

**A fronteira do diafragma no processo de individuação. Arquivo Apresentação.  
Foz do Iguaçu, agosto de 2017. XXIV Congresso nacional da Associação Junguiana  
do Brasil.**

**Márúa Roseni Pacce**

Início cotejando alguns pontos importantes da obra de Jung na década de 30. Naquele momento Jung está empenhado no projeto de apresentar uma visão da psicologia profunda moderna e, especialmente Jung está mergulhado num estudo comparativo do processo de individuação, envolvendo estudos dos Yogas Sūtras de Patanjali, que data do terceiro milênio A.C., considerado o primeiro texto conhecido da tradição do yoga, também os exercícios espirituais de Santo Inácio de Loyola, portanto da tradição cristã. Somados a estes dois temas, estão a meditação budista e a alquimia ocidental. Importa assinalar que em 1933 Jung retorna ao ambiente universitário, lecionando no Instituto Federal Suíço de Tecnologia por um período que se estende de 1933 a 1941. (Fazia duas décadas que Jung não estava no ambiente universitário)

**Márúa Roseni Pacce, CRP 49427. Psicóloga clínica pelo IJUSP. Analista didata Junguiana da Associação Junguiana do Brasil (AJB) membro da Associação Internacional de Psicologia Analítica, IAAP.**

**Professora de yoga há mais de 40 anos, fundou o Núcleo de Yoga Ganesha há 35 anos na cidade de São Paulo. Fez História na USP, tendo iniciado sua carreira como terapeuta, na abordagem corporal fundada na bioenergética e biossíntese. Estudou com Gerda Boysen em Londres e com Ilana Rubenfeld em New York.**

**Seu foco principal está nos estudos da mística indiana e sua cultura milenar. Anualmente visita a Índia para aprofundamento de seus estudos além de conduzir grupos de viagem para aqueles pais. Realiza workshops e seminários na intersecção da psicologia analítica e a mística indiana. Ensina os diversos caminhos de Meditação dentro do caminho da yoga.**

**(11) 3819-3283 – (11) 99271-5126**

**[info@nucleodeyogaganesha.com.br](mailto:info@nucleodeyogaganesha.com.br)**

**[www.nucleodeyogaganesha.com.br](http://www.nucleodeyogaganesha.com.br)**

**[facebook.com/nucleodeyogaganesha](https://facebook.com/nucleodeyogaganesha)**

Atualmente a editora da Universidade de Princeton prepara a tradução deste material que será publicado em oito volumes dentre os quais o Volume 6, intitulado *The Psychology of Yoga and Meditation, eu destaco. No semestre de inverno de 1938/39 e verão de 1939 além do volume sete, sobre os exercícios espirituais de Ignácio de Loyola, (no semestre de inverno de 1939/40) e o volume 8, The Psychology of Alchemy. (Inverno de 1940/ 41) e verão de 1941. ([www.philemonfoundation.org](http://www.philemonfoundation.org)).*

Data deste período as conhecidas Conferencias de Eranos em Ascona (1933-1937) que enfatizavam a relação entre Ocidente e Oriente, com a presença de grandes eruditos tais como Henri Corbin, Heinrich Zimmer, Wilhelm Hauer,

O foco dos estudos de Jung no sistema do Kundalinī Yoga está na interpretação psicológica desta escola. Jung não está interessado em nenhuma questão mística ou espiritual em sua abordagem neste texto, muito embora a releitura revele muito da sua busca dentro da espiritualidade.

Vamos considerar para efeito desta apresentação a interpretação psicológica do simbolismo dos cakras.

O que são cakras?

Cakras são literalmente rodas, órgãos do corpo sutil, mandalas de energia associadas aos cinco elementos, que Jung considerou como a representação subjacente das estruturas arquetípicas que permitem a individuação.

Ele e Emma sua esposa, convidam a maior autoridade naquele momento em hinduísmo, o professor Hauer, que fica hospedado inclusive na casa do casal e que se encarregou de dar seis palestras em inglês e alemão no Clube Psicológico de Zurique. Depois das palestras de Hauer, Jung fez quatro palestras para dar o significado psicológico da Kundalinī Yoga.

Considera ainda o sistema de cakras como uma intuição sobre a psique como um todo, sobre suas diversas condições e possibilidades. Especialmente, os cakras simbolizam a psique do ponto de vista cósmico. Seria uma supraconsciência observando, se é que podemos dizer assim, a consciência desde o alto.

Os hindus pensam a partir da Grande Luz, os hindus pensam a partir de Brahman, enquanto nós, ocidentais pensamos a partir do ego. Nosso pensamento parte do

individual, enquanto o indiano parte do macrocosmo para descer ao individual. (PKY, 67.)

*O homem oriental, como disse Jung procura sempre a imersão e o aprofundamento, enquanto nós ocidentais nos voltamos para a exaltação, para a realidade do exterior.*

***“O homem ocidental procura sempre a exaltação e o oriental a imersão ou o aprofundamento”. (XI/5. §936.)***

Sob este aspecto, nós ocidentais, estaríamos imersos no mundo das casualidades, ‘embaixo’, sentados no que Jung denominou de ‘pélvis do mundo’. (PKY, 67.)

O Kundalinī Yoga pode ser lido também como um sistema de transformação dos cinco elementos, a transformação da terra no éter, ou do elemento mais denso no mais sutil, que constitui um dos aspectos mais antigos da filosofia hindu, presente desde o século VII A.C. (trata-se de uma referência ao sistema do Shamkhya, que é a contraparte do sistema do yoga). Assim, esta ideia da transformação dos elementos mostra claramente uma analogia com a filosofia da alquimia medieval. São as mesmas ideias, revelando a transformação da matéria grosseira da mente em matéria sutil. A sublimação do homem.

Sonu Shamdasani no prefácio dos seminários do Kundalinī Yoga afirma que importantes paralelos entre yoga e a psicologia analítica foram esclarecidos especialmente com o Kundalinī Yoga e o simbolismo do tantra yoga uma vez que o objetivo de Jung era desenvolver uma psicologia multicultural comparativa dos processos internos.

Jung destacou as similaridades entre os caminhos de meditação dados pelo yoga e a dinâmica do processo de individuação.)



O diafragma marca dois espaços distintos no nosso corpo. Abaixo do diafragma está a cavidade abdominal e acima dele, a cavidade torácica. Qual o significado que Jung atribui ao diafragma dentro deste percurso de transformação da nossa consciência?

O diafragma marca uma fronteira entre dois mundos, que tem duas regências distintas. Quando falamos do território do abdome, falamos do elemento fogo. Quando cruzamos o portal do diafragma, entramos no território do elemento ar.

De que maneira habitamos estes dois territórios?

Quando estamos com nossa consciência no abdômen, chamado na psicologia do Kundalinī yoga de maṇipūra, estamos no território das emoções. Aqui reside o indivíduo emotivo, que é constantemente inundado pelas emoções e que se torna constantemente vítima das paixões.

Aliás, normalmente somos procurados por questões que se relacionam com este centro em nossos consultórios.

No plexo solar, estamos aprisionados. O elemento é o fogo, você está no reino das paixões, e não há ar...você está no intestino... e aqui , para Jung, funcionamos como uma minhoca sem cabeça.



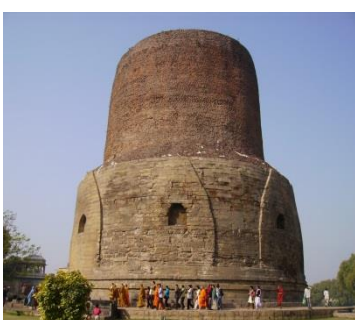
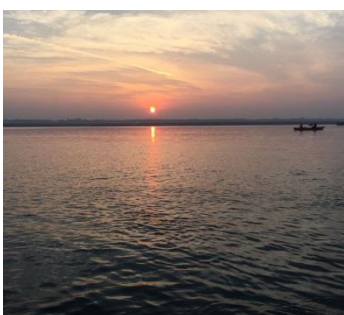
Enquanto você estiver no maṇipūra, você estará no calor terrível do centro da terra. Você está no fogo das paixões, imerso nos desejos, tomado pelas ilusões.

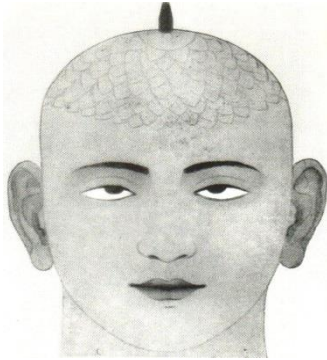
Expressões como ‘fiquei enfezado ‘verde de raiva’, ‘tem alguma coisa pesando no meu estomago’, ou quando você tem muito medo, na verdade você se borra de medo e faz uma diarreia, são expressões que falam da emoção que rege este centro, o seu desequilíbrio, e que cada um de nós já teve a oportunidade de viver. No maṇipūra cakra, você está no útero da natureza, realizando apenas um processo causal.

Buddha teria proferido um sermão em Benares/ Varanasi, cidade sagrada para os hindus, onde ele teria dito que o mundo está em chamas, aludindo aos apegos emocionais que geramos em nosso cotidiano.



O amanhecer no rio Ganges, foto da autora. 2017.





**Sobre o cakra s̄ahāshāra, Jung não se detém afirmando que este centro não tem nenhum valor prático para o ocidental. Na terra, de acordo com a concepção tântrica, o s̄ahāshāra cakra seria a cidade de Benares, ou Kashi, como a mesma é conhecida do ponto de vista esotérico.**

Tudo isto é muito contemporâneo, não é mesmo? A humanidade está em chamas, estamos consumidos pelos desejos, tomados pelas paixões, pelas ilusões. No entanto é também no centro do abdome que você libera muita energia:

**“O homem que não está em chamas é nada: ele é ridículo, ele é bidimensional. Ele deve estar em chamas mesmo quando ele faz figura de tonto para si mesmo. Uma chama deve estar acesa em algum lugar, se não luz alguma brilha; não há calor, nada.” (PKY. 34)**

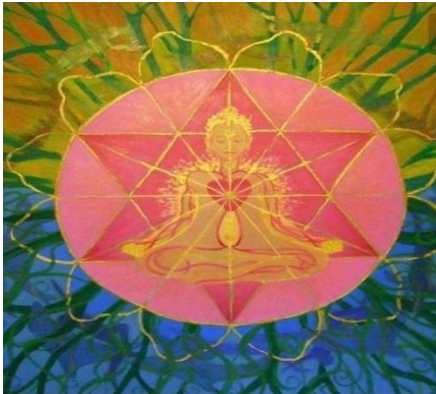
E ainda Jung adverte:

“Ser inconsciente das nossas próprias paixões é muito pior do que sofrer de paixão”.  
(P.K.Y., p. 52)

Mas algo acontece quando a sua consciência ultrapassa o diafragma. Você é alçado...

O diafragma para Jung representa a superfície da terra. **“O diafragma equivale à superfície da terra.” (PKY, 35.)**

Alquimicamente falando, aquilo que nos permite ser erguido da terra é o Ar e este processo os alquimistas chamam de sublimação. (PKY, 39). Indiscutivelmente uma qualidade nova surge, pois, o ar já é bem mais sutil que o fogo, sendo quase intangível.



Ao cruzar o diafragma, você cruza o portal das coisas tangíveis para as coisas quase intangíveis. E estas coisas invisíveis no *anāhata*, ou *mandala do ar*, são as coisas psíquicas, pois esta é a região do que nós chamamos sentimento e mente. O coração é associado ao sentimento e o ar é característico do pensamento. No espaço do peito, nós temos os pulmões e o coração. É o ser-do-alento (*breath-being*); por isso, a alma e o pensamento sempre foram identificados com o alento. (PKY. 44).



Em muitas línguas a mesma palavra que designa vento se refere também à espírito, indicando esta conexão entre ambos. Há uma associação entre as palavras vento, espírito, respiração, coisas psíquicas e o elemento ar.

De fato, esta conexão entre vento e espírito se deve ao fato de que originalmente o espírito foi pensado como sendo o vento, o ar que inspiramos e expiramos. Pensava-se que com a última expiração, o espírito deixaria o corpo.

Na tradição indiana é um costume quando o pai morre que o filho mais velho assista à passagem para inspirar justamente a última respiração de seu pai, ou a alma, podendo assim dar continuidade à vida de seu pai.

Já o coração fala do sentimento uma vez que os sentimentos influenciam o coração. Se você não tem sentimentos, dizemos que você não tem coração. Você aprende realmente algo quando este algo passa pelo seu coração, a expressão inglesa que diz eu aprendi ‘by heart.’ ”

Se o diafragma equivale a superfície da terra, como nós vimos que o Jung assim o considera, o indivíduo pela primeira vez está em pé quando cruza esta fronteira. Não mais numa condição de minhoca enterrada na terra, um ser ainda em formação. Dizendo de outra forma, é aqui que o indivíduo tem a possibilidade de se erguer, de ficar em pé pela primeira vez, de sair do turbilhão emocional.

O que acontece depois de permanecer no ciclone das paixões, depois de ter tido o encontro com o fogo das paixões?

O que se segue é uma enantiodromia, o oposto se constela. Depois desta intensa identificação com os desejos, com as emoções e todas as turbulências que decorrem daí, surge um mundo impessoal. Ao ultrapassar a fronteira do diafragma, algo nos liberta desta identificação com os desejos, e esta qualidade nova é o elemento ar.

É difícil falar deste território já que a maior parte do tempo nós nos identificamos com a regência do elemento fogo o que representa estar enredado na teia do egoísmo e dos temores sob o domínio das paixões.

No coração, *anāhata*, está a primeira noção de self, a substância com a qual a vida se relaciona. Há uma chama no *anāhata- visoka-* descrita como a luz sem sofrimento. Esta chama significa para Jung o primeiro surgimento do self. Numa Upanishad (Katha upanishad), esta chama, o puruṣa, é apresentado como Self e é descrita como “menor que o pequeno, e maior que o grande.” (CW. Vol. 6. § 329.) (Não corresponde na edição que eu consultei)



De acordo com o tantra yoga, o Puruṣa é visto pela primeira vez no mandala do coração: a essência do homem, o homem supremo, o assim chamado homem primordial então se Puruṣa é idêntico a substância psíquica do pensamento e do sentimento. O primeiro vislumbre deste ser que nos habita e que é muito maior do que você mesmo, está neste território.

Ainda na mesma escritura, nas Upanishads, o coração, que vale lembrar tem 4 ventrículos, é o assento da alma ou do conhecimento, da consciência acordada. Este é o lugar onde vive Vairagya: o desapego. Veja, no calor do abdômen, você está justamente no território do apego.

Com a consciência no plexo solar, ou na mandala do fogo, com a predominância do ego somos levados a acreditar que ‘sou eu quem vive’. Mas no mandala do ar, no anāhata, aqui eu sei que algo vive em mim, e este algo é o Self.

Como expressou São Paulo, depois de ter vivido sua conversão: “Mas não sou eu que vive, é Cristo que vive em mim”, significando que sua vida tinha se tornado uma vida objetiva, não sua própria vida, mas a vida de um maior, o **puruṣa**.

É claro que a maior parte do tempo não pode admitir estas coisas, acreditando que somos mestres de nós mesmos. É fácil nos esquecer do quanto os pensamentos e emoções nos dominam e não exatamente ao contrário.

Fazendo um paralelo com a alquimia, esta é a etapa da sublimação, o elemento se volatilizou da terra, na água, a água no fogo, e o fogo no ar.

**“Assim no anāhata a individuação começa.” (PKY, 39)**

Individuação é se tornar algo que não é o ego, e isto pode ser muito estranho. Por isso é complicado entender o que o self é, já que o self é algo que você não é. Individuação é quando o ego se descobre um mero apêndice do self e não ao contrário.

Conclusão:

O processo de individuação, ou trazer a consciência ao quarto cakra, mandala do ar, como a uma quarta estação, é uma das tarefas mais penosas que o indivíduo enfrenta. Supõe aprender a lidar com um conflito de obrigações, e mais ainda, poder entender a vontade contrária como sendo a vontade de Deus. Jung adverte que nos afastamos da individuação quando estamos submetidos às expectativas alheias. Ele diz:

**“Aquele que se submete, a priori, à lei, ou à expectativa geral, termina por enterrar seus maiores talentos”. (§ 292. Vol. 11/2)**

Paradoxalmente, depois de lidar com o fogo das paixões, depois de arder no inferno das emoções, é que acessamos um espaço sem fronteiras... Este espaço do coração onde habita o Puruṣa, descrito como uma luz que não se apaga. No Livro Vermelho, o espírito da profundidade diz:

**“O saber do coração não está em nenhum livro e não pode ser encontrado na boca de nenhum professor, mas cresce em você como uma semente verde da terra escura.” Jung, C. G. The Red book. (233)**

E a maneira de viver o saber do coração, é viver plenamente sua vida. Você vive plenamente sua vida quando você vive inclusive aquilo que você nunca viveu, que você deixou para que os outros vivessem e pensassem.

Jung diz no livro Vermelho: **“A vida que eu ainda poderia viver, eu deveria viver e o pensar que eu ainda poderia pensar, eu deveria pensar”.** (Liber Novus, pag. 233)

**Em outras palavras:**

**“Torna-te quem és.”**

