdico, tão essencial ao processo de autoconhecimento?

Estas são algumas reflexões que trago. Percebemos pelo relato de Jung que ele acolheu sua criança criativa conscientemente. Se não fizermos esta ponte consciente, de modo a conhecer e acolher a nossa o brincante, corremos o risco dela se apresentar de forma sombria e compensatória, tomando conta do ego e fazendo da brincadeira um pesadelo. Assistimos cenas sombrias no carnaval e nos espetáculos futebolísticos.

Deixo aqui mais uma reflexão importante. Qual o nosso papel como arteterapeuta no sentido de despertar o ser brincante dos nossos clientes? Será que olhamos mais para a doença/sintomas? Ou olhamos para o lado saudável? Como o documentário Tarja Branca recomenda, ao invés de psiquiatras, Rivotril, Frontal, Prozac e afins, a arteterapia chama ativa o ser brincante através da dança, pintura, música, rodas de samba, teatro e outras formas de expressão artística. A arteterapia e a cultura popular brasileira possui um leque de ofertas, muitas formas artísticas para uma conexão saudável com nossa alma.

Antonio Nóbrega, discípulo de Ariano Suassuna na divulgação da cultura popular brasileira e do Movimento Armorial, normalmente encerra seus espetáculos com uma grande ciranda. Homenageando nosso amado escritor Ariano Suassuna, que nos deixou em 2014, convido a todos neste momento a dançar uma ciranda e assim lembrarmos do nosso ser brincante: "Oh cirandeiro, cirandeiro ó....."

#### Bibliografia

JUNG, Gustav Carl. Memórias Sonhos e Reflexões. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1963.

\_\_\_\_\_. Tipos Psicológicos. Rio de Janeiro: Zahar Editores, 1974"