

**Pontifícia Universidade Católica de São Paulo  
PUC-SP**

**Silvia Regina Conti**

**Imaginação ativa e imaginação dirigida na clínica junguiana**

**MESTRADO EM PSICOLOGIA CLÍNICA**

**SÃO PAULO  
2016**

**Silvia Regina Conti**

**Imaginação ativa e imaginação dirigida na clínica junguiana**

Dissertação apresentada à Banca Examinadora da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, como exigência parcial para obtenção do título de Mestre em Psicologia Clínica, sob orientação do Prof. Dr. Durval Luiz de Faria.

São Paulo

2016

“Hoje quando olho para trás e reflito sobre o sentido do que ocorreu na época em que me consagrava às minhas fantasias tenho a impressão de ter sido subjugado por uma mensagem poderosa. Havia nessas imagens elementos que não me diziam respeito, mas também a muitas outras pessoas. Fui tomado pelo sentimento de que não deviam pertencer somente a mim mesmo, mas à comunidade. Os conhecimentos que eu buscava e que me ocupavam ainda não faziam parte da ciência vigente naqueles dias. Eu mesmo devia realizar a primeira experiência e, por outro lado, devia tentar colocar no terreno da realidade aquilo que ia descobrindo; senão minhas experiências permaneceriam no estado de preconceitos subjetivos inviáveis. Desde esse momento, pus-me a serviço da alma. Eu a amei e odiei, mas ela sempre foi minha maior riqueza. Devotar-me a ela foi a única possibilidade de suportar minha existência, vivendo-a como uma relativa totalidade.”

(JUNG, [1961] 2006, p.228)

BANCA EXAMINADORA

---

---

---

À Lidia Conti

## **AGRADECIMENTOS**

O período de dedicação a um mestrado é mais especial do que poderíamos imaginar a princípio. O enriquecimento pessoal, que vai muito além do aprendizado acadêmico, é o valor real desta caminhada.

Agradeço à minha família especialmente à minha mãe querida, companheira fiel de todos os meus passos. Obrigada, Iracema!

Agradeço aos amigos que continuaram ao meu lado apesar de toda a chatice do meu lado mestranda.

Agradeço aos amigos queridos que fiz durante esta jornada, companheiros de todos os artigos, capítulos, apresentações, simpósios e principalmente cafés e gargalhadas.

Agradeço à CAPES, pois sem este incentivo o caminho seria talvez impossível.

Agradeço ao meu orientador Prof. Dr. Durval Luiz de Faria, cujas observações e apoios foram fundamentais para que este trabalho pudesse ser realizado.

Agradeço aos professores do Núcleo de Estudos Junguianos, que me mostraram muito mais do que conhecimento e caminhos para reflexão.

## RESUMO

CONTI, Silvia Regina. **Imaginação ativa e imaginação dirigida na clínica junguiana**. São Paulo, 2016. Dissertação de mestrado. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo – PUCSP

A imaginação ativa foi a técnica mais usada por Jung no acesso aos seus conteúdos inconscientes e a imaginação dirigida surgiu na mesma época, desenvolvida com base nos constructos junguianos. Porém, dada a escassez de publicações recentes a respeito, fez-se necessária esta pesquisa, que teve como objetivo a busca por autores e produções que descrevessem técnicas, métodos ou maneiras de trabalho com imaginação ativa ou imaginação dirigida em psicoterapia junguiana. Foi escolhido o método da revisão sistemática e dois levantamentos foram realizados, para imaginação ativa e imaginação dirigida: um voltado para a literatura clássica, que ajudou a construir metodologia e técnica existentes hoje; e outro voltado para a literatura recente, representativa das publicações mais atuais. O levantamento da literatura clássica iniciou-se com as obras completas de Jung, seguindo ao longo do tempo até que as publicações se tornassem mais escassas. O levantamento da literatura recente foi realizado nas principais bases de busca acadêmica considerando os últimos dez anos. Para a imaginação ativa foram encontrados 15 autores clássicos e 23 publicações; 10 autores recentes e 11 publicações. A literatura clássica é concentrada nas descrições, metodologias e estudos de caso da técnica. A literatura recente apresenta alguns temas recorrentes: teoria, análise de obras artísticas, contratransferência, luto e supervisão. Para imaginação dirigida foram encontrados 7 autores clássicos e 8 obras. A literatura clássica inicia-se no ambiente clínico, mas logo se expande para o hospitalar e a psicossomática, que comprovaram cientificamente sua eficácia. A literatura recente foge ao contexto clínico, sendo considerados apenas dois estudos. Conclui-se que há escassas publicações a respeito das técnicas de imaginação em psicoterapia, podendo ser indicativo de que elas não estão sendo utilizadas em prática clínica ou que precisam de pesquisas atuais que orientem sua aplicação.

**Palavras chave:** imaginação ativa, imaginação dirigida, fantasia, Jung, revisão.

## ABSTRACT

CONTI, Silvia Regina. **Active imagination and guided imagination in the Jungian Clinical Practice**. São Paulo, 2016. Masters Thesis. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo – PUCSP

The active imagination was the technique that Jung used the most, in the access of his unconscious contents and the guided imagination appeared at the same time, based on the jungians constructs. However, due to the shortage in recent publications about it this research became necessary, aiming at the research about authors and works that describe techniques, methods and ways of working with active imagination or guided imagination in the jungian psychotherapy. The systematic review method was chosen, and two studies were realized for the active imagination and guided imagination: one of them aiming at the classic literature that helped building the method and techniques used nowadays; the other one aims at the recent literature, present in publications that are more recent. The classic literature study started with Jung's complete works, up to the moment when the publications became rare. The recent literature study was based on the main academic database, considering the last ten years. For the active imagination, we found 15 classic authors and 23 publications, 10 recent authors and 11 publications. The classic literature focuses on descriptions, methodology and case studies that use the techniques. The recent literature presents some recurring topics: theory, analysis of artistic work, countertransference, mourning and supervision. For the guided imagination, 7 classic authors were found and 8 works. The classic literature begins in the clinical environment, considering just two works. We concluded that there is shortage in publications about the techniques involving imagination in psychotherapy; maybe indicating that they are not being used in clinical practice or that there is the need for more actual research that guides its application.

**Key words:** active imagination, guided imagination, fantasy, Jung, review.

## **Lista de quadros**

Quadro 1 – Imaginação ativa: publicações clássicas: linha do tempo

Quadro 2 – Imaginação ativa: publicações recentes: linha do tempo

Quadro 3 – Imaginação dirigida: publicações clássicas: linha do tempo

Quadro 4 – Imaginação dirigida: publicações recentes: linha do tempo

## SUMÁRIO

### APRESENTAÇÃO

INTRODUÇÃO .....	14
<b>1 – MÉTODO.....</b>	<b>18</b>
1.1. Problema.....	18
1.2. Objetivos.....	18
1.3. Justificativa .....	18
1.4. Método .....	19
<b>2 – A PSICOLOGIA ANALÍTICA E O TRABALHO COM IMAGINAÇÃO E FANTASIA .....</b>	<b>23</b>
<b>3 – IMAGINAÇÃO ATIVA .....</b>	<b>27</b>
3.1. Histórico .....	28
3.2. Literatura clássica.....	30
3.2.1. Carl Gustav Jung (1913 a 1955).....	30
3.2.2. Aniela Jaffé (1940) .....	41
3.2.3. Michael Fordham (1956).....	41
3.2.4. Gerhard Adler (1961).....	42
3.2.5. Dorothy Davidson (1966).....	43
3.2.6. Michael Fordham (1967 e 1977).....	44
3.2.7. Marie-Louise Von Franz (1979) .....	44
3.2.8. John Sanford (1980) .....	46
3.2.9. Barbara Hannah (1981).....	47
3.2.10. James Hillman (1983).....	49
3.2.11. Andrew Samuels (1985) .....	50
3.2.12. Robert A. Johnson (1986).....	51
3.2.13. Verena Kast (1988).....	53
3.2.14. Marie-Louise Von Franz (1990) .....	54
3.2.15. Joan Chodorow (1996) .....	55

3.2.16. Linha do tempo.....	57
<b>3.3. Literatura recente.....</b>	<b>59</b>
3.3.1. Teoria .....	60
3.3.1.1. Paulo José Baeta Pereira (2007) .....	60
3.3.1.2. Ana Deligiannis (2012).....	61
3.3.1.3. Verena Kast (2014).....	61
3.3.2. Análise de obras artísticas.....	62
3.3.2.1. Dennis Patrick Slattery (2006).....	62
3.3.2.2. Wendy Swan (2006).....	63
3.3.2.3. Jane Zich (2008) .....	63
3.3.3. Contratransferência .....	64
3.3.3.1. Joy Schaverien (2007) .....	64
3.3.3.2. August J. Cwik (2011).....	64
3.3.4. Luto.....	65
James Hollis (2013) .....	65
Jane Eyre Sader de Siqueira (2015).....	66
3.3.5. Supervisão.....	66
3.3.5.1. August J. Cwik (2006) .....	67
3.3.6. Linha do tempo .....	67
<b>4 – IMAGINAÇÃO DIRIGIDA.....</b>	<b>69</b>
<b>4.1. Histórico .....</b>	<b>70</b>
<b>4.2. Literatura clássica.....</b>	<b>71</b>
4.2.1. Ernst Kretschmer (1922).....	71
4.2.2. Robert Desoille (1938 e 1945).....	72
4.2.3. Roberto Assagioli (1965) .....	73
4.2.4. Hanscarl Leuner (1966).....	74
4.2.5. Jeanne Achterberg (1985).....	75
4.2.6. Verena Kast (1988) .....	77
4.2.7. Gerald Epstein (1989).....	78
4.2.8. Linha do tempo .....	79
<b>4.3. Literatura recente.....</b>	<b>79</b>
4.3.1. Susan Shaw (2009) .....	80
4.3.2. Ana C.A. Elias, Marcos D. Ricci, Lorgio H.D. Rodriguez, Stela D. Pinto, Joel V. Giglio, Edmund C. Baracat (2015). 81	

4.3.3. Linha do tempo .....	81
<b>5 – ANÁLISE E DISCUSSÃO .....</b>	<b>83</b>
<b>5.1. Imaginação ativa .....</b>	<b>83</b>
<b>5.2. Imaginação dirigida .....</b>	<b>91</b>
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>94</b>
<b>REFERÊNCIAS</b>	

## APRESENTAÇÃO

Desde meus primeiros contatos com a psicologia clínica, encantou-me a psicologia analítica pelo voto de confiança dado à psique e sua capacidade de reorganização.

Embora sem minha interferência ou sugestão a princípio, sempre foi comum que clientes trouxessem para a sessão de psicoterapia textos escritos em momentos catárticos, músicas “misteriosamente” compostas, fotos de telas pintadas em momentos especiais de inspiração e até mesmo fotos de pinturas feitas nas paredes do quarto que sugeriam um significado profundo.

Percebi que eram recursos ímpares para o trabalho com a simbolização e, baseada no conceito de fantasia formulado por Jung, passei a sugerir dois recursos como ferramentas para as sessões: a imaginação ativa e a imaginação dirigida, que têm sido muito bem aceitos.

O resultado tem sido estimulante, mesmo quando o cliente não traz a concretização das imagens de sua introspecção (imaginação ativa) para a sessão: apenas o fazer, o voltar-se para si tem sido acelerador do processo terapêutico individual.

Incentivada por estes resultados, iniciei buscas a respeito da teoria disponível sobre imaginação ativa e imaginação dirigida, pois vinha utilizando tais recursos de maneira intuitiva e muito me interessam técnicas e métodos para sua execução, bem como relatos de outras experiências em clínica. Porém, não encontrei referências atuais suficientes sobre o tema e, desta maneira, fez-se a necessidade desta pesquisa, voltada para o que de fato tem sido feito recentemente em clínica junguiana, em técnicas e métodos para o trabalho com imaginação que foi largamente utilizado e aprimorado pelo próprio Jung.

## INTRODUÇÃO

“Os anos durante os quais me detive nessas imagens interiores constituíram a época mais importante da minha vida. Neles todas as coisas essenciais se definiram. Foi então que tudo teve início, e os detalhes posteriores foram apenas complementos e elucidações. Toda minha atividade posterior consistiu em elaborar o que jorrava do inconsciente naqueles anos e que inicialmente me inundara: era a matéria-prima para a obra de uma vida inteira” (JUNG, 2009, tradução nossa).

Toda teoria está profundamente relacionada com a história de vida de seu autor. Produções intelectuais e artísticas traduzem, ainda que indiretamente, a interioridade do autor, uma vez que é reflexo do que se desenrola na psique, consciente ou inconscientemente.

Esta relação não foi diferente com a psicologia analítica, profundamente baseada nas vivências, experiências e no desenvolvimento pessoal de Jung.

Revedo brevemente a história profissional e pessoal deste autor, ele inicia seus estudos na psiquiatria e, desde então, dedicou-se a estudar a psique nos moldes do que veio a ser chamado posteriormente de psicologia profunda, ou seja, englobando os aspectos conscientes, inconscientes e principalmente os símbolos que serão a síntese entre o consciente e o inconsciente.

O caminho pessoal pelo qual Jung passou enquanto desenvolvia sua teoria pode, portanto, ser considerada sua epistemologia pessoal, uma vez que, a partir do olhar para dentro de si, muitas das estruturas psíquicas descritas por ele, bem como mecanismos de funcionamento, começaram a ser delineados.

Jung foi um dos primeiros autores da psicologia a dar a devida importância ao inconsciente, tanto de maneira subjetiva ou simbólica, quanto objetiva ou relacionada ao momento psíquico de seus pacientes, construindo uma teoria baseada na observação do mundo interno e do mundo externo.

Jung ([1961] 2006) relata a importância de sua auto-observação para o desenvolvimento de muitos dos conceitos da teoria analítica e Shamdasani

(2005) aponta para o fato de que, desde a infância, Jung ter tido sonhos que lhe direcionaram fortemente as decisões pessoais e de carreira.

O trabalho com os sonhos, uma das bases da psicoterapia junguiana, foi o que aproximou Jung de Freud e da teoria psicanalítica, por meio da leitura de *A interpretação dos sonhos* (1900) e também o que iniciou o distanciamento entre os dois. Segundo Shamdasani (2005), Jung concluiu no ensaio *Sobre os sonhos* (apresentado em 1901) que a visão freudiana era unilateral na busca de causas: nem sempre os sonhos se apresentam distorcidos, tendo estreita relação com a consciência. A partir destas conclusões, Jung passa a observar os sonhos como expressões simbólicas dos complexos, transformando-se em um dos seus principais objetos de estudo e um dos principais pilares do processo psicoterapêutico.

Entretanto, Jung relatou alguns poucos de seus próprios sonhos, quando comparados aos registros de suas imaginações ativas. Shamdasani (2015) conta que, surpreendentemente, há pouca relação entre os conteúdos de seus sonhos e de suas imaginações ativas. Ele próprio não se valia das figuras dos sonhos para trabalhar em imaginação ativa, como sugere em teoria, porém lhe ocorria o oposto: as figuras das imaginações ativas é que emergiam em seus sonhos (SHAMDASANI & HILLMAN, 2015).

Assim, pode-se dizer que a principal via de contato com o inconsciente, para o próprio Jung, foi a imaginação ativa. Entregou-se a esta atividade principalmente entre os anos de 1913 e 1930, em profundo processo de autoexperimentação “que ele designou como ‘confronto com o inconsciente’, que consistia principalmente em provar em si mesmo uma extensa série de fantasias enquanto estava acordado” (SHAMDASANI em SHAMDASANI & HILLMAN, 2015, p.39).

Foi o período o *Livro Vermelho*, que Shamdasani (2015) considera a expressão da essência de Jung, em atividades, tarefas e conseqüentemente em sua obra, elaborando uma cosmologia pessoal e não conceitual. Para este autor, Jung apresenta no *Livro Vermelho* “a moldura na qual ele reencontra uma orientação e um sentido para sua vida” (SHAMDASANI & HILLMAN, 2015, p.19).

Vale lembrar que Jung inicia a produção o *Livro Vermelho* após o rompimento com Freud e os conceitos psicanalíticos, para se aprofundar em

sua própria teoria, baseada principalmente no funcionamento psíquico que percebia em si mesmo e em seus pacientes.

Com a prática pessoal, Jung vai desenhando o método que posteriormente chamou de imaginação ativa.

A formatação da imaginação ativa foi fundamental para que outros trabalhos com imaginação pudessem também ser estruturados como ferramenta da psicoterapia.

Exemplo disso é a imaginação dirigida, que também se utiliza de imagens internas. Jung não formulou uma técnica a respeito, porém é um método largamente utilizado em psicologia clínica e que muito se assemelha à imaginação ativa. A principal diferença é que, enquanto a imaginação ativa se baseia na livre introspecção, a imaginação dirigida se baseia na fantasia orientada por estímulo do terapeuta.

Desta forma, vale esclarecer o que se entende por imaginação ativa e imaginação dirigida:

Por imaginação ativa considera-se a prática de imaginação baseada na livre introspecção, sem direcionamento de psicoterapeuta. A ajuda do psicoterapeuta nesse caso se limita às orientações sobre como fazer a livre introspecção, bem como sua preparação, com auxílio de técnicas de relaxamento e preparação do ambiente.

Como imaginação dirigida considera-se a prática de imaginação baseada no direcionamento verbal do terapeuta, com foco nos objetivos do cliente. A ajuda do terapeuta também inclui as orientações sobre como deixar a imaginação acontecer, técnicas de relaxamento e preparação do ambiente.

Há muitas maneiras de se utilizar a imaginação ativa e a imaginação dirigida como recurso para a psicoterapia junguiana, como diversos autores depois de Jung já sugeriram. O intuito desta pesquisa é justamente levantar a visão dos principais autores sobre as técnicas de imaginação, ativa e dirigida, bem como o que há de mais recente nas publicações acadêmicas referentes a este tema, com foco sobretudo em sua aplicabilidade na clínica junguiana.

Para isto, esta pesquisa traz, no primeiro capítulo, o problema de pesquisa, objetivos a serem alcançados, justificativa, bem como o método utilizado.

O segundo capítulo fará uma breve explanação sobre o trabalho da psicologia analítica com a imaginação e a fantasia.

O terceiro capítulo é dedicado ao estudo mais detalhado da imaginação ativa, trazendo seu histórico, literatura clássica desde Jung, e a literatura recente, para que entendamos a evolução da pesquisa acadêmica neste tema.

O quarto capítulo apresenta a imaginação dirigida, importante técnica utilizada tanto em ambiente clínico tradicional quanto em ambiente hospitalar, suas obras clássicas e recentes.

O quinto capítulo trará a discussão das publicações encontradas na literatura a respeito de ambos os temas, bem como sua contribuição para a prática da psicologia clínica.

Ao final, uma reflexão sobre usos e aplicações de ambas as técnicas de imaginação.

## **1 – MÉTODO**

### **1.1. Problema**

Quais são os autores e as técnicas referentes ao método da imaginação ativa e da imaginação dirigida, que tenham aplicabilidade dentro da psicoterapia junguiana?

### **1.2. Objetivos**

O objetivo desta pesquisa é levantar autores e produções científicas, clássicas e recentes que descrevam técnicas que trabalhem com imaginação, precisamente a imaginação ativa e a imaginação dirigida e que tenham aplicabilidade dentro da psicoterapia junguiana.

### **1.3. Justificativa**

Tanto a imaginação ativa quanto a imaginação dirigida são técnicas nas quais se processa a interação entre conteúdos conscientes e inconscientes.

A imaginação ativa foi elaborada por Jung, com base em seus experimentos pessoais e terapêuticos, transformando-a em ferramenta para a psicologia clínica, como meio de incentivar o trabalho com a fantasia e conseqüentemente trazer os resultados transformadores por meio da mobilização da função transcendente. Em paralelo, surgiu a imaginação dirigida, que segue o mesmo princípio, porém com o psicoterapeuta direcionando, em parte, a fantasia.

Informalmente, sabe-se que muitos psicoterapeutas junguianos utilizam-se destas técnicas, porém aparentemente pouco se pesquisa sobre sua aplicação e suas inúmeras vantagens no contexto da psicologia clínica.

Por estes motivos torna-se imprescindível o desenvolvimento de estudos e pesquisas sobre a imaginação ativa e a imaginação dirigida, seus usos e aplicação.

#### **1.4. Método**

O método de pesquisa escolhido para este estudo foi a revisão sistemática de literatura sobre publicações que descrevam técnicas, métodos ou maneiras de utilizar ou de trabalhar com a imaginação, especificamente com a imaginação ativa e imaginação dirigida, que tivessem aplicabilidade clínica junguiana. Entretanto, para que houvesse suficiente embasamento para análise da literatura recente, foi levantada também a literatura clássica referente aos dois temas.

Assim, foram realizados dois levantamentos para cada um dos tipos de trabalho com imaginação pesquisados: literatura clássica, assim considerada por ter sido produzida por autores de referência no tema e por ter oferecido as bases teóricas e práticas para a formatação da técnica à época de sua publicação e literatura recente, inserida no corte temporal dos últimos dez anos.

O levantamento da literatura clássica foi iniciado com as obras completas de C.G. Jung e seguiu ao longo do tempo, considerando livros e artigos que contribuíram para a formulação teórica ou a aplicabilidade das técnicas.

Foram encontradas diversas obras com estas características até os anos de 1990, quando estas publicações passam a se tornar mais escassas. Por este motivo, o levantamento das obras clássicas se encerra neste período, para dar lugar à pesquisa sobre os trabalhos que têm sido realizados recentemente sobre o tema.

Desta forma, é intencional que se considere como literatura recente apenas os últimos dez anos, pois a hipótese inicial é que pouco se tem pesquisado e publicado atualmente sobre imaginação ativa e imaginação dirigida como técnicas de grande valia na psicoterapia analítica.

O período de pesquisa da literatura recente foi entre outubro de 2015 e maio de 2016 e foram consideradas as principais bases de busca acadêmica, como:

- Bancos de dados mais abrangentes: Bireme:BVS/Scielo, Periódicos CAPES e PubMed;

- Bibliotecas de teses e dissertações da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP), da Universidade de São Paulo (USP) e da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp), bem como a biblioteca da Sociedade Brasileira de Psicologia Analítica (SBPA);

- Principais publicações internacionais diretamente relacionadas à psicologia junguiana: The Jung Page, Journal of Analytical Psychology, Jung History, Jung Journal e Cahiers Jungiens de Psychanalyse.

- Principais publicações de instituições brasileiras ligadas à prática da psicologia junguiana, como Junguiana (revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Analítica), Cadernos Junguianos (revista da Associação Junguiana do Brasil), Jung e Corpo (revista do curso de psicoterapia de orientação junguiana coligada a técnicas corporais do Instituto Sedes Sapientiae).

Iniciou-se pela palavra chave *imaginação* (ou *imagination* nas bases estrangeiras), quando foram sugeridos 11.188 resultados.

A fim de refinar a busca, a pesquisa foi orientada em separado para imaginação ativa e imaginação dirigida, quando se observa sensível queda nestes números: 304 para imaginação ativa e 388 para imaginação dirigida.

Entretanto, nem todos os resultados encontrados referiam-se ao perfil buscado: descrição de técnicas, métodos ou maneiras de se trabalhar com imaginação ativa ou imaginação dirigida na clínica junguiana.

Por isso, grande parte dos resultados foram descartados, ficando somente 11 sobre imaginação ativa e 2 sobre imaginação dirigida, sendo necessário entender as razões de tantos descartes.

Enfocando primeiramente os 304 trabalhos iniciais que são apresentados como resultados quando se faz a busca por imaginação ativa, um primeiro corte foi feito e foram desconsiderados 262 trabalhos que não diziam respeito à psicologia clínica, porém eram apresentados como resultado quando a expressão de busca era “imaginação ativa”. Como exemplos da diversidade de temas encontrada, tem-se: mestrado em multimeios realizado

em 2007 na Unicamp, um curta metragem que teve como tema a jornada da alma em busca do retorno ao Divino (FURQUIM, 2007); doutorado em educação realizado em 2008 na USP sobre a contribuição da arte no processo educacional em uma escola Waldorf (ROMANELLI, 2008); capítulo de livro publicado em 2009 sobre espiritualidade (VELLEMAN&ARIS, 2009).

Restaram então 42 trabalhos que estavam dentro das pesquisas em psicologia clínica. Entretanto, novo corte foi necessário, já que 31 referiam-se a outros temas próximos da imaginação ativa, mas não a abordavam como técnica, método ou maneira de utilizá-la na clínica junguiana. Como exemplo destes trabalhos excluídos estão 13 que se referiam ao *Livro Vermelho* como obra artística ou como parte da trajetória pessoal de Jung; 9 referiam-se à análise de obras de arte, mas que não haviam sido produzidas a partir da técnica da imaginação ativa ou cuja análise estava focada no produto artístico-cultural; 7 eram obras teóricas, porém utilizando a imaginação ativa como forma de referência à função transcendente; 2 eram entrevistas com o editor do *Livro Vermelho*, Sonu Shamdasani.

Assim, apenas 11 trabalhos sobre imaginação ativa foram considerados neste levantamento: 3 trabalhos teóricos, 3 sobre análise de obras artísticas, 2 abordando contratransferência, 2 trabalhos com enlutados e 1 abordando a supervisão a partir do mecanismo da imaginação ativa.

Dos 388 trabalhos iniciais sobre imaginação dirigida, 386 estavam relacionados à área médica, sendo desconsiderados por utilizar a técnica da imaginação dirigida fora do contexto da psicoterapia. Como exemplos, duas publicações mostram que a imaginação dirigida é capaz de colaborar em mudança emocional positiva, diminuindo ansiedade e estresse em pacientes com diferentes níveis de tumor (FRICK et al, 2008); e também colaborar com redução de estresse e melhora do sistema imunológico, alterando positivamente o número de leucócitos, neutrófilos e linfócitos (TRAKHTENBERG, 2008). Assim, apenas dois trabalhos tiveram o enfoque clínico da psicologia e foram considerados como resultados válidos.

A análise foi realizada em separado para a imaginação ativa e a imaginação dirigida. O olhar sobre cada uma das técnicas priorizou o conteúdo das publicações ao longo do tempo. Começando com as publicações clássicas, buscou-se identificar os conteúdos comuns e específicos de cada publicação,

construindo o conhecimento que se tem hoje. Nas publicações recentes, o objetivo foi observar os rumos que têm sido tomados no que se refere a cada uma das técnicas: se o conhecimento se mantém dentro do que já foi postulado ou se há inovações. Para facilitar este olhar, as publicações recentes dentro da técnica da imaginação ativa foram divididas em temas de abordagem: teoria, análise de obras artísticas, contratransferência, luto e supervisão. Já as publicações recentes dentro da técnica da imaginação dirigida, por serem apenas duas, não tiveram este tipo de divisão.

A literatura clássica, bem como os trabalhos considerados válidos como literatura recente serão analisados em capítulos apropriados.

## 2 – A PSICOLOGIA ANALÍTICA E O TRABALHO COM IMAGINAÇÃO E FANTASIA

“Toda obra humana é fruto da fantasia criativa”  
(JUNG, [1935] 2012, p.58, §98).

Para Jung, o objetivo da psicoterapia é a ampliação da consciência, de tal forma que se caminhe pelo processo de individuação tanto quanto possível. Wahba (2011) ressalta a importância do indivíduo se tornar uma unidade autorreflexiva em relação ao seu mundo interno, mas também ao mundo externo, sem nunca perder contato com o inconsciente. Salman (2011) reforça, dizendo que a metáfora principal do pensamento junguiano é o diálogo entre o consciente e os processos inconscientes, favorecendo a autorregulação entre estas duas instâncias, além do desenvolvimento do ego, de maneira criativa e imaginativa, de modo a alcançar um todo integrado. Este equilíbrio complementar é experienciado inclusive na psicoterapia, na qual o terapeuta compõe uma díade com o paciente, influenciando e sendo influenciado nas esferas conscientes e inconscientes, e construindo o melhor caminho a ser trilhado pela dupla.

O caminho por excelência para esta tarefa é a via simbólica, que possibilita as transformações necessárias ativando a função transcendente. As imagens produzidas pela síntese entre consciente e inconsciente oferecem poder transformador à libido, apontando para o desenvolvimento psíquico.

Tais imagens trazem referências arquetípicas, que orientam comportamentos humanos com grande carga emocional e de acordo às representações de cada arquétipo (NEUMANN, 2006). Os arquétipos constituem um amplo conjunto de referências para cada etapa a ser ultrapassada na vida e direciona o homem ao longo de todo o processo de individuação. Cabe ao analista, porém, favorecer a diferenciação entre o arquetípico e o pessoal, tanto quanto sua possível integração na consciência.

Jung trabalhou com arquétipos, símbolos e imagens fundamentalmente. Seu trabalho com imagens internas é amplo, compreendendo desde sonhos e

fantasias, que podem sugerir defesas e resistências que, vistos teleologicamente e com foco em sua função criativa, podem promover a ampliação da consciência. (SALMAN, 2011).

O recurso imagético-simbólico mais comumente usado em clínica junguiana tem sido a análise dos sonhos, seja na observação dos símbolos resultantes, na relação do sonhador com seus complexos, nas compensações envolvendo consciente e inconsciente, entre outros.

Porém, todos os trabalhos com imaginação são parte preciosa da psicologia analítica, pois oferecem a possibilidade de contato com o produto da fantasia, abrindo a oportunidade de interação com o mundo interno, fundamentalmente com os complexos. São trabalhos que se utilizam dos processos aperceptivos, que Jung dividiu em dirigidos ou não dirigidos. Os dirigidos são racionais e dizem respeito à atenção consciente, enquanto que os não dirigidos têm caráter irracional e compreendem tanto sonhos quanto fantasias<sup>1</sup> (JUNG, [1928] 2012).

Os sonhos e as fantasias são atividades que se processam com a participação simultânea de consciente e inconsciente, manifestando-se e fixando-se na consciência como um resultado principalmente por meio de imagens (JUNG, [1921] 2012).

Entretanto, na psicologia junguiana, imagem não significa o reflexo de um objeto na memória, mas empresta seu significado poético relacionado à fantasia, no qual a imagem liga-se somente de maneira indireta a um objeto externo: o imaginar é interno (AVENS, 1993). Qualquer imagem pertence totalmente à psique de quem a imaginou, com todo o conteúdo que foi suscitado em sua produção e suas referências, internas e externas. É a *imago*, a imagem subjetiva que não deve ser identificada com um objeto, mas deve ser considerada em sua relação subjetiva com o objeto, sendo este o ambiente para o trabalho com a imagem e com a fantasia, usado na psicologia analítica (JUNG, [1921] 2012).

Verena Kast (1997) oferece uma definição ampla deste poder de representação:

---

<sup>1</sup> Vale observar que as fantasias mencionadas aqui diferem dos devaneios conscientemente orientados para os desejos de realização do indivíduo.

“Ter habilidades imaginativas significa ser capaz de criar uma imagem mais ou menos clara de algo que já não existe mais ou que ainda nem chegou a existir, ou que talvez nunca venha a existir de fato. Essas imagens podem ser bem plásticas, determinadas por cores e formas. Mas podem também se expressar por meio de uma lembrança olfativa ou da antecipação de certo cheiro, pela lembrança de um toque ou de uma fantasia tátil, ou ainda, por lembranças ou expectativas acústicas. Mas podem também assumir um caráter mais intelectual” (KAST, 1997, p.15).

Assim, a imaginação é afetada pela percepção que temos do mundo concreto à nossa volta, como também é uma forma de processamento dos conteúdos internos e das emoções.

Para que a imaginação flua, todas as funções psíquicas são acionadas – pensamento, sentimento, intuição e sensação – resultando na expressão direta da atividade psíquica, com maior ou menor participação do inconsciente.

Kast (1997) ainda esclarece sobre a importância dessa ferramenta na psicoterapia:

“Quando trabalhamos com habilidades imaginativas na terapia, damos luz à possibilidade de utilizá-las para retrabalhar as imagens que temos de nós mesmos e do mundo; geramos a possibilidade de nos conscientizar de que as imagens que criamos do mundo e de nós mesmos tanto podem nos servir de obstáculo como de reforço para enfrentar nossa vida” (KAST, 1997, p.28).

Dentro de todas as possibilidades de trabalho com imaginação na psicologia clínica, concentrar-nos-emos nas duas mais tradicionais: imaginação ativa e imaginação dirigida.

Nenhuma destas técnicas foi criada a partir da teoria da psicologia analítica, porém ambas oferecem possibilidades de trabalho com símbolos, um dos principais pilares do processo terapêutico analítico.

A imaginação ativa foi amplamente utilizada por Jung, como principal método de contato consigo mesmo e de onde praticamente toda a estrutura da teoria analítica tomou forma. Shamdasani (SHAMDASANI & HILLMAN, 2015) chega a afirmar que, se toda a obra de Jung fosse destruída e pudesse salvar somente uma, seria o *Livro Vermelho*, no qual o teórico relatou muitas de suas atividades imaginativas, suas imaginações ativas: “pode-se reconstruir muito do

que é essencial no restante de seu trabalho a partir deste texto” (SHAMDASANI & HILLMAN, 2015, p.16).

A imaginação dirigida surge em paralelo, aproximadamente na mesma época, a partir de diferentes autores, mas com a mesma intenção de contato com o mundo interno, porém com a intenção clara de acessar um tema específico, com a orientação do terapeuta. Epstein (1990) afirma ser este um método excepcional para a integração de corpo e mente, que vem sendo utilizado com muito sucesso pelos profissionais da psicossomática.

Para se compreender o desenvolvimento destas duas técnicas, vale percorrer o histórico de ambas e as produções até os dias de hoje, temas que serão abordados nos dois capítulos seguintes.

### 3 – IMAGINAÇÃO ATIVA

“O fato extraordinário da imaginação é exatamente que ela é de verdade extraordinária; não importa quão conhecida, é sempre capaz de surpreender, chocar, horrorizar ou explodir de estonteante beleza” (HILLMAN, 2010b, p.111).

A verdade psíquica é, muitas vezes, trazida pela imaginação ativa: principal técnica desenvolvida na clínica junguiana, que foi formatada por Jung ao longo de seu processo introspectivo profundo, entre os anos de 1913 e 1930, época da confecção do *Livro Vermelho* (CHODOROW, 1997).

Joan Chodorow (1997) estudou todos os escritos de Jung sobre o tema e mostra a interessante sequência de nomes dados para a técnica, até que chegasse ao nome final (tradução nossa):

“O método terapêutico de Jung teve muitos nomes diferentes antes que ele se decidisse pelo termo imaginação ativa. Primeiro, era ‘função transcendente’. Depois ele o chamou de ‘método da imagem’. Outros nomes foram ‘fantasia ativa’, e ‘fantasiar ativo’. Em algumas vezes, o processo teve a referência de ‘transe’, ‘visões’, ‘exercícios’, ‘método dialético’, ‘técnica de diferenciação’, ‘técnica de introversão’, ‘introspecção’ e ‘técnica da descida’. Quando ele entregou as *Tavistock Lectures* em Londres em 1935, usou o termo ‘imaginação ativa’ pela primeira vez em público” (CHODOROW, 1997, p.3).

É natural que muitos nomes tenham sido cogitados, pois há muitas formas de imaginação e de fantasia possíveis, e mesmo a técnica proposta por Jung foi sendo aprimorada conforme o teórico se beneficiava dela em suas experiências pessoais.

Esta foi a prática mais experienciada e difundida por Jung, que consiste em deixar a fantasia acontecer livremente, sem censuras ou críticas, de modo a aproximar consciente e inconsciente visando sua síntese, o símbolo que, se elaborado, pode ser capaz de promover a transformação necessária.

Seu ponto de partida pode ser uma imagem de sonho, sentimento ou pensamento recorrentes, ou seja, aquilo que a consciência, intuitivamente ou não, sabe precisar de evolução psíquica. A participação da consciência, não

somente na escolha do ponto de partida, mas nas ações tomadas durante a imaginação é o diferencial que promove o poder criador desta técnica, não delegando todo o trabalho ao inconsciente, mas dividindo com ele a tarefa.

### 3.1. Histórico

O trabalho com imaginação está presente na cultura de diversos povos desde os tempos mais primitivos. Achterberg (1996), que baseia seu trabalho de imaginação nas antigas práticas xamânicas, afirma que o xamanismo é o método de cura pela imaginação mais antigo que existe, e justifica dizendo que “o trabalho do xamã se dá no reino da imaginação, e sua perícia nesse domínio em prol da comunidade tem sido reconhecida em todos os registros históricos” (ACHTERBERG, 1996, p.17).

O termo xamanismo foi utilizado para definir o fenômeno religioso siberiano e centro-asiático, no qual o xamã ocupava a figura do sacerdote, curandeiro, mágico, filósofo e até mesmo charlatão, ou seja, aquele que enxergava algo além dos demais. Nestas localidades, a experiência religiosa é profundamente relacionada à experiência extática e o xamã é o especialista nas técnicas do êxtase (ELIADE, 2002). A palavra xamã vem do russo *saman*, e é correspondente a *pajé* na nossa cultura, assim como há palavras específicas para este sentido em iacuto (*ojun*), mongol (*bügä, bögä*), turco-tártaro (*kam*), páli (*samana*), dentre outras línguas (ELIADE, 2002).

Para os xamãs, o ser humano é uma totalidade e doença e cura são questões espirituais: corpo e alma trabalham juntos em prol de um mesmo todo. O desequilíbrio e as doenças acontecem principalmente em razão do rompimento entre homem e natureza, entre mundano e divino. Assim, o xamã entra em cena com a função de descobrir as causas deste rompimento e restabelecê-lo.

O xamã é, portanto, o conhecedor da alma humana, é o curandeiro que sabe diagnosticar e onde buscar a porção fugitiva da alma do doente, contatando-a, dialogando com ela e obrigando-a a se reintegrar ao corpo, favorecendo o restabelecimento da saúde do corpo e da alma. É o psicopompo que conhece o poder das ervas, a interpretação dos sonhos, as técnicas do

êxtase e os caminhos da geografia mística, habilitado a penetrar céus e infernos porque foi o escolhido para tal função, sempre acompanhado de seus guardiães invisíveis (ELIADE, 2002).

Campbell (1992) relata que os indígenas da América do Norte utilizavam-se de jejuns para alcançar o estado alterado de consciência necessário para que acontecessem as visões que lhes trariam conhecimento. O xamã poderia se afastar da aldeia e jejuar tantos dias e na frequência que se fizesse necessária para que atingisse a totalidade de seus poderes especiais, baseados em visões e em contato com seres espirituais. É a introspecção profunda, o contato íntimo com o mundo interno, carregado das influências arquetípicas daquela cultura, para tocar as informações que residem no inconsciente, tanto pessoal quanto coletivo.

Esta busca pela visão extática é encontrada em muitas culturas ao redor do mundo. O lama Tarthang Tulku (2010) considera a prática da visualização útil para o desenvolvimento da percepção, concentração e clareza: “quando focalizamos a consciência em imagens ou símbolos específicos, podemos voltar às idealizações mentais que definem e limitam as nossas percepções” (TULKU, 2010, p.109). A visualização no budismo nyingma prevê a concentração em uma imagem, até que ela seja vista por meio da percepção, transcendendo a própria imagem e trazendo significado e consciência.

A aproximação entre interno e externo acontece também na tradição alquímica. Conjunto de conhecimentos bastante diversos, a alquimia visa a transformação, tanto do interno quanto da matéria. Partindo da concepção de homem que abrange os níveis físico, psíquico e espiritual, assimilando-os aos três princípios de todos os elementos: enxofre-físico, sal-psíquico e mercúrio-espiritual, a transformação alquímica não se dá senão a partir da transformação do próprio alquimista (AMIX, 1990).

Neste universo, isto acontece porque há vínculos e identidades entre o que está dentro e o que está fora, o que está acima e o que está abaixo, entre o que acontece no céu e o que acontece na terra (EDINGER, 1990). Desta maneira, se o alquimista queria transformar algo no externo, deveria também atuar no interno, pois o dentro e o fora são unidos.

É possível e provável que o conhecimento destas e de outras culturas tenham influenciado Jung na formatação da técnica da imaginação ativa.

Porém, o fato é que ela foi desenhada em um período de introspecção profundo vivido por ele durante os anos de 1913 e 1930. O resultado foi a produção do *Livro Vermelho*.

### 3.2. Literatura clássica

Considera-se a literatura clássica como aquela que colaborou com a construção da técnica da imaginação ativa, servindo de base para os estudos mais recentes.

Foi feito um levantamento histórico desde os primeiros experimentos de Jung até que este tema passasse ter publicações menos frequentes, nos anos de 1990, e está aqui reportado em ordem cronológica.

#### 3.2.1. Carl Gustav Jung (1913 a 1955)

A pesquisa sempre está profundamente relacionada com a personalidade do pesquisador e as bases teóricas da psicologia analítica têm como fundamento principal a epistemologia pessoal de seu autor. Penna (2013) relembra a trajetória de Jung, médico que, recém-formado, carregava os conceitos positivistas do ambiente universitário, transferindo para a ciência a necessidade de uma visão com os rigores de investigações experimentais, acuracidade e precisão diagnóstica. Entretanto, sua visão pessoal de mundo era contrária ao materialismo e ao racionalismo positivista, que não serviam para o desenvolvimento da sua teoria psicológica: ele dizia que eram insuficientes e estreitos demais para abordar a natureza humana. Penna (2013) explica que:

“Do ponto de vista metodológico, a utilização do método experimental, aceito e validado pela comunidade científica da época, garante sustentação e incentiva Jung a dar continuidade aos estudos sobre o inconsciente, para além de uma metodologia experimental.

A partir de então, a epistemologia junguiana se desenvolve, ligada estreitamente às investigações clínicas e às pesquisas

em diversas áreas da cultura – mitos, literatura, religião, folclore e alquimia. Dessa forma, pode-se dizer que a epistemologia da psicologia analítica é construída tendo por base a experiência prática de Jung, suas reflexões e a articulação de diversas áreas do conhecimento sobre a constituição e o funcionamento da psique humana” (PENNA, 2013, p.93).

O processo de descoberta e formatação da técnica da imaginação ativa não poderia ter sido diferente, largamente baseado em suas experiências e desenvolvimento pessoal.

Jung conta em *Memórias, sonhos, reflexões* ([1961], 2006) que depois de sua ruptura com Freud passou por momentos de desorientação e de grande tumulto interno. Era por volta de 1912 e, analisando seus próprios sonhos e fantasias, notou que um tema repetia-se: mortos que, de alguma maneira, continuavam a viver, a despeito de sua condição. Foi tomado por um sentimento de perplexidade e, incapaz de chegar à origem desta perturbação, pensou: “ignoro tudo a tal ponto que simplesmente farei o que me ocorrer” (JUNG, [1961] 2006, p.208) e então diz o que lhe ocorreu: “abandonei-me assim, conscientemente, ao impulso do inconsciente” (JUNG, [1961] 2006, p.208). Neste momento, decide engajar-se no contato com as imagens do inconsciente, sem censuras ou críticas.

Reaparece em sua mente então uma brincadeira de infância, a edificação de castelos e casas com pedras e argila. Como comenta Chorodow (1997), o homem de meia-idade em crise foi tocado pelo espírito criativo e sua memória foi invadida por uma torrente de emoções. Jung dá-se conta de que a criança está viva dentro dele e se entrega à tarefa de brincar, desenvolvendo um relacionamento com este espírito vívido dentro de si. Sempre que o tempo permitia, Jung brincava, até que percebeu que seus pensamentos “se tornavam claros e conseguia apreender de modo mais preciso fantasias das quais até então tivera apenas um vago pressentimento” (JUNG, [1961] 2006, p.209).

A brincadeira de construção foi apenas o início de seu contato com a fantasia, que passou a ser registrada por meio de escritos, pinturas e esculturas. Posteriormente, passa a utilizar estes recursos artísticos para desbloqueio de pensamentos, funcionando como um rito de entrada ou um acesso ao inconsciente. Encontrando mais serenidade e maturidade, sua

energia começa a voltar e seus pensamentos a clarear. Como segue com a brincadeira, a partir deste *insight* é desencadeada uma onda de fantasias e criatividade.

Jung trabalhou arduamente com as imagens provenientes das suas fantasias, evitando extasiar-se com elas, mas sentindo profundamente seu significado e os transformando em elementos para sua teoria psicológica. Deste processo surgiram elementos que basearam os conceitos de sombra, persona, anima, entre outros.

Foi uma época de reclusão e reflexão, durante o qual se afastou da Universidade de Zurique, onde era livre-docente, para um profundo mergulho em si mesmo e em suas imagens internas. Muitas destas fantasias foram primeiramente anotadas no *Livro Negro*<sup>2</sup> e posteriormente ganharam imagens e transcrição elaborada no *Livro Vermelho*<sup>3</sup> (JUNG, [1961] 2006).

Hoerni (2009) mostra, no prefácio do *Liber Novus*, que o ano de 1913 foi essencial na vida de Jung, pois ele inicia o processo que chamou de “confronto com o inconsciente”, que durou até 1930. Foi um experimento que tocou fundo seus processos internos, traduzindo emoções em imagens e estimulando fantasias que estavam vivas dentro de si. Reafirma Boechat (2010):

“O livro vermelho não pode ser considerado uma obra de psicologia clássica. É antes uma descrição viva de um desfile de imagens internas poderosas com as quais Jung interage e dialoga de forma ativa, procurando com sua curiosidade permanente o significado mais definitivo, sua mensagem última, o que traziam de sentido final para a mente consciente” (BOECHAT, 2010, p.1).

Escrito na tradição da estrutura medieval, o livro reflete a importância simbólica da Idade Média para Jung, no sentido de uma construção introvertida para elaboração de valores e pensamentos; uma incubação para toda a filosofia e teoria psicológica que viriam a seguir. As imagens plásticas e belas que foram produzidas neste período ajudaram-no no processo de amplificação e integração simbólica, que seriam a base de sua teoria (BOECHAT, 2010).

---

<sup>2</sup> Seis pequenos volumes encadernados em couro negro, contendo suas anotações (JUNG, [1961] 2006).

<sup>3</sup> Encadernação em couro vermelho, contendo elaboradas representações ilustrativas e manuscritas de suas fantasias (JUNG, [1961] 2006).

Ao longo de toda a confecção do *Livro Vermelho*, Jung foi aprimorando sua teoria sobre a imaginação ativa, conforme a experienciava.

No ensaio *A função transcendente*, escrito em 1916, porém publicado somente em 1958, Jung ensina o passo a passo da técnica da imaginação ativa, ainda chamada de função transcendente quando o texto foi escrito (CHODOROW, 1997).

Inicia esclarecendo sobre a natureza unilateral do consciente, que elimina o material incompatível por meio de julgamentos parciais e preconcebidos. Sendo assim, há um limite claro para os conteúdos conscientes possíveis, que são somente aqueles passíveis de adaptação momentânea, enquanto que no inconsciente encontram-se outros aspectos referentes ao indivíduo. Com isto, tanto consciente quanto inconsciente comportam-se de maneira compensatória ou complementar em relação ao outro. Jung alerta que esta separação natural é ainda mais acentuada pela vida contemporânea, que exige cada vez mais da consciência atividades concentradas e dirigidas. Porém, quanto mais afastados estiverem consciente e inconsciente, maior o risco de uma contraposição desagradável (JUNG [1916] 2012).

Com este pano de fundo, e já indicando a necessidade de aproximação entre consciente e inconsciente, Jung ([1916] 2012) oferece algumas definições para a função que os aproxima e produz algo inédito e sintetizador:

“A função psicológica e ‘transcendente’ resulta da união dos conteúdos *conscientes* e *inconscientes* (grifo do autor)” (JUNG, [1916] 2012, p.13, §131).

“A tendência do inconsciente e a da consciência são os dois fatores que formam a função transcendente. *É chamada transcendente porque torna possível organicamente a passagem de uma atitude para outra* (grifo do autor), sem perda do inconsciente” (JUNG, [1916] 2012, p.18, §145).

“Quando se consegue formular o conteúdo inconsciente e entender o sentido da formulação, surge a questão de saber como o ego se comporta diante desta situação. Tem, assim, início a *confrontação entre o ego e o inconsciente* (grifo do autor). Esta é a segunda e a mais importante etapa do procedimento, isto é, a aproximação dos opostos da qual resulta o aparecimento de um terceiro elemento que é a função transcendente. Neste estágio, a condução do processo já não está mais com o inconsciente mas com o ego” (JUNG, [1916] 2012, p.33, §181).

“O alternar-se de argumentos e de afetos forma a função transcendente dos opostos. A confrontação entre as posições contrárias gera uma tensão carregada de energia que produz algo de vivo, um terceiro elemento que não é um aborto lógico, consoante o princípio: *tertium non datur* [não há um terceiro integrante], mas um deslocamento a partir da suspensão entre os opostos e que leva a um novo nível de ser, a uma nova situação. A função transcendente aparece como uma das propriedades características dos opostos aproximados. Enquanto estes são mantidos afastados um do outro – evidentemente para se evitar conflitos – eles não funcionam e continuam inertes” (JUNG, [1916] 2012, p.36, §189).

Para que se chegue a esta aproximação é necessário material proveniente do inconsciente, e a fantasia<sup>4</sup> cumpre este papel tão bem quanto o sonho, comumente considerado o primeiro passo para o contato com o inconsciente (JUNG, [1916] 2012).

Jung assume que a fantasia espontânea surge livremente com facilidade para algumas pessoas, e a partir de um treinamento específico para outras, ensina o passo a passo para que todos possam chegar a ela (JUNG, [1916] 2012).

Em um primeiro momento, são aconselháveis exercícios sistemáticos para a eliminação da atenção crítica, abrindo uma espécie de vazio na consciência, favorecendo o aparecimento das fantasias latentes. Isto é necessário porque a atenção crítica fica voltada à orientação unilateral da consciência, que deve ser diminuída para que o sistema autorregulatório da psique possa agir (JUNG, [1916] 2012).

A seguir, esta espécie de vazio permitirá que a tensão presente, ou o estado afetivo inicial seja o ponto de partida para a fantasia. É como se o sistema autorregulatório da psique partisse de uma energia que se encontra em lugar inadequado. Assim, é necessário que se reconheça qual é o estado afetivo a partir do qual se quer trabalhar via fantasia. Sobre isso, Jung diz que “o indivíduo se torna consciente do estado de ânimo em que se encontra, nele mergulhando sem reservas e registrando por escrito todas as fantasias e demais associações que lhe ocorrem” (JUNG, [1916] 2012, p.28, §167).

---

<sup>4</sup> Termo usado por Jung neste ensaio.

Consequentemente, o próximo passo é o mergulho, sem restrições, censuras ou críticas, na fantasia, deixando que ela emerja e se expanda em associações, porém sem sair do foco inicial, que é referente ao estado afetivo que originou o procedimento. O resultado é a ilustração do afeto, traduzido para a consciência como a síntese da colaboração entre consciente e inconsciente (JUNG, [1916] 2012).

Uma vez realizada a imaginação ativa, o último passo é o registro do que aconteceu. Jung ([1916] 2012) orienta que sejam concretizadas as imagens, sons, sensações e o que mais tenha emergido, por meio de pinturas ou desenhos para quem tem este talento; descrição por escrito do que foi visto ou ouvido pela escrita automática; ou ainda por meio da dança, expressão corporal ou a modelagem plástica para quem tiver esta habilidade. Na justificativa para a representação e o registro da fantasia Jung ([1935] 2012) deixa claro em texto sobre os objetivos da psicoterapia (*A prática da psicoterapia*) que, uma vez que a fantasia não erra, ligada profunda e intimamente com a base instintual humana, deve merecer toda a atenção. Desta forma, sua representação faz com que o praticante se esforce para traduzir seu conteúdo, a princípio intraduzível, mantendo-se ativo frente à fantasia.

A importância desta atitude ativa está complementada em *Tipos Psicológicos* ([1921] 2012) e merece uma explicação sobre a fantasia<sup>5</sup> ativa e passiva, no que se refere à percepção dos conteúdos que emergem do inconsciente.

A fantasia ativa é aquela que, trabalhando em paralelo com a intuição, leva clareza e evidência sobre a questão original, pois a consciência se apropria dos conteúdos recebidos do inconsciente, que vão sendo traduzidos claramente, fazendo sentido: é possível interferir na fantasia, alcançando o diálogo entre consciente e inconsciente. Seu produto necessita compreensão, uma vez que o conteúdo vindo do inconsciente não é oposto ou contraposto, mas compensatório à consciência (JUNG [1921] 2012).

Na fantasia passiva, há somente a observação da consciência sobre os conteúdos que chegam do inconsciente, sugerindo até mesmo uma relativa

---

<sup>5</sup> Jung segue nomeando fantasia o conteúdo das imaginações.

dissociação da psique. Aqui, nenhuma interferência da consciência acontece no decorrer da fantasia. Seu produto requer uma crítica consciente, pois emerge de um contraponto, de um contraste muitas vezes não aceito pela consciência (JUNG [1921] 2012).

Em qualquer que seja o caso, a fantasia deve ser entendida tanto na causa quanto na finalidade, como sugerem tradicionalmente as análises na clínica junguiana.

“Para mim, a fantasia como atividade imaginativa é mera expressão direta da atividade psíquica, da energia psíquica que só é dada à consciência sob a forma de imagens ou conteúdos, assim como a energia física só pode manifestar-se como estado físico estimulando os órgãos sensoriais de modo físico” (JUNG [1921] 2012, p.451, §810).

O resultado deste procedimento é imprevisível, uma vez que é a síntese entre consciente e inconsciente. Porém, Jung observou que há duas possibilidades: a formulação criativa, na qual há uma condensação dos temas em símbolos; e a compreensão, predominando o sentido da produção (JUNG [1921] 2012).

Cada possibilidade dependerá do perfil de cada praticante, porém ambas incorrem em riscos: a formulação criativa pode supervalorizar o valor artístico da fantasia, prendendo-a ao teor estético; já a compreensão pode valorizar a análise intelectual a tal ponto que distancia o praticante do símbolo que tem poder verdadeiramente transformador. Porém, tanto a formulação criativa precisa da compreensão, quanto esta precisa daquela, de maneira complementar, para se alcançar a função transcendente e seus benefícios transformadores (JUNG [1921] 2012).

Desde 1912 (no texto *Técnica de diferenciação entre o eu e as figuras do inconsciente*), Jung já expunha a importância da transformação da libido como meta da análise, pois se não há transformação, continua-se a alimentar os sistemas neuróticos. A conscientização constante da fantasia promove a identificação da realidade interna, em confronto com a vivência do mundo concreto. Isto favorece a ampliação da consciência, a diminuição gradual da influência do inconsciente, inclusive diferenciando o individual do coletivo, e

também possibilitando a abertura de espaço para a realização individual (JUNG, [1912] 2012).

Em 1929, durante o período no qual estudou e esteve mais próximo da cultura oriental, escreve os comentários sobre a obra *O segredo da flor de ouro*. Aqui, Jung ([1929] 2012) enfoca a importância da ampliação da personalidade à maneira chinesa, que coincide com suas experiências com imaginação ativa: deixando que o fluxo de energia aconteça de acordo com aquilo que tiver que ser representado.

O texto chinês parte do conceito de Tao, traduzido por Jung para o pensamento ocidental como o método ou caminho consciente, que deve unir o separado (JUNG, [1929] 2012). Os meios para esta união podem ser colocados em paralelo com a técnica junguiana.

Um destes paralelos diz respeito à grande probabilidade das representações das fantasias concretizarem-se em forma de mandala (círculo ordenado) que é ao mesmo tempo expressão e atuação, centro e periferia. Largamente difundida no oriente, aparece também no ocidente representando flores, rosáceas, cruces, rodas, dentre outros. Sugere a união de opostos a partir da circulambulação, delimitando simbolicamente uma área a ser percorrida em torno do si mesmo com o objetivo de envolver todas as facetas daquele mesmo tema. É também o “autoconhecimento através da autoincubação” (JUNG, [1929] 2012, p.32, §39) pois:

“A vontade consciente não pode alcançar uma tal unidade simbólica, uma vez que a consciência, nesse caso, é apenas uma das partes. Seu opositor é o inconsciente coletivo, que não compreende a linguagem da consciência. É necessário contar com a magia dos símbolos atuantes, portadores das analogias primitivas que falam ao inconsciente. Só através do símbolo o inconsciente pode ser atingido e expresso; este é o motivo pelo qual a individuação não pode, de forma alguma, prescindir do símbolo. Este, por um lado, representa uma expressão primitiva do inconsciente e, por outro, é uma ideia que corresponde ao mais alto pressentimento da consciência” (JUNG, [1929] 2012, p.34, §44).

Estes textos mais teóricos a respeito da imaginação ativa foram escritos enquanto Jung produzia o *Livro Vermelho*, durante o período que ele mesmo denominou confronto com o inconsciente (JUNG, [1961] 2006). Boechat (2010)

aponta para o interessante fato de que o *Liber Novus* foi elaborado em dois níveis: no primeiro há a emergência de imagens espontâneas e configurações simbólicas de grande intensidade emocional; no segundo, tais imagens, densas e profundas, são trabalhadas dentro de um processo reflexivo, simbólico-interpretativo. Estes são os dois níveis por excelência da imaginação ativa e parece que os textos de Jung sobre a técnica seguem cronologicamente esta mesma trilha: depois deste período de produção do *Livro Vermelho*, no qual escreveu mais teoricamente sobre a técnica, Jung passa a escrever sobre estudos de caso e aplicações mais práticas e reflexivas, claramente já a utilizando com seus pacientes.

Em 25 de novembro de 1932, numa carta dirigida à sra. N. (destinatária alemã não identificada), Jung explica sobre a dualidade da psique, considerando a importância de estarmos atentos aos seus aspectos irracionais mas também sobre a necessidade de vivermos ao lado da racionalidade, mesmo porque é a racionalidade que nos leva à observação do inconsciente. Afirma que o caminho criativo é a melhor maneira de lidar com o inconsciente e sugere que a sra. N. fantasie, elaborando seu conteúdo como se fosse uma situação real e dá ainda uma sugestão de análise: todas as dificuldades que encontrar na fantasia são a expressão simbólica de suas próprias dificuldades psíquicas. Na medida em que aprender tais dificuldades na fantasia, superará também em sua psique (JUNG, 2002).

Em 1933, Jung ([1933] 2012) escreve sobre o célebre estudo de caso sobre as representações das fantasias da senhora X, por meio da evolução dos quadros pintados pela paciente ao longo de dez anos de imaginação ativa, enquanto estava em análise com ele. Ela era uma americana inteligente, culta e vivaz de 55 anos que procurou Jung para aprimorar seus estudos em psicologia. Solteira, sua dedicação à vida acadêmica refletia seu complexo paterno positivo, porém, estava estancada em suas possibilidades, procurando novos caminhos para sua vida. Consciente de sua relação insatisfatória com a mãe, Jung diz que a senhora X foi à Europa para buscar sua própria infância e suas origens maternas, oriundas da Escandinávia (JUNG, [1933] 2012).

A senhora X começa a pintar espontaneamente após sua chegada à Europa, encantada com as paisagens bucólicas com as quais passou a ter contato na Dinamarca. Jung aproveita este interesse e passa a incentivá-la no

método da imaginação ativa. De início, eram quadros modestos tecnicamente, porém que lhe ofereceram vida nova por meio dos símbolos ali representados. As primeiras pinturas indicavam um estado de prisão, de cativeiro, refletindo uma parcial identificação com a mãe, que a imobilizava. Já no segundo quadro, a transformação começa a acontecer: na pintura, um raio representava a liberdade que se iniciava. Seu processo psíquico prossegue de modo que ela passa a se reconectar consigo mesma.

Em 1935, Jung ([1938] 2012) apresenta cinco conferências em Londres, conhecidas como *Tavistock Lectures*. Em sua quinta conferência, Jung usa o termo imaginação ativa pela primeira vez. Discorre sobre a técnica a pedido do Dr. J.A. Hadfield e cita o exemplo de um jovem artista, que compreende o que o analista queria dizer com a técnica quando se transporta para um cartaz colado em uma pequena estação de trem. Era uma propaganda e continha um cenário dos Alpes com cachoeiras, um campo verde e uma colina com algumas vacas no centro. Consegue “entrar” na paisagem e andar por ela, atravessar um portão e chegar até uma capelinha. Decide entrar e encontra ali um altar com uma Madona rodeada por flores. Algo com orelhas pontudas parece desaparecer atrás da Madona e o jovem artista interrompe instantaneamente a fantasia. Na tentativa de tirar a prova sobre a relevância desta imaginação, repete-a e, para sua surpresa, a figura de orelhas pontudas novamente desaparece atrás da Madona. Então, o jovem entende que há algo que independe do consciente na imaginação e que pode se beneficiar desta experiência viva (JUNG, [1935] 2012). Jung explica que

“A imaginação ativa, como o termo diz, designa imagens dotadas de vida própria e os acontecimentos simbólicos se desenvolvem de acordo com uma lógica que lhes é peculiar – quer dizer, logicamente, se a imaginação consciente não interferir” (JUNG, [1935] 2012, p.191).

Com a prática da imaginação ativa, o material onírico tende a diminuir, pois as imagens substituem os sonhos com vantagem, uma vez que são produzidas a partir do estado consciente, oferecendo estrutura mais completa que os sonhos, em termos de visualização e percepção (JUNG, [1935] 2012).

Em meio a outros exemplos e análises de produções artísticas, Jung encerra a conferência afirmando que os desenhos do inconsciente expressam

as verdadeiras condições da psique de um indivíduo, podendo ser usadas em diagnósticos ou mesmo em prognósticos (JUNG, [1935] 2012).

Neste momento, vale retomar o período de confecção do *Livro Vermelho* pois Jung finaliza a fase que ele mesmo chamou de confronto com o inconsciente em 1930 e afasta o *Liber Novus* inacabado.

Apesar de ter considerado publicá-lo, nunca o fez, divulgando apenas um pequeno trabalho: *Sete sermões aos mortos*. Hoerni (2009) analisa os motivos pelos quais Jung não o publicou, levantando três fatores principais: a obra não estar acabada; o crescente interesse de Jung em alquimia e tanto o *Livro Negro* quanto o *Livro Vermelho*, por serem autobiográficos, não teriam caráter didático, ficando de fora das Obras Completas.

Porém, Shamdasani (SHAMDASANI & HILLMAN, 2015) tem outra opinião para Jung não ter publicado pessoalmente o *Livro Vermelho*. Para ele, Jung não organizou o livro só para si, pois a consciência, a luz das imagens ali contidas deveria ser compartilhada com todos. Jung teria ficado em certo conflito sobre o impacto que a obra causaria, uma vez que refere a seus próprios conteúdos, expressos em arte. Porém, a causa para a não publicação teria mais relação com o fato do livro não estar acabado. Conta Shamdasani (SHAMDASANI & HILLMAN, 2015) que por volta de 1958, Jung retomou suas transcrições e tentou finalizá-lo, porém acabou por afastá-lo novamente.

Seja qual tenha sido a verdadeira causa para a não publicação do *Livro Vermelho* pelo próprio Jung, uma coisa é certa: sua interrupção se deu justamente quando o autor buscava aprofundar seus estudos em alquimia. Assim, é interessante observar que a ideia da imaginação ativa, baseada no confronto com o inconsciente, deixando que imagens internas produzam um efeito transformador, apresenta-se também na alquimia. Desta maneira, é possível dizer que Jung tenha se mantido na mesma base, porém sob a concepção da alquimia.

Os últimos registros sobre imaginação ativa nas obras completas estão nos três volumes de *Mysterium Coniunctionis*, de 1955, nos quais, entre outras análises, Jung correlaciona a transformação da consciência pela imaginação ativa com o processo alquímico. Ele mostra que o árduo trabalho dos alquimistas, muitas vezes aparentemente infrutífero, produz seus efeitos na psique, uma vez que durante o processo alquímico há projeções que

representam o inconsciente de maneira intuitiva e até mesmo visionária. Estas projeções são conteúdos inconscientes aparecendo na matéria. Sua conscientização, ou o entendimento da própria fantasia, conduz a representações plásticas do processo de individuação a partir dos processos alquímicos, tal como na imaginação ativa (JUNG [1955] 2012a e b).

Nesta reflexão madura de Jung sobre a técnica, sugere-a como indicação “quando o processo de dissolução (análise!) tiver constelado os opostos em tal medida que a união ou composição (síntese!) da personalidade se tornar necessidade imperiosa” (JUNG [1955] 2012b, p.309, §365).

### 3.2.2. Aniela Jaffé (1940)

A imaginação é o caminho natural para a experiência pessoal do inconsciente coletivo. Com esta ideia, Jaffé (1995) introduz o conceito de imaginação ativa em seu livro *O mito do significado na obra de C.G. Jung* e coloca a imaginação como uma fonte de inspiração vinda do inconsciente, que deve ser aceita pelo ego como realidade, colaborando e confrontando-se com ela.

Para Jaffé (1995), a imaginação é uma manifestação natural e automática da psique, como fragmentos de sonhos despertos, funcionando em um limiar abaixo da consciência, porém muitas vezes imperceptível a ela, que tem seu foco mais centrado nas preocupações com o mundo exterior. Jaffé concorda com Jung ao dizer que o objetivo da imaginação ativa é encontrar um termo que esteja entre consciente e inconsciente, que possa reunir os opostos, viabilizando o caminho a ser trilhado no processo de individuação.

### 3.2.3. Michael Fordham (1956)

A teoria da psicologia analítica, conforme desenhada por Jung, não foi baseada no desenvolvimento infantil. Aborda as etapas da vida, mas de modo a considerar o desenvolvimento psíquico a partir da fase adulta. Entretanto, Solomon (2011) aponta que, após a Segunda Guerra Mundial, abriu-se campo

para diversas discussões a respeito da psique infantil influenciando o indivíduo já adulto. Fordham foi um destes teóricos que buscou o estudo do desenvolvimento infantil, ampliando para este tema as reflexões a respeito da imaginação ativa.

Seu primeiro texto sobre imaginação ativa, *Active imagination and imaginative activity*, de 1956, aponta para a diferença entre a atividade imaginativa infantil e imaginação ativa. Para ele, na atividade imaginativa infantil as crianças confrontam as imagens, que são reais e ativas, porém sem que haja verdadeira disputa envolvida, mas sim uma brincadeira; já na imaginação ativa, o jogo é semelhante, porém mais plástico, com ênfase na atividade criativa (FORDHAM, 1956).

Assim, a diferença entre uma e outra depende da atividade do ego; entretanto, o autor prefere considerar que as crianças experienciam a atividade imaginativa enquanto que os adultos podem experimentar a imaginação ativa. A razão para esta distinção é que, neste texto, ele afirma que a individuação é uma questão somente para adultos. Sendo assim, para ele é coerente que terapeutas de adultos optem por este método em psicoterapia como ferramenta para a busca do caminho da individuação (FORDHAM, 1956).

#### 3.2.4. Gerhard Adler (1961)

Em seu livro *The living symbol*, o autor apresenta um detalhado estudo que considera ser representativo dos estágios do processo de individuação descritos por Jung.

É o caso de uma paciente claustrofóbica de 49 anos, cujos pais eram professores, ambos falecidos. O pai era intelectual e artista, porém obscurecido pela personalidade da esposa. A mãe fora uma diretora de escola bem sucedida, emocional e calorosa, porém sua intensidade e vitalidade eram, muitas vezes, esmagadoras. A paciente tinha consciência da personalidade complexa de sua mãe, porém não imaginava o efeito que sua mãe havia tido sobre ela. Apesar de ter sido estudante brilhante e ocupar cargo de responsabilidade no trabalho, faltava-lhe autoconfiança e autoestima. Seu namorado era extrovertido, caloroso e intenso tal qual sua mãe (ADLER, 1961).

A claustrofobia havia aparecido por volta de 35 anos, a princípio em crises ocasionais, mas aos 44 anos uma crise mais séria fez com que buscasse ajuda (ADLER, 1961).

O material da análise de Adler foi obtido durante os primeiros dez meses de cinco anos que a paciente esteve em psicoterapia com ele. Constituído de 200 sonhos e diversas produções provenientes de imaginação ativa, como a pintura, a paciente esteve sempre disposta a mergulhar profundamente em tudo o que a levasse a compreender comportamentos, atitudes e sentimentos (ADLER, 1961).

### 3.2.5. Dorothy Davidson (1966)

Em seu artigo *Transference as a form of active imagination*, Davidson (1966) traça um paralelo entre a imaginação ativa e a análise em si, considerando que a análise bem-sucedida pode e deve ser baseada na imaginação ativa.

Nesta visão, o analista deve ter uma postura favorável à imaginação ativa pois ele, que sempre participa consciente e inconscientemente do processo pessoal do analisando, deve ter a atenção voltada para isto. O paciente evoca no analista a resposta que lhe é necessária naquele momento com o objetivo de integrar elementos inconscientes. O analista então acessa o conteúdo que está inconsciente por meio da imaginação ativa, simboliza-o e o transmite ao analisando, tornando-o consciente.

O mecanismo é o mesmo das imagens e fantasias que vêm à consciência por meio da imaginação ativa, porém por intermédio do analista.

Eventualmente, o analisando pode se envolver espontaneamente na imaginação ativa e, neste caso, a experiência acontece numa área subjetivo-simbólica compartilhada entre os dois.

Em quaisquer experiências, o papel do analista deve ser sempre o da consciência, favorecendo as transformações necessárias no paciente.

### 3.2.6. Michael Fordham (1967 e 1977)

Em 1967, Fordham volta a refletir sobre imaginação ativa, questionando seu uso frente à psicopatologia no artigo *Active imagination – deintegration or disintegration*.

Para isto, utiliza os conceitos de deintegração e reintegração. Segundo ele, o Self originário da criança precisa se deintegrar, ou se subdividir espontaneamente em núcleos para poder se transformar, de acordo com processos arquetípicos necessários naquele momento. Estes núcleos voltam a se reunir ou se reintegrar mediante a ação do Self. Este processo acontecerá repetidamente ao longo da vida, de modo a favorecer o desenvolvimento contínuo do indivíduo. Entretanto, a tendência à não reintegração indica o risco de desencadeamento de uma psicose. Desta forma, Fordham alerta para a importância dos devidos cuidados ao se decidir pela técnica (FORDHAM, 1967).

Dez anos depois, Fordham (1977) publica *A possible root of active imagination*, no qual relaciona fenômenos transicionais com a imaginação ativa. Lembra a história pessoal de Jung, que sente intensa necessidade de se entregar novamente à brincadeira infantil de construção com blocos, mostrando que um conflito da infância, que não foi resolvido, pode esconder seu self verdadeiro. Para o autor, a imaginação ativa tem estreito paralelo com o fenômeno transicional, pois ambos ocupam um espaço intermediário entre a realidade interna e a externa, com a função de amenizar a aproximação entre uma e outra.

### 3.2.7. Marie-Louise Von Franz (1979)

A autora enfoca o contato com o inconsciente e sua integração à consciência em seu livro *A alquimia e a imaginação ativa*.

Ela esclarece sobre a origem dupla da alquimia, baseada na filosofia grega, vinda principalmente do contato com a natureza; e na avançada tecnologia egípcia. Esta dualidade representada por natureza e tecnologia reaparece de diversas maneiras, inclusive no fato de a alquimia ter um lado

extrovertido e outro introvertido. O lado extrovertido é o como fazer, dando ênfase às receitas, quantidades e misturas; o lado introvertido é o que busca as pressuposições subjetivas e teóricas do experimento. Segundo ela, Demócrito, o alquimista, entendia este aspecto teórico-religioso-filosófico como a meditação da alquimia (VON FRANZ, 1994).

A dualidade natureza / tecnologia vem da ideia que o mistério que os alquimistas tentavam descobrir, a estrutura do universo, estava inserido neles mesmos, em seus corpos e nas suas personalidades. A busca pela *prima materia*, a substância da qual tudo é feito, poderia seguir tanto pelo trabalho com os materiais quanto pelo trabalho com o que há de mais íntimo dentro de si, pois os dois caminhos combinados trariam os resultados esperados, já que olhar para dentro também é olhar o mistério (VON FRANZ, 1994).

Naturalmente, haviam alquimistas mais introvertidos e outros mais extrovertidos, o que se refletia na abordagem alquímica de cada um. Assim, os extrovertidos eram mais inclinados a seguir as formas de pensamento dominantes; já os introvertidos eram atraídos pelos próprios sonhos, utilizando seus significados como fontes de informação para seu trabalho (VON FRANZ, 1994).

Apesar de a alquimia ter perdido sensivelmente seu lado introvertido por volta do século XVIII, um alquimista introvertido, Dorn, acreditava que a alquimia era um trabalho a ser desenvolvido na personalidade do alquimista, não apenas misturando substâncias, já que a aparência química das coisas está longe de ser sua verdadeira essência, devendo-se ir para além dela, em um duplo acesso, não só fazendo experimentos como formando opiniões. Para ele, a natureza dual de todas as coisas levava ao conflito e, por isso, era necessário encontrar novamente uma ligação para esta duplicidade, para que fosse possível o retorno à unidade. É o terceiro, aquele que une os opostos e leva ao retorno à unidade num nível mais elevado (VON FRANZ, 1994).

Neste interessante paralelo com a filosofia da psicologia analítica, Von Franz afirma que Jung considerava a tradição introvertida da alquimia como “a arte da imaginação ativa com as substâncias” (VON FRANZ, 1994, p.28).

Assim, a autora mostra que o que insistimos em manter separado, inconsciente coletivo e matéria, eram a mesma coisa para a alquimia, apenas observados sob enfoques diferentes.

### 3.2.8. John Sanford (1980)

Em seu livro *Parceiros invisíveis*, Sanford (1987) discorre sobre a natureza do masculino e do feminino, porém destaca a técnica da imaginação ativa como uma ferramenta importante no processo analítico. Para ele, a análise psicológica comumente baseada na compreensão racional do que acontece no interior do paciente não é suficiente. Concorda que a compreensão mais racionalizada proporciona orientação consciente e aumenta a força do ego, porém utilizada isoladamente provoca a falta de reconciliação entre consciente e inconsciente, tanto para alterar alguma situação interior quanto para trazer renovação.

Há vários pontos de partida possíveis para a imaginação ativa, como uma cena de sonho, uma fantasia que persegue a mente, ou mesmo pensamentos recorrentes, indicando que a imaginação pode ser ativada a partir de qualquer manifestação do inconsciente (SANFORD, 1987).

Independente do ponto de partida, no interior da mulher o timbre de voz é frequentemente masculino, enquanto que no interior do homem há o timbre mais feminino. Em qualquer situação, é importante que se personalize essas vozes interiores e se dialogue com elas, registrando depois toda a atividade. O registro é importante na visão de Sanford (1987) para garantir-lhe realidade e concretude, de modo que não possamos fugir daquilo que nos provoca um difícil confronto.

Sanford (1987) compara as vozes de tom positivo com o *daimon* ou o espírito inspirador que todos têm dentro de si. O autor o compara a um analista pessoal e interno, que favorece o acesso à sabedoria inconsciente.

Ao final, Sanford (1987) dá sua visão de imaginação ativa, buscando um exemplo de seu uso na Bíblia:

“Finalmente, notem que o termo é imaginação *ativa*. Não é uma técnica na qual os movimentos do inconsciente são simplesmente observados. Ao contrário, o ego se insere no processo e as solicitações do inconsciente se chocam com a realidade do ego. No seu diálogo com Satanás, o ego de Jesus ficou bem evidenciado. Ele não apenas ouviu a voz, mas reagiu

e respondeu a ela. Naturalmente o diálogo pode acontecer também com uma voz positiva, como no caso do diálogo de Elias com a voz de lahweh, na caverna do Monte Sinai. Mas em ambos os acontecimentos o processo de imaginação ativa supõe uma participação ativa do ego, e representa uma tentativa do consciente e do inconsciente de discutir um com o outro e de elaborar juntos uma vida criativa” (SANFORD, 1987, p.167).

### 3.2.9. Barbara Hannah (1981)

Hannah (1981) foi analisanda de Jung e posteriormente passou a trabalhar como analista junguiana, utilizando-se bastante da técnica da imaginação ativa.

Ela pontua que este não é um método novo, mas revisto ou descoberto por Jung a partir das formas de meditação e de introspecção que o homem tem usado desde muito tempo, como meio para entrar em contato e aprender com seu deus ou seus deuses internos. Para Hannah (1981), é um trabalho duro e de profundo mergulho no inconsciente que tem como objetivo a verdadeira busca da totalidade, da inteireza do nosso ser (tradução nossa), como descreve no livro *Active Imagination: as developed by C.G.Jung*:

“[...] se honestamente queremos encontrar nossa própria totalidade, viver nosso destino particular tão completamente quanto possível; se realmente queremos abolir a ilusão em princípio e encontrar a verdade do nosso ser, embora poucos de nós gostem do jeito que somos, então nada nos pode ajudar mais em nossa empreitada do que a imaginação ativa” (HANNAH, 1981, p.12).

A analista e professora do C.G. Jung Institute conta que Jung pedia para que ela sempre contasse uma pequena história nas aberturas de seminários ou palestras que proferisse. Era a história chinesa do “fazedor de chuva” de Kiau Tchou, cidade na China onde vivia Richard Wilhelm<sup>6</sup>, o amigo que lhe relatou esta história (HANNAH, 1981).

Certa vez, uma grande seca assolou a região e depois que todas as formas habituais de se trazer chuva já haviam sido tentadas, foi chamado um

---

<sup>6</sup> Richard Wilhelm, sinologista, escritor e amigo de C.G. Jung.

“fazedor de chuva”. Era um velhinho pequenino, de costas curvadas, que cheirou o ar com certo desagrado ao descer do carro. Pediu para ficar sozinho em uma cabana fora dos limites da vila, e sua comida deveria ser colocada do lado de fora: queria total isolamento, o que foi conseguido por três dias. Ao final do terceiro dia, não só choveu como neveu fortemente, condição climática imprevisível para a época do ano. Impressionado, Wilhelm foi ter com o velhinho e lhe perguntou como poderia ter feito chover e nevar, ao que o “fazedor de chuva” respondeu que não era o responsável por tais fenômenos. Wilhelm insistiu, pois haviam passado por um período de longa seca e, depois dos três dias de permanência do homem nas cercanias da vila, havia abundância de chuva e neve. Então, o homem disse que vinha de um lugar onde as pessoas estavam em harmonia, vivendo no Tao e por isto o clima lá estava em ordem também. Quando chegou à vila, percebeu que as pessoas estavam em desordem, e isto o estava contaminando. Quando ficou sozinho e alcançou novamente o Tao, a chuva aconteceu (HANNAH, 1981).

Hannah (1981) entendeu a importância desta história quando acompanhava Jung em uma reunião no Clube Psicológico de Zurique e o teórico a repetiu, mesmo sabendo que todos os presentes a conheciam. Entretanto, ao final da história, a atmosfera da sala havia se modificado e ela então percebeu o porquê de repeti-la com tanta frequência e passou a seguir a orientação do mestre.

Com anos de dedicação a esta técnica, a autora definiu algumas regras simples para o analista que quer orientar seus pacientes (HANNAH, 1981):

1. Estar sozinho e sem perturbações na medida do possível;
2. Sentar e se concentrar em ver ou ouvir o que quer que venha ou surja do inconsciente;
3. Quando o material emergir, o que alerta não ser fácil, é interessante evitar que ele mergulhe novamente no inconsciente, e aqui ela sugere o uso de recursos como desenho, pintura, escultura, escrita ou mesmo dança e música para registrar o que quer que tenha emergido. Sugere também a conversa com conteúdos inconscientes que apareçam personificados, como meio de riquíssima troca entre consciente e inconsciente.

4. O analista deve interferir o mínimo possível, inclusive não interpretando a fantasia por meio de análises ou comentários. A única interferência permitida ao analista é sobre a metodologia de uso.

Com estas instruções, Hannah (1981) reafirma que o trabalho de imaginação ativa é individual e solitário; a exploração do inconsciente deve ser feita de forma a objetivar o encontro com a própria totalidade e não a busca de fins pessoais ou de realização do próprio caminho, pois este é um dos trabalhos do ego.

Ao analista, orienta que não utilize este recurso no início do processo analítico, pois são raras as pessoas que podem utilizá-lo legitimamente e se beneficiar dele tão cedo; e observar que este processo necessariamente prevê a aceitação da sombra como o primeiro de muitos conteúdos inconscientes que podem surgir (HANNAH, 1981).

E opina fortemente sobre a técnica, dizendo que a empreitada é perigosa e não se deve fazê-la sem a orientação de um especialista, sob risco de dominação pelo inconsciente, desencadeando um processo psicótico. Esta não é a opinião de todos os autores do tema, porém, para Hannah (1981), nossas intenções conscientes são constantemente cruzadas pelo desconhecido, que está em oposição ao consciente, sendo importante um ego suficientemente fortalecido para tal empreitada.

Hannah (1981) nos oferece talvez a maneira mais simples de entender a imaginação ativa, como a oportunidade de abrir negociações com forças e figuras do inconsciente.

### 3.2.10. James Hillman (1983)

A regra básica no método da psicologia arquetípica é o ficar com a imagem, uma vez que a imagem é sempre mais abrangente e complexa que um conceito (HILLMAN, 1995). “Pecamos contra a imaginação sempre que perguntamos a uma imagem por seu significado, o que requer que as imagens sejam traduzidas em conceitos” (HILLMAN, 2010a, p.109).

A imagem não é aquilo que se vê, mas a maneira como se vê algo. Significa que o trabalho essencial em terapia é “tornar-se consciente das ficções nas quais o paciente está projetado e reescrever ou *ghost write*, colaborativamente, a história, recontando-a num estilo mais profundo e autêntico” (HILLMAN, 1995, p. 78).

Com o foco voltado para as imagens, a imaginação ativa se torna um componente importante na exploração destes conteúdos. O próprio Hillman (2010) traz uma interessante descrição do que é a imaginação ativa por meio de suas negações no livro *Ficções que curam: psicoterapia e imaginação em Freud, Jung e Adler*. (1) não é uma disciplina espiritual, trabalha-se com imagens que surgem; (2) não visa a arte, mas pode esteticamente dar forma às imagens, em prol das figuras em si; (3) não objetiva o silêncio, mas o discurso, o relacionar-se com as imagens; (4) não é uma atividade religiosa, mas psicológica; (5) não é uma atividade psicológica apenas no sentido pessoal, mas de ver através das fantasias criadas; (6) não é uma atividade psicológica no sentido mágico, mas de autoconhecimento.

Para o autor, o objetivo da técnica é curar a psique do literalismo, balanceando-o com a imaginação. É a técnica do “conhece-te a ti mesmo”, interminável pela própria intenção (HILLMAN, 2010a).

Porém, há o perigo de que se troque uma imagem, produzida legitimamente pela psique por comentários ou influências externas que existam sobre ela, até mesmo por uma digressão.

Assim, o autor posiciona-se contra a ideia de guias para a imaginação, pois considera que a atividade ficaria mais voltada para a realização do ego do que para a realização das imagens. Seu ponto de vista é que a imaginação precisa de liberdade para que possa ser aproveitada adequadamente pelo imaginante, sem as amarras de uma interpretação racional (HILLMAN, 2010b).

### 3.2.11. Andrew Samuels (1985)

O autor explora as relações entre a contratransferência e o mundo imaginal por meio de uma pesquisa conduzida por ele junto a trinta

psicoterapeutas e publica estes resultados no artigo *Countertransference, the 'mundus imaginalis' and a research project*.

Nenhum dos entrevistados referiu-se à contratransferência como forma de imaginação ativa, porém Samuels (1985) concluiu que há um imaginário poderoso que se origina no analisando de tal maneira que envolve o analista, funcionando como a imaginação ativa.

A hipótese confirmada na pesquisa foi a de que há dois tipos de contratransferência, originadas da transferência, sendo por isto comunicações vindas do paciente. Uma delas é a contratransferência reflexiva, que é o reflexo no analista do estado ou condição do paciente: quando o analista sente dentro de si o mesmo que o paciente está sentindo, como ansiedade, tristeza, angustia, etc. A segunda é a contratransferência incorporada, quando o analista adentra o mundo interno do paciente de tal maneira que personifica figuras de seu mundo interno. Neste tipo de contratransferência, pode acessar, via imaginação ativa, conteúdos desta personificação.

Samuels (1985) afirma ser muito comum esperar a imaginação ativa do paciente, porém, o analista também se utiliza dela como parte do processo de transformação que se dá a partir do símbolo.

### 3.2.12. Robert A. Johnson (1986)

O autor estrutura técnicas para cada um realizar seu próprio trabalho interior, definido por ele como “o esforço pelo qual chegamos a perceber as camadas mais profundas de consciência dentro de nós e nos dirigimos para integração do *self* total” (JOHNSON, 1989, p. 22). No livro *Sonhos, fantasia e imaginação ativa: a chave do reino interior* abordou duas possibilidades de trabalho com recursos internos: sonhos e imaginação ativa.

Para a imaginação ativa, a primeira sugestão é que, antes de iniciar um trabalho com imaginação, o praticante deve se assegurar da possibilidade de recorrer à ajuda profissional caso se veja dominado pela imaginação, absorvido pela fantasia. Outras sugestões são não florear a imaginação para torná-la mais bonita, mas deixá-la simples e rústica e, a medida do possível,

personificar o conteúdo desconhecido do inconsciente, de modo a poder dialogar e lidar com ele (JOHNSON, 1989).

Johnson (1989) então descreve quatro etapas para uma realização mais fluida da imaginação ativa:

A primeira é o convite ao inconsciente e aos seus aspectos para que façam contato com o ego. Para isto, a melhor maneira é desligar a mente do mundo externo, dirigindo o olhar para dentro de si e esperar pacientemente pelo que vai acontecer. Neste momento, deve-se lembrar de que qualquer imagem é importante e pode representar uma oportunidade de crescimento pessoal e, principalmente, deve-se abandonar as tentativas de controlar a situação. Podem ser aproveitadas fantasias já reconhecidas, visitar lugares imaginários, personificar sentimentos, dialogar com figuras encontradas em sonhos, dentre outras possibilidades de início (JOHNSON, 1989).

A segunda etapa é o diálogo com a imagem, deixando que ela ganhe vida própria e se entregando a tudo que acontecer. Pode-se dizer ou fazer o que for desejado, apropriado ou ético. Tão importante quanto agir é escutar e anotar o que for dito pela figura da imaginação, uma vez que o registro previne que se entre na imaginação passiva, mantendo a relação ativa com a figura. Em caso de discordância, vale o diálogo, a argumentação e até mesmo a discussão acalorada, colocando ideias, pontos de vista e justificativas, participando sempre com sentimentos. Nesta etapa, deve-se ter o cuidado para não manipular a fantasia de modo que se chegue a algo desejado ou predeterminado. “A finalidade da imaginação ativa não é ‘programar’ o inconsciente, mas ouvir o inconsciente” (JOHNSON, 1989, p.204).

A terceira etapa é acrescentar elemento ético ao processo, por meio do ego consciente que estabelece limites para a fantasia, para que não se caia em extremos destrutivos. São os conflitos internos que acabam por ser definidos por escolha moral em busca de equilíbrio, sem deixar que uma figura do mundo interno assuma o controle em detrimento de outras e de valores importantes (JOHNSON, 1989).

A quarta etapa é dar à imaginação uma característica física, retirando-a do nível abstrato e integrando-a ritualisticamente à vida cotidiana. Johnson (1989) esclarece que ritualizar a imaginação ativa não é o mesmo que

exteriorizar o conflito, vivenciando-o externamente, mas é integrar o resultado encontrado (discernimento, solução, *insight*) na estrutura da vida cotidiana.

Ao final, o autor coloca 3 interessantes objetivos para a imaginação ativa, relacionados a suas possibilidades de uso. A barganha, quando se precisa negociar com personalidades interiores, ainda não muito conhecidas, de modo a promover entendimento interno e a integrá-las ao consciente; a compreensão do inconsciente, que é intenção da maioria dos praticantes e função principal da imaginação ativa; e a captação da dimensão espiritual, quando o praticante é tocado por uma experiência profunda com arquétipos (JOHNSON, 1989). Qualquer que seja a intenção, todas apontam para o caminho cada vez mais profundo para dentro de si.

### 3.2.13. Verena Kast (1988)

Em seu livro *A imaginação como espaço de liberdade*, Kast (1997) define imaginação como o poder de representação e de criar fantasias e devaneios. A habilidade imaginativa não se restringe às imagens, podendo ser traduzida por quaisquer órgãos dos sentidos ou mesmo pela atividade intelectual.

Trabalhar com imagens é abrir para a possibilidade de retrabalhar as imagens que temos de nós mesmos e do mundo à nossa volta, gerando a conscientização destas representações, que levam à transposição de obstáculos e reforço de potenciais. Quando se trabalha com imagens, ganha-se proximidade com as emoções e é esta proximidade que viabiliza a produção da energia necessária para a ação e para a transformação.

Neste livro, a autora menciona duas formas de se conduzir a terapia com o uso da imaginação: considera o trabalho exclusivo com imaginação ou também usá-la como ferramenta para a terapia tradicional.

Independente da forma escolhida pelo terapeuta, há para ela basicamente três tipos de trabalho: imaginação ativa, imaginação dirigida e imaginação como forma de diálogo com o corpo.

Sobre a imaginação ativa, a autora destaca a realização do símbolo, seja em continuidade visual ou materialização artística. Porém, o simples fluxo

de imagens pode oferecer ao paciente um efeito libertador. A dificuldade que pode ser encontrada está relacionada à capacidade de deixar o ego entregue às imagens simultaneamente à capacidade de controle consciente para confronto com estas mesmas imagens. É deste diálogo que tanto a consciência quanto o inconsciente podem ser modificados.

Sobre a imaginação dirigida, o tema será abordado no capítulo apropriado. Já sobre o trabalho de imaginação como diálogo com o corpo, ela aponta para o fato que nem sempre conseguimos visualizar o símbolo em seu sentido figurativo, mas algumas vezes ele nos aparece em sintomas físicos, como parte da representação de um complexo. A associação fisiológica de um complexo compõe a ideia de totalidade psicossomática do ser humano e o fluxo das imagens interiores pode ter a participação do corpo como representação simbólica. Ela sugere que se visite diferentes órgãos, perceba-os, investigue-os, que se tome contato com a totalidade também no sentido de unir corpo e alma.

Ao final, Kast (1997) ressalta que, embora haja muitas técnicas e maneiras já pré-consideradas para o uso da imaginação, ela deve estar a serviço da liberdade, especialmente no sentido da transformação.

#### 3.2.14. Marie-Louise Von Franz (1990)

Em seu livro *Psicoterapia*, a autora resgata a técnica original da imaginação ativa, desenvolvida por Jung, salientando que muitas pessoas arriscam-se a alguma técnica de imaginação, sem antes ter se submetido à psicoterapia, desviando-se do propósito original.

Coloca os passos para a aplicação correta da técnica, que são quatro: esvaziamento da mente, libertando-se do fluxo de pensamentos do ego; deixar que uma imagem oriunda do inconsciente emerja, acolhendo-a; conferir forma à imagem, concretizando-a em escrita, pintura, escultura ou mesmo ritualisticamente; e a confrontação moral com o material encontrado (VON FRANZ, 1999).

Von Franz (1999) ressalta os erros já apontados por Jung, que são a ênfase exagerada na elaboração estética ou então à questão do significado. A

ambas deve ser dada a intensidade correta de atenção, sob pena de perder em conteúdo ou em significado.

Por último, alerta para os riscos do mau uso da imaginação ativa, especialmente por pessoas não treinadas, que podem simplificar em excesso as etapas da técnica, chegando a um resultado não satisfatório; falhar no confronto com o material emergido e até mesmo deixando o paciente ainda mais paralisado dentro de sua questão; mostra que acrescentar o uso de drogas, ainda que com supervisão responsável, evita o confronto do ego com o inconsciente; mostra também que os rituais que podem se seguir à imaginação ativa, como concretização, são tanto eficazes quanto perigosos no sentido de constelar eventos sincronísticos que podem ser interpretados como magia, deixando o ego mais uma vez sem a ação necessária.

### 3.2.15. Joan Chodorow (1996)

A autora dedicou a obra *Jung on active imagination* (1997) para a compilação dos escritos de Jung que se referiam à imaginação ativa. Relata em detalhes fantasias e sentimentos que afloraram naqueles momentos de introversão profunda pós-ruptura com Freud, analisa o lado pessoal do autor naquele momento e norteia os interessados na técnica. Discorre sobre o período de reclusão pelo qual o autor passou, quando entrou em contato mais estreito com seus sonhos e fantasias e conclui que quando Jung emergiu deste período estava pronto para conduzir sua própria linha teórica dentro da psicologia.

Chodorow (1997) esclarece que Jung sugere a concentração em um estado emocional até que alguma imagem visual apareça, que um sentimento, um humor, um espírito seja visualizado. Outro jeito de começar é escolher a imagem de um sonho, visão ou fantasia interior, ou mesmo um sintoma psicossomático e se concentrar nele até que ganhe vida.

Muitas vezes, toma tempo até que a imaginação ganhe espaço dentro da mente; em outras, ela toma forma por meio de pinturas, esculturas, dança, Jogo de Areia, escrita ou qualquer outro tipo de concretização.

Chodorow (1997) separa a imaginação ativa em duas partes, tal como Jung: deixar o inconsciente surgir e aceitar o inconsciente. Justifica dizendo que, na primeira parte são necessários exercícios sistemáticos para eliminar a atenção crítica e produzir uma espécie de vácuo no inconsciente, permitindo que a fantasia corra a rédeas soltas. É similar a muitas formas de meditação, pois suspende o racional e as faculdades críticas, deixando que o inconsciente assuma a liderança enquanto o ego fica na posição de atento testemunho interno. Já na segunda parte, é a vez do ego e da consciência tomarem a liderança, entrando ativamente na experiência, favorecendo uma sequência espontânea de *insights* e abrindo para a grande tarefa de integração das imagens. É importante lembrar junto com a autora a orientação de Jung sobre os *insights*: devem ser convertidos em obrigação ética para serem vividos na vida.

Disse a autora que, ao mesmo tempo em que Jung sugeria que não se analisasse ou interpretasse o resultado da imaginação ativa, ele ficava fascinado com suas representações simbólicas.

Chodorow (1997) coloca que um misto entre criatividade e entendimento é necessário para uma melhor assimilação das imagens. Se a elaboração mais criativa do tema predominar, há o risco de se perder o objetivo maior da técnica, de desenvolvimento psicológico, entrando no fascínio da elaboração artística do tema; se o entendimento científico predominar, há o risco de se perder o poder transformador do símbolo com o excesso de análises e interpretações.

## 3.2.16. Linha do tempo

Quadro 1 – Imaginação ativa: publicações clássicas – linha do tempo (continua)

Ano	Publicação
1912	Jung publica <i>Metamorfoses e símbolos da libido</i> .
1913	Jung inicia o <i>Livro Vermelho</i> .
1916	Jung escreve o ensaio <i>A função transcendente</i> , no qual descreve o método que posteriormente seria chamado de imaginação ativa.
1921	Jung conceitua fantasia ativa e fantasia passiva e considera as possibilidades de reflexão com os resultados da fantasia: mais intelectual ou mais criativa em <i>Tipos psicológicos</i> .
1928	Jung escreve <i>A estrutura da alma</i> , quando diferencia percepção (do mundo e do entorno, feita pelos órgãos dos sentidos) e apercepção (do mundo interno ou dos estados internos, feita por simbolização).
1929	Jung aproxima o método da imaginação ativa ao conceito de Tao em <i>O segredo da flor de ouro</i> .
1930	Jung afasta o <i>Livro Vermelho</i> inacabado.
1933	Jung publica o estudo de caso da Sra X: uma análise do processo de individuação a partir dos quadros pintados por ela, resultado de dez anos de imaginação ativa. Esta obra é <i>Estudo empírico do processo de individuação</i> .
1935	Jung usa o termo imaginação ativa pela primeira vez em uma das <i>Tavistock Lectures</i> .
1940	Jung revê definição e metodologia de aplicação da imaginação ativa, mostrando que a análise deve ser feita pela via simbólica, correlacionando aos conteúdos arquetípicos em <i>Os aspectos psicológicos da Core</i> .
1940	Aniela Jaffé reafirma como objetivo da imaginação ativa o processo de individuação, por meio da união de opostos na obra <i>O mito do significado na obra de C.G. Jung</i> .
1955	Jung correlaciona o processo de transformação da consciência via imaginação ativa com o processo alquímico em <i>Mysterium Coniunctionis</i> .
1956	Michael Fordham leva o tema à psicoterapia infantil e diferencia imaginação ativa de atividade imaginativa infantil em <i>Active imagination and imaginative activity</i> .
1961	Gerhard Adler faz uma análise profunda do processo de individuação via sonhos e imaginação ativa, em estudo de caso de uma paciente claustrofóbica na obra <i>The living symbol</i> .
1961	É lançado <i>Memórias, sonhos, reflexões</i> .
1966	Dorothy Davidson mostra uma nova visão sobre a imaginação ativa, correlacionando-a à transferência em <i>Transference as a form of active imagination</i> .

(continuação)

Ano	Publicação
1967	Michael Fordham questiona o uso da imaginação ativa frente à psicopatologia em <i>Active imagination – deintegration or disintegration</i> .
1977	Michael Fordham relaciona fenômenos transicionais com a imaginação ativa, considerando que ambos ocupam espaço intermediário entre a realidade interna e a externa na obra <i>A possible root of active imagination</i> .
1979	Marie-Louise Von Franz faz a relação direta entre imaginação ativa e alquimia, explicitando a alquimia mais introvertida como o processo interno do trabalho com imaginação: <i>Alquimia e imaginação ativa</i> .
1980	John Sanford pontua que, na imaginação ativa, o timbre de voz presente no interior da mulher é mais masculino, enquanto que no homem é mais feminino. Compara o tom mais positivo com o daimon em um de seus livros mais famosos: <i>Parceiros invisíveis</i> .
1981	Barbara Hannah destaca a importância de se viver o mais harmoniosamente possível com o inconsciente e reafirma a necessidade de se cumprir todas as regras para a realização satisfatória da imaginação ativa. Cita muitas das experiências que teve com o próprio Jung, de quem foi discípula nesta matéria em <i>Active imagination – as developed by Jung</i> .
1983	James Hillman, com o cerne de seu trabalho baseado na imaginação que intenta sair do literalismo, redefine imaginação ativa ao mesmo tempo em que alerta para os perigos de se tomar a direção errada na técnica. Faz também um amplo apanhado do trabalho com imaginação em <i>Ficções que curam – psicoterapia e imaginação em Freud, Jung e Adler</i> .
1985	Andrew Samuels realiza uma pesquisa com analistas, associando as imagens acessadas durante as sessões de psicoterapia à contratransferência em <i>Countertransference, the ‘mundus imaginalis’ and a research project</i> .
1986	Robert A. Johnson publica um guia para o trabalho particular com os sonhos e a imaginação ativa, estabelecendo para esta última quatro etapas e três principais funções na obra <i>Sonhos, fantasia e imaginação ativa – a chave do reino interior</i> .
1988	Verena Kast mostra duas formas de conduzir o trabalho com imaginação na psicoterapia: exclusivo ou como ferramenta da terapia tradicional e descreve três tipos de trabalho (imaginação ativa, imaginação dirigida e imaginação como diálogo com o corpo). A obra é <i>A imaginação como espaço de liberdade – diálogos entre o ego e o inconsciente</i> .
1990	Marie-Louise Von Franz retoma a técnica da imaginação ativa, nos moldes desenvolvidos por Jung, alertando para o uso perigoso por pessoas não treinadas, sob risco de desencadear uma psicose ou mergulhar o cliente ainda mais no complexo, em seu livro <i>Psicoterapia</i> .

(conclusão)

Ano	Publicação
1996	Joan Chodorow faz uma compilação de todos os escritos de Jung que se referem à imaginação ativa, incluindo as Obras Completas, o livro <i>Memórias, sonhos, reflexões</i> e suas cartas. É uma referência bastante completa do que foi publicado por Jung em <i>Jung on active imagination</i> .
2009	O <i>Liber Novus</i> é publicado.

### 3.3. Literatura recente

Apesar de a imaginação ativa ser reconhecidamente a técnica mais utilizada pessoalmente por Jung e a origem de toda a estrutura da psicologia analítica (SHAMDASANI & HILLMAN, 2015), pouco se tem pesquisado e publicado a respeito recentemente.

Foram buscados trabalhos que utilizassem a imaginação ativa como técnica, método ou maneira para aplicação na clínica junguiana nos últimos dez anos. Neste critério, foram validados 11 estudos: 3 sobre teoria, 3 sobre análise de obras artísticas, realizadas a partir da imaginação ativa, 2 sobre contratransferência observadas a partir do mecanismo da imaginação ativa, 2 sobre terapia com enlutados, 1 sobre supervisão a partir do enfoque da imaginação ativa.

As principais fontes para estes trabalhos foram: SBPA com 5 resultados, PubMed e Journal of Analytical Psychology com 3 resultados cada, Jung Journal com 2 resultados, Jung Page e Cadernos Junguianos, com 1 resultado cada. As sobreposições são: 1 trabalho sobre teoria apresentado pela PubMed e SBPA, 1 trabalho sobre teoria apresentado pela SBPA e Cadernos Junguianos, 1 trabalho sobre análise de obras artísticas apresentado por Jung Journal e SBPA, 2 trabalhos sobre contratransferência apresentados tanto por PubMed quanto por Journal of Analytical Psychology, 1 trabalho sobre supervisão apresentado por PubMed e Journal of Analytical Psychology.

O ano com maior número de trabalhos publicados foi 2006, com 3. Depois, as publicações acontecem uniformemente ao longo do tempo até 2015.

A fim de melhor descrever os trabalhos encontrados, eles serão agrupados por tema.

### 3.3.1. Teoria

Dentre os 3 trabalhos que têm como tema a teoria, dois se referem à técnica da imaginação ativa em si, sua definição, características, passos a serem seguidos, implicações e riscos (PEREIRA, 2007), como também ao inevitável contato com algum aspecto do complexo ou sua influência arquetípica (KAST, 2014). O último vai considerar a integração psique-corpo a partir da imaginação ativa.

#### 3.3.1.1. Paulo José Baeta Pereira (2007)

Em seu artigo *Sobre a imaginação ativa*, Pereira (2007) baseia-se na compilação dos escritos de Jung sobre a técnica feita por Joan Chodorow para revisar a imaginação ativa desde a maneira pela qual Jung a concebeu. Relata também sua experiência com um grupo de vivência em imaginação ativa conduzido pelo analista Franz-Xavier Jans. Constata a importância de uma imersão completa do praticante neste processo, ressaltando a necessidade de um ego forte para que os conteúdos do inconsciente não provoquem uma inundação.

Então, reporta as sete etapas consideradas por Jans para este processo: a definição e depuração dos motivos interiores para iniciar o processo; a parada interna para que se possa passar para a fase seguinte que é o deixar vir, deixar o inconsciente aflorar; entrar ativamente no acontecimento interior que seja relevante naquele momento; a conclusão ativa da imaginação; a concretização ou a expressão da experiência interior; a consequência ética, trazendo a experiência para a prática. Por fim, a análise interpretativa do material recolhido.

### 3.3.1.2. Ana Deligiannis (2012)

No trabalho *Imaginación activa en movimiento: imaginar con el cuerpo en la psicología analítica*, a autora escreve sobre a prática da imaginação ativa em movimento, partindo das mesmas bases teóricas do *movimento autêntico*, de Mary Whitehouse. A partir da atenção completamente voltada para o interior, em silêncio e com os olhos fechados, espera-se que surjam imagens, sensações, impulsos e movimentos que tomem forma em ações físicas que expressem o que se desenrola no interior do indivíduo.

Para Deligiannis (2012) a observação dos estados internos do corpo, permitindo que sejam expressos por meio do movimento, possibilita a abertura de conexões com o inconsciente, inclusive acessando estados pré-verbais e experiências primárias, além de outros tipos de emoções reprimidas ou aspectos sombrios.

A tarefa do terapeuta é testemunhar a experiência, funcionando como sustentáculo e continente para que a atividade se desenvolva.

Vale observar que, neste caso, a imaginação ativa acaba por ter seu registro de maneira simultânea à atividade, via expressão corporal.

### 3.3.1.3. Verena Kast (2014)

Em seu trabalho *Complexes and imagination*, Kast (2014) alerta para o fato de que a imaginação ativa concebida por Jung era ampla, no sentido de oferecer uma interação dialética entre consciente e inconsciente, objetivando a visualização de um símbolo. Esta atividade psíquica, quando acontece durante o sono é o sonho, quando acontece em vigília é a fantasia.

Porém, o cerne do artigo está nos complexos, representados pelos atores dos sonhos e das fantasias: “complexos mostram as partes vulneráveis da psique (...) são convocados sempre que o indivíduo tem um encontro doloroso com uma demanda ou exigência externa que o supera” (KAST, 2014, p.683, tradução nossa).

Não é qualquer diálogo interno que permite acesso frutífero ao complexo. Imaginação sem a participação ativa do ego pode apenas manter velhos padrões, impedindo uma solução criativa para antigas questões.

Assim, o trabalho com imaginação ativa permite que o complexo seja acessado pela via simbólica, fazendo com que as partes antes cindidas apresentem-se como figuras do inconsciente, prontas para dialogar com o ego. Para isto, é necessário que o ego tenha estrutura suficiente para seguir com o diálogo tornando-se, por sua vez, mais fortalecido depois do processo.

### 3.3.2. Análise de obras artísticas

A finalização da imaginação ativa, conforme Jung e outros teóricos sugeriram, dá-se pelo o registro da fantasia, à maneira do imaginante, via escrita, pintura, dança, dentre muitas outras possibilidades. Vários analisando que se utilizaram da imaginação ativa produziram preciosas obras de arte, tal como Jung, ao registrar suas fantasias. Algumas destas obras foram foco de análises e publicações sobre o tema.

Neste levantamento, foram encontrados 3 estudos que se detiveram nestas obras artísticas, realizadas a partir da imaginação ativa, bem como em seus efeitos sobre quem as produziu.

#### 3.3.2.1. Dennis Patrick Slattery (2006)

Na publicação *The powers of analogy: painting and poetry as corridors to individuation*, Slattery (2006) analisa 62 pinturas da artista e terapeuta junguiana Katherine Sanford, produzidas entre 1959 e 1987 e agrupadas em seu livro *The serpent and the cross*, junto com comentários, sonhos e diálogos feitos a partir das imaginações ativas.

A americana Sanford formou-se analista no Jung Institute, em Zurique, quando estava muito doente. Segundo Slattery (2006), o profundo mergulho em si mesma e em suas questões mais difíceis a curou psíquica e fisicamente.

### 3.3.2.2. Wendy Swan (2006)

Swan (2006) documentou em *Tina Keller's analyses with C.G. Jung and Toni Wolff, 1915-1928* as práticas clínicas de Jung e Wolff na condução da terapia da analisanda Tina Keller, baseadas na técnica da imaginação ativa.

Keller era esposa de Adolphe Keller, ex-colega de Jung no Hospital Burgholzli. Procurou ajuda da psicoterapia por apresentar quadro de ansiedade severa. A primeira fase da psicoterapia foi conduzida por Jung, entre 1915 e 1924 e depois Wolff continuou o trabalho como assistente, entre 1924 e 1928.

A análise de Keller coincidiu com o período no qual o próprio Jung mergulhou na imaginação ativa, registrando-a no *Livro Vermelho*. Vale lembrar que o primeiro texto de Jung sobre o tema é de 1916.

Swan (2006) conta que, ao mesmo tempo em que a terapia verbal buscava o fortalecimento do ego de Keller, Jung a aconselhava a continuar o processo analítico por si própria, via imaginação ativa, deixando o inconsciente vir à tona.

Keller registrava suas fantasias por meio da escrita automática no início, passando para a pintura e expressão corporal. Seu envolvimento com a terapia foi tão intenso que, ao longo do processo analítico, formou-se em medicina, trabalhando como analista em Zurique.

### 3.3.2.3. Jane Zich (2008)

Na publicação *The role of orienting intentions*, Zich (2008) analisa suas próprias pinturas, inspiradas em uma pantera que insistia em invadir seus sonhos. Decide então dialogar com ela e as pinturas são o fruto deste diálogo. Suas perguntas eram: “Por que você está de volta?” e “O que você quer de mim?”

Com o tempo, a autora aprende a balancear a energia da pantera (inconsciente) com sua própria energia (consciente) pois, no início a pantera era dominadora. Zich (2008) conta que, por meio do processo de pinturas, ela “sentia-se como se o corpo todo, bem como a psique, estavam sendo

esticados, dobrados, torcidos e pressionados repetidamente para restabelecer o equilíbrio” (ZICH, 2008, p.54, tradução nossa).

### 3.3.3. Contratransferência

A contratransferência, assim como a transferência, diz respeito às projeções entre paciente e terapeuta, que podem ser utilizadas de maneira consciente e muito produtiva no decorrer do processo terapêutico. Duas publicações referem-se ao estudo deste tema, sob enfoque da imaginação ativa.

#### 3.3.3.1. Joy Schaverien (2007)

Na publicação *Countertreansference as active imagination: imaginative experiences of the analyst*, Schaverien (2007) enfoca a contratransferência como ativadora da função transcendente no analista: parte dele entra no material do analisando e outra parte observa, fazendo conexões e permanecendo alerta. Em alguns momentos, a consciência do analista é rebaixada, de modo que as imagens inconscientes que estão sendo compartilhadas possam surgir. É o material do analisando visto a partir da imaginação ativa e não da experiência imaginativa.

Por isto, só se pode falar em imaginação ativa posta em prática pela contratransferência se houver o mecanismo da função transcendente. Caso contrário, o analista pode produzir imagens, mas não se beneficiará dos efeitos da imaginação ativa.

#### 3.3.3.2. August J. Cwik (2011)

Em seu trabalho *Associative dreaming: reverie and active imagination*, Cwik (2011) entende a contratransferência como a totalidade das relações mentais, emocionais e físicas do analista.

São reações que se originam da combinação resultante da dinâmica da dupla, como um terceiro analítico no sentido alquímico: uma conexão entre os inconscientes dos dois participantes, criando um terceiro desconhecido que afeta a díade. Pela natureza inconsciente, não se sabe o quanto nem qual material está na mistura. Este terceiro elemento fornece conteúdo para intervenções e para direcionamentos que a dupla deve tomar no momento, sendo a bússola do trabalho analítico.

Para que o analista possa de fato viver a imaginação ativa na contratransferência e não somente um devaneio, é necessário que haja uma receptividade do ego, saindo do estado puramente ativo, porém sem chegar ao completamente passivo, a ponto de ser invadido pelos conteúdos inconscientes.

#### 3.3.4. Luto

A morte de um filho muitas vezes é correlacionada à morte de um futuro, de um potencial, de uma esperança.

Duas publicações entregam-se a discorrer sobre a difícil tarefa de trabalhar psicoterapeuticamente com pais que perderam filhos.

##### 3.3.4.1. James Hollis (2013)

Em *The world's worst club*, Hollis (2013) comenta os livros de Marthes<sup>7</sup> e Brant<sup>8</sup> sobre o assunto.

A perda de um filho é uma ferida narcísica, uma vez que um filho é o portador de esperanças profundas e também o destinatário da projeção dos pais.

---

<sup>7</sup> Charlotte Mathes – “And a sword shall Pierce your heart: moving from despair to meaning after the death of a child”.

<sup>8</sup> Mary Jane H. Brant – “When every day matters: a mother’s memoir on love, loss and life”.

Neste caso, a tarefa via imaginação ativa é favorecer a reconfiguração desta perda à luz da realidade interna e externa, para que não se paralise na incapacidade de agir.

#### 3.3.4.2. Jane Eyre Sader de Siqueira (2015)

Em *A vivência da morte e o resgate da vida na terapia de casal: reflexões sobre um caso clínico*, Siqueira (2015) descreve o caso, dentro da terapia de casal, que se utiliza da imaginação ativa como ferramenta principal no processo transformador dos pais que perderam uma filha de 17 anos, vítima de doença degenerativa.

Os pais, em torno dos 50 anos, recorrem à terapia de casal pois o luto havia se estendido a todas as áreas da vida, principalmente no casamento. Foram obrigados a rever a história de cada um e a história em comum, encarando o longo luto da filha, que já havia nascido doente.

A condução da imaginação ativa foi realizada em sessão sob orientação da terapeuta com ambos os participantes.

O ponto de partida foi a imagem da filha e a experiência fez com que o casal vencesse a resistência quanto à própria terapia, ao mesmo tempo em que resgatavam suas identidades individuais e como casal. A filha era o símbolo de suas partes até então obscurecidas e o confronto com a morte exigiu a resignificação da vida de ambos.

#### 3.3.5. Supervisão

A única publicação com o tema da supervisão de analistas afirma que seu objetivo é promover ao máximo a expressão profissional, requerendo tanto o aspecto educativo quanto o de administração das ansiedades.

A metáfora alquímica reaparece aqui transformando e aperfeiçoando o trabalho do analista.

### 3.3.5.1. August J. Cwik (2006)

Em seu artigo *The art of tincture: analytical supervision*, Cwik (2006) visualiza a situação de supervisão como um vaso que contém o vaso da relação terapêutica, sendo que ambos residem dentro de um terceiro, contentor dos aspectos institucionais. É a fornalha tripla alquímica, na qual o recipiente mais externo é o que contém as relações com o exterior, sendo o mais poroso.

A dinâmica entre supervisor e supervisionando frequentemente recria a dinâmica entre paciente e terapeuta, levando a uma reação em cadeia entre todas as partes envolvidas. Entra então o conceito de *Mundus Imaginalis* como campo da supervisão: um mundo intermediário entre o mundo da cognição e o mundo sensível, permeado pelo éter que possibilita a comunicação entre ambos.

Assim, as imagens obtidas pelo supervisor, oriundas do *Mundus Imaginalis*, o informa sobre o processo, por meio de todas as reações que se refletem como contratransferência.

Não é o meio tradicional de se utilizar a imaginação ativa, porém a atitude e o estado de espírito necessário do supervisor implicam no paradigma da imaginação ativa.

### 3.3.6. Linha do tempo

Quadro 2 – Imaginação ativa: publicações recentes – linha do tempo (continua)

Ano	Publicação
2006	August J. Cwik – <i>The art of the tincture: analytical supervision</i>
2006	Dennis P. Slattery – <i>The powers of analogy: painting and poetry as corridors to individuation</i>
2006	Wendy Swan – <i>Tina Keller's analyses with C.G. Jung and Toni Wolff, 1915-1928</i>
2007	Joy Schaverien – <i>Countertransference as active imagination: imaginative experiences of the analyst</i>
2007	Paulo J.B. Pereira – <i>Sobre a imaginação ativa</i>
2008	Jane Zich – <i>The role of orienting intentions</i>
2011	August J. Cwik – <i>Associative dreaming: reverie and active imagination</i>

(conclusão)

<b>Ano</b>	<b>Publicação</b>
2012	Ana Deligiannis – <i>Imaginación activa en movimiento – imaginar con el cuerpo en la psicología analítica</i>
2013	James Hollis – <i>The world's worst club</i>
2014	Verena Kast – <i>Complexes and imagination</i>
2015	Jane E.S. Siqueira – <i>A vivência da morte e o resgate da vida na terapia de casal: reflexões sobre um caso clínico</i>

#### 4 – IMAGINAÇÃO DIRIGIDA

“[...] nossas imagens sempre dizem algo a nosso respeito, sobre como vemos a nós mesmos e o mundo que nos pertence, o nosso mundo” (KAST, 1997, p.79).

A imaginação dirigida ou imaginação guiada é uma técnica bastante flexível para utilização. Realizada na presença do terapeuta, seja em ambiente clínico, hospitalar ou outro, são feitas sugestões verbais que facilitam tanto o relaxamento quanto a imaginação em si, de modo a buscar novos caminhos para antigos problemas, ou mesmo novas formas de ver uma mesma situação.

Os pacientes que são orientados em suas imaginações ou fantasias entram em estado de consciência diferenciado, descrevendo imagens vívidas e ricas em detalhes, imbuídas de muito sentimento.

Leuner (1966), cuja base teórica é psicanalítica, assim a justifica (tradução nossa):

“Tenho a impressão que a IAD<sup>9</sup> é um método efetivo de tratamento porque justapõe aspectos reprimidos da personalidade, que são associados a um modo regressivo de funcionamento do ego com um ego mais maduro; promovendo sua interação e, ao fazer isso, incentiva uma integração produtiva dos processos primários e secundários. A combinação da psicanálise com a IAD é especialmente útil para lidar com casos difíceis de neuroses de caráter duradouro” (Leuner, 1966).

Outra importante autora, Jeanne Achterberg (1996), baseou seu método de imaginação dirigida nas antigas técnicas xamânicas. O xamã era o mestre curador dos reinos imaginários, o psicopompo com poder de se transportar para outros mundos a fim de buscar a cura necessária para o doente: é o poder de curar pela imaginação. Para ela, a imaginação necessariamente está presente em todas as práticas de cura, envolvendo profissionais de saúde e pacientes, uma vez que todos fantasiam sobre saúde e sobre doença.

---

<sup>9</sup> IAD – Imaginação afetiva dirigida, do original em inglês: GAI – guided affective imagery.

#### 4.1. Histórico

Não se pode dizer que a imaginação dirigida tenha uma origem diferente ou distante da imaginação ativa. Utay e Miller (2006) relacionam suas origens mais remotas às tradições indígenas americanas, ao hinduísmo, às tradições judaico-cristãs e à medicina tradicional chinesa, parecendo ter um início semelhante ao da imaginação ativa. Em verdade, todas estas culturas trabalharam com imaginação, sem distinção.

A imaginação dirigida tem um início incerto, porém bastante relacionado com os trabalhos de Ernst Kretschmer e Robert Desoille, em torno dos anos de 1922 e 1923. Além de Jung, eles foram os primeiros pesquisadores a observar os processos imaginativos e a testá-los em seus pacientes, buscando novas alternativas clínicas e desenhando a técnica da imaginação dirigida.

Kretschmer e Desoille têm como referência o trabalho que estava sendo desenvolvido por Jung, como a ideia de compensação de opostos pelo equilíbrio entre polaridades e a imagem como representação simbólica de aspectos arquetípicos, presentes tanto nos grupos quanto no indivíduo. Esta dinâmica implica no conceito de inconsciente coletivo, aproximando muito o conceito e o mecanismo de psique concebido pelos três autores.

Mais tarde, nos anos de 1960, Leuner inspirou-se na imaginação ativa de Jung (VON FRANZ, 1999), modificando-a e chegando a um método bastante particular. Para diferentes objetivos no processo psicoterápico, ele associou determinadas visualizações estruturadas para o terapeuta utilizar, de acordo com as diferentes necessidades do paciente. Ficou assim estabelecida a imaginação dirigida.

Há quase um século sendo utilizada como técnica psicológica, ultrapassou os limites da psicologia clínica, sendo hoje largamente utilizada também em hospitais, grupos de apoio psicológico e outros ambientes da área da saúde.

## 4.2. Literatura clássica

A psicoterapia analítica baseia-se largamente no produto simbólico de fantasias, devaneios ou sonhos. Porém, apenas uma autora junguiana faz referência sobre imaginação dirigida e suas implicações no trabalho terapêutico.

O maior número de publicações neste tema são realizados por profissionais da área médica ou mesmo referentes ao ambiente hospitalar, muitas vezes dentro da psicossomática.

### 4.2.1. Ernst Kretschmer (1922)

A obra *Psicologia Médica* é a referência mais antiga encontrada neste levantamento sobre a técnica da imaginação dirigida. Nela, Kretschmer ([1922] 1957) ressalta a tendência de polarização entre o eu e o mundo exterior, porém considerando que a vida interior ou a vida psíquica é a síntese da realização entre estes dois polos.

Para o autor, os processos psíquicos que relacionam o eu e o mundo são dois: sensoriais, que são os órgãos dos sentidos orientando o organismo em si mesmo e em relação ao mundo externo; e sensitivos, mais ligados ao sentido tátil, observando e experienciando a relação entre o eu e o mundo em todo o corpo.

Kretschmer ([1922] 1957) considera este mecanismo a base dos processos figurativos e da atividade representativa da psique. Para ele, a evolução da capacidade representativa e de produção de imagens está intimamente ligada à evolução da psique humana, exigindo uma imaginação cada vez mais analítica, tanto para a abstração mais elaborada quanto para a projeção destas imagens no mundo externo. Vale observar que o sentido de projeção aqui é o de representação consciente das imagens no mundo.

Partindo da observação de indígenas e crianças, Kretschmer verificou que “quando emito uma palavra, apresenta-se para mim a imagem correspondente na memória, quando deixo surgir uma representação,

facilmente é evocada em minha mente uma associação análoga” (KRETSCHMER [1922] 1957, p.94, tradução nossa), promovendo interligações entre conteúdos psíquicos. Para ele, quanto mais se amplia o pensamento aperceptivo, mais se aproxima do abstrato, pois não é possível lidar concretamente com um grande conjunto de imagens. Porém, a livre associação tende, na maioria das vezes, a uma plasticidade concreta em razão de seu contato direto com um filtro interno, que o autor relaciona aos instintos. Este jogo entre concretude e abstração é que é que permite tanto a relação com os conteúdos internos, como também com o mundo externo (KRETSCHMER, [1922] 1957).

De certa forma, o autor também se aproxima do valor arquetípico destas imagens, uma vez que entende por imagem “a combinação significativa de impressões sensoriais nos grupos” (KRETSCHMER, [1922] 1957, p.95, tradução nossa).

Kretschmer estudou diversas técnicas psicoterápicas que, de maneiras diferentes, trabalham a livre associação e a imaginação dirigida, como o método de Rorschach, a hipnose, os métodos catárticos, e também o método de associação de palavras desenvolvido por Jung, reafirmando seu valor em termos de exploração de diagnósticos.

#### 4.2.2. Robert Desoille (1938 e 1945)

Desoille, ao lado de Kretschmer, é considerado um dos primeiros estudiosos da imaginação dirigida (EPSTEIN, 1990, NATANSON, 2001).

Natanson (2001) relata que Desoille, engenheiro e estudioso da psicoterapia, entrou em contato com Eugene Caslant por volta de 1923, atraído por suas experiências esotéricas com imagens. Entretanto, Desoille percebeu a utilidade deste trabalho para fins terapêuticos, e publicou artigos sobre o método do sonho acordado, assim por ele nomeado, ainda em 1923.

Em seu primeiro livro, escrito em 1938, *Exploration de l'affectivité subconsciente par la méthode du rêve éveillé*, Desoille (1945) ensina a aplicação da técnica: o paciente é confortavelmente posicionado e, quando relaxado, é convidado a partir da primeira imagem que lhe ocorre em direção a

um desenvolvimento natural de cenas, como se fosse um filme. O autor percebeu que há um abaixamento do metabolismo, em função do relaxamento, e que o estado atingido não é nem o da consciência e nem o do sonho, favorecendo a emergência de imagens representativas da questão psíquica do participante.

Ao longo das experiências, percebeu que haveria uma maior eficácia oferecendo ao participante um ponto de partida temático para o sonho acordado, que poderia ser um castelo, uma bruxa ou outra representação simbólica, como explica em seu livro seguinte, lançado em 1945: *Le rêve éveillé en psychothérapie* (Desoille, 1973).

Neste livro, mostra que as imagens suscitadas seguem um estilo, um plano de ideias, e sua elaboração depende basicamente de dois fatores: a natureza do instinto, que se manifesta na imagem; e o nível de sublimação do instinto, ou seja, a particularidade de sua emoção, expressa no simbolismo da imagem. Desta forma, de acordo com a problemática do paciente, ele sugeria uma imagem como ponto de partida. A seguir, propunha movimentos imaginários verticais: para ele, a subida sugere uma sublimação dinâmica enquanto que a descida acessa imagens perturbadoras, chegando à sombra no conceito junguiano.

Além disso, Desoille (1973) propunha a substituição de imagens negativas por imagens positivas para o desencadeamento do processo de transformação, sob a orientação do terapeuta.

#### 4.2.3. Roberto Assagioli (1965)

Estruturador da psicossíntese, Assagioli (2013) define esta teoria como um método de desenvolvimento psicológico que consiste na observação do eu e na realização das potencialidades latentes de cada indivíduo. Para que este processo tome forma, sugere diversas técnicas como a catarse, a escrita, a expressão verbal, o diário, a descarga muscular, entre outras. Entretanto, são especialmente interessantes as técnicas de imaginação e de visualização, amplamente utilizadas pelos psicossintéticos.

Para Assagioli (2013), a imaginação é uma das mais importantes atividades da psique humana, em seus aspectos consciente e inconsciente, considerando-a a síntese das diferentes funções psíquicas. Para evocá-la, treiná-la e aprender a utilizá-la, a psicossíntese o faz por meio de técnicas de visualização, evocação auditiva e evocação imaginativa de outras sensações, como táteis, sinestésicas, gustativas e olfativas.

O autor apresenta diversos exemplos estruturados destas técnicas, que têm a indicação geral de “ensinar pacientes a controlarem sua função imaginativa sem a reprimirem à força nem tentarem suprimi-la” (ASSAGIOLI, 2013, p.161). Entre estes exemplos estão técnicas mais ou menos dirigidas, voltadas principalmente para o aprendizado na observação das imagens mentais, evocação e direcionamento de emoções, além de concentração e memorização.

#### 4.2.4. Hanscarl Leuner (1966)

O psiquiatra alemão não desenvolveu sua técnica dentro da psicologia analítica, mas estruturou a imaginação dirigida de maneira que até então não havia sido feita. Em Sua técnica foi nomeada de “guided affective imagery” (GAI), que traduziremos como “imaginação afetiva dirigida” (IAD).

Leuner (1966) percebeu que o trabalho desenvolvido com imaginação propiciava ao paciente o contato com diferentes níveis de consciência, facilitando o trânsito entre imagens e conceitos, sentimentos e compreensão racional, elos com o passado e potencialidades para o futuro. Considerava-o um método de psicoterapia intensiva quando usado sob análise da psicologia profunda, aproveitando a leitura das representações simbólicas, da resistência e da mobilização do afeto.

Em linhas gerais, a IAD prevê que o paciente esteja reclinado em um divã, em ambiente com pouca luz, tranquilo e silencioso, de modo que os estímulos externos sejam reduzidos ao máximo. Começa-se com uma sessão de relaxamento do paciente, sendo depois encorajado a devaneios, que vão assumindo direção autônoma. Uma primeira situação inicial padrão é pedir que o paciente imagine um campo e fique livre para descrevê-lo a maneira que lhe

vier à cabeça. Esta paisagem poderá servir como palco onde se desenrolará a ação (LEUNER, 1966).

Outras situações iniciais são sugeridas por Leuner (1966): escalar uma montanha, seguir um riacho, explorar uma casa, visualizar um parente próximo, visualizar um animal selvagem, imaginar um pântano, enfim, criar situações nas quais possa ser representado material profundamente reprimido, de modo que cada visualização alcance um objetivo necessário dentro da psicoterapia.

Leuner (1966) oferece cinco métodos gerais para dirigir a IAD:

- Treinamento: consiste em aplicar as visualizações do campo, montanha e riacho como treino, tanto do paciente quanto do analista.

- Diagnóstico: quaisquer das situações descritas acima devem ser profundamente exploradas com um olhar diagnóstico.

- Imaginação associada: semelhante ao método da livre associação, o paciente é encorajado a permitir o desenvolvimento livre e espontâneo de cenas.

- Simboldramático: são seis técnicas de manejo. Marca-passo psíquico (o paciente deve deixar-se ser dirigido por suas próprias figuras positivas), confrontação (da figura que surgir), alimentação (da figura que surgir), reconciliação (com figuras simbólicas hostis), exaurir e matar (a figura simbólica) e fluidos mágicos (utilização como ferramenta durante a imaginação).

- Psicanalítico: a observação da imaginação sob o olhar desta linha teórica.

Apesar de Leuner apresentar modelos bastante definidos para a IAD, devem ser considerados como pontos de partida o roteiro que melhor se adequar às necessidades do paciente, de acordo com seu momento terapêutico, bem como sua maneira de lidar com as imagens internas.

#### 4.2.5. Jeanne Achterberg (1985)

A autora dedicou-se ao estudo do paralelismo entre o trabalho de imaginação do xamã e do curador moderno, seja ele médico, enfermeiro ou psicólogo. Segundo ela, os xamãs foram reconhecidos ao longo da história

como detentores da expertise de curar por meio da imaginação (ACHTERBERG, 1996).

Em uma de suas principais publicações, *A imaginação na cura: xamanismo e medicina moderna*, ela explica que na concepção xamânica, saúde é harmonia; doença e cura são questões espirituais. A doença é algo que penetra de fora do corpo, por uma vulnerabilidade originada pela perda do poder pessoal do indivíduo e deve ser removido; a cura é o restabelecimento o poder do doente, bem como a expulsão do agente externo (ACHTERBERG, 1996).

Os rituais e símbolos usados pelo xamã podem incluir alterações da temperatura corporal, privações físicas ou sensoriais, uso de plantas psicoativas, entre outros, porém, todos os rituais e símbolos preparam xamã e paciente de forma que a imaginação flua e traga o caminho da cura (ACHTERBERG, 1996).

Com este panorama, Achterberg (1996) entende que a imaginação é variável sempre presente nas questões relacionadas à saúde, envolvendo todos os profissionais e pacientes, pois ninguém está livre de fantasiar a respeito de um sintoma. Suas pesquisas seguiram quase sempre em ambiente hospitalar, sendo esta a referência para que ela sugerisse um procedimento básico para a prática da imaginação dirigida.

Começa lembrando que é importante que o terapeuta compreenda as dimensões da doença de seus pacientes antes que se inicie o processo com a imaginação. Além disso, o cenário deve ser favorável para que se estimule a crença, nunca a ansiedade. A imaginação propriamente dita começa com um profundo relaxamento, de tal modo que os conteúdos do consciente e os estímulos externos não concorram com a produção da imaginação. A partir daqui, o terapeuta deve criar uma tela sobre a qual possa ser colocado o conhecimento mais íntimo possível sobre a doença, sem programar ou sugerir imagens. Um roteiro possível é pedir que o paciente desenhe os três principais componentes imaginários: doença, tratamento e defesas. Em seguida, as imagens são examinadas e avaliadas. Outra possibilidade é adaptar a imaginação dirigida àquilo que o paciente conhece sobre o corpo humano e promover a criação de situações nas quais a doença é eliminada por meio de tratamento visualizado pelo paciente (ACHTERBERG, 1996).

Entretanto, a autora não limita a imaginação dirigida às questões fisiológicas e sugere também seu uso em psicoterapia, ritualisticamente. “O ritual dá a oportunidade de uma ab-reação catártica, que libera das tensões emocionais acumuladas, na medida em que as situações são revividas” (ACHTERBERG, 1996, p.158).

#### 4.2.6. Verena Kast (1988)

Em seu livro *A imaginação como espaço de liberdade: diálogos entre o ego e o inconsciente*, Kast (1997) define a imaginação dirigida como aquela estimulada pelo terapeuta. O tema pode surgir do inconsciente do próprio imaginante, aflorando por meio de sonhos, outras fantasias ou transferência, pode também partir do analista, via contratransferência ou outros meios. O importante é ter em mente que o tema escolhido sempre abrangerá muito mais do que os conscientes participantes da ação podem alcançar.

Ressalta a viabilidade desta técnica ao analisando que se inicia no contato com o inconsciente por esta via, uma vez que pode ser difícil deixar que a imaginação flua, a princípio. Define-a como a imaginação estimulada pelo terapeuta, que deve facilitar a formação da imagem interna. Entretanto, se durante o processo, as imagens internas tomarem rumo próprio, não é necessário que se siga as orientações externas, mas que se entregue ao fluxo das imagens.

Uma das particularidades que Kast (1997) levanta para este tipo de imaginação é que ela pode ser realizada como início do processo imaginativo para o paciente que tem dificuldade em deixar a imaginação fluir solta, ou mesmo para abordar temas que precisam ser aprofundados em terapia, acessando imagens e símbolos que possam surgir neste momento.

Ao longo do processo terapêutico, o analista pode gradativamente se afastar das estimulações e deixar que a imaginação ativa tome cada vez mais espaço, pode continuar como um apoio, mais voltado para a interpretação posterior ou pode seguir guiando o paciente: não há regras rígidas para que se busque o melhor proveito da técnica (KAST, 1997).

#### 4.2.7. Gerald Epstein (1989)

O psicanalista e psiquiatra estudou a relação entre as imagens mentais e sua conexão com o corpo, concluindo que o imaginário pode ser utilizado com sucesso para curar distúrbios físicos e mentais, bem como para intensificar o bom estado de saúde e de bem-estar.

Para Epstein (1990), imagens mentais são o produto da mente, ao lidar com figuras em um pensamento não lógico. No momento em que a atenção consciente é voltada a este produto, a linguagem das imagens passa a ser experienciada.

Suas sugestões de visualização são diretamente relacionadas ao problema físico a ser observado e são como uma solução mental para eles, muitas vezes trazendo a solução concreta.

Há várias sugestões em seu livro *Imagens que curam*, porém todas seguem a estruturação básica de se buscar um estado mental orientado para a cura e a saudabilidade. Neste sentido, o autor sugere intenção clara direcionando o exercício; tranquilização da mente, tanto internamente via relaxamento, quanto externamente, por meio de ambiente adequado; limpeza de corpo e mente, considerando o sentido ético das relações com os outros e consigo mesmo; e aceitação das transformações que são inerentes à vida (EPSTEIN, 1990).

O caminho para este estado saudável é a conexão entre emoções, sensações e imagens. Para Epstein, a emoção é a reação que temos frente a um estímulo, intimamente ligada às imagens, como se pudéssemos ver nossos sentimentos. Desta forma, a imagem é a expressão mental de sentimentos e pode ser utilizada para interferir na experiência, atuando sobre as sensações e emoções que a acompanham (EPSTEIN, 1990).

É interessante que, para este autor, o direcionamento da imaginação pode também ser realizado pelo próprio imaginante, por meio de estruturação prévia, não devendo ser necessariamente realizado na presença do terapeuta.

## 4.2.8. Linha do tempo

Quadro 3 – Imaginação dirigida: publicações clássicas – linha do tempo

Ano	Publicação
1922	Ernst Kretschmer percebe que o trabalho com imaginação permite o jogo entre concretude e abstração, que é o que permite o acesso a conteúdos internos, na obra <i>Psicologia Médica</i> .
1938	Robert Desoille ensina a aplicação da técnica da imaginação dirigida em <i>Exploration de l'affectivité subconsciente par la méthode du rêve éveillé</i> .
1945	Robert Desoille, em sua segunda obra sobre o tema, percebe que há maior eficácia na técnica oferecendo um ponto de partida para o participante: <i>Rêve éveillé en Psychothérapie – essai sur la fonction de régulation de l'inconscient collectif</i> .
1965	Roberto Assagioli descreve que sua teoria psicológica, a psicossíntese, evoca a síntese das funções psíquicas, por meio de técnicas de imaginação em seu livro <i>Psicossíntese – as bases da psicologia moderna e transpessoal</i> .
1966	Hanscarl Leuner desenvolve e descreve cinco métodos gerais para dirigir a imaginação: treinamento, diagnóstico, imaginação associada, simbodramático e psicanalítico. A obra é <i>Guided affective imagery</i> .
1985	Jeanne Achterberg leva a imaginação dirigida ao ambiente hospitalar, baseada nas antigas técnicas de cura xamânicas em sua obra <i>A imaginação na cura – xamanismo e medicina moderna</i> .
1988	Verena Kast define e organiza o conhecimento da imaginação ativa até então em seu livro que também contém referências a imaginação ativa, imaginação dirigida e imaginação como diálogo com o corpo, na obra <i>A imaginação como espaço de liberdade – diálogos entre o ego e o inconsciente</i> .
1989	Gerald Epstein sugere visualizações diretamente relacionadas ao problema somático do paciente, alcançando resultados eficazes em seu livro <i>Imagens que curam</i> .

## 4.3. Literatura recente

Não é difícil encontrar simpatizantes da imaginação dirigida entre os profissionais da psicologia analítica, sejam eles clínicos, hospitalares ou voltados para ao estudo da psicossomática.

Entretanto, apenas 2 trabalhos puderam ser considerados na busca pela literatura recente sobre o tema. Todos os demais eram experimentos ou pesquisas voltadas para o ambiente hospitalar, fora do contexto da psicologia clínica. Tais imaginações dirigidas foram aplicadas fora do contexto psicoterápico, porém com objetivo de buscar benefícios orgânicos, numa concepção unificada de ser humano.

Os 2 trabalhos considerados neste levantamento têm como tema: a teoria da imaginação dirigida, com sugestão de aplicação em pacientes diabéticos; e um experimento realizado com mulheres com câncer de mama, realizado dentro do acompanhamento de psicoterapia breve.

O trabalho teórico foi publicado no ano de 2009 e localizado a partir das buscas e, PubMed e o trabalho com mulheres foi publicado no ano de 2015 e localizado no portal CAPES.

#### 4.3.1. Susan Shaw (2009)

Em *Listening to diabetes*, Shaw (2009) explica o crescente interesse no trabalho com imagens na área médica. Isto aconteceu a partir dos anos de 1960, quando Carl Simonton obteve sucesso no uso desta técnica com pacientes de câncer e se fortaleceu nos anos 2000, quando a neurociência, especificamente Candance Pert, revelou que o sistema límbico vê o imaginário como experiência real, estimulando o cérebro a reagir com mensagens químicas por meio do sistema nervoso por todo o corpo.

A autora sugere diversas formas de se trabalhar com o direcionamento de imagens: imaginário evocativo (busca de imagem que represente calma, tranquilidade, ou o que seja necessário no momento, deixando a imaginação fluir), imaginário arquetípico (imagem escolhida pelo terapeuta, de acordo com a necessidade do cliente) e imaginário guiado (combinando o evocativo e o arquetípico).

Por fim, sugere um exercício para que se ouça o diabetes, investigando o que ele quer e precisa. A interpretação da experiência deve orientar mudanças de estilo de vida ou comportamento, se necessário.

4.3.2. Ana Catarina A. Elias, Marcos Desidério Ricci, Lorgio Henrique D. Rodriguez, Stela Duarte Pinto, Joel V. Giglio, Edmund Chada Baracat (2015)

Com o objetivo de promover transformação psicoespirituais e sociais, bem como melhorar a qualidade de vida, autoestima e o nível de esperança de 28 mulheres com câncer de mama, o trabalho *The biopsychosocial spiritual model applied to the treatment of women with breast cancer, through RIME intervention (relaxation, mental images, spirituality)* utilizou-se da técnica RIME.

Esta técnica integra relaxamento, imaginação dirigida e elementos de espiritualidade, com abordagem simbólica transpessoal. Inicia-se pela indução de um estado de relaxamento mental por meio de respiração lenta e profunda, ao som de música suave, previamente escolhida pelo paciente. A seguir, o terapeuta induz uma visualização de imagem da natureza, na qual um ser de luz (de acordo com a religião do paciente) o aguarda para acompanhá-lo na experiência.

O grupo controle foi acompanhado apenas com psicoterapia breve, com média de 6 sessões, e o grupo RIME com média de 5.

Os resultados quantitativos apontaram, no grupo RIME, para a melhora significativa da percepção da qualidade de vida, melhora significativa na autoestima, melhora do bem estar geral. Já os resultados qualitativos apontaram para promoção de transformações criativas, por meio de novos significados e/ou novas atitudes que emergiram na consciência, bem como fortalecimento do ego.

#### 4.3.3. Linha do tempo

Quadro 7 – Imaginação dirigida: publicações recentes – linha do tempo

(continua)

Ano	Publicação
2008	Susan Shaw – <i>Listening to diabetes. Using guided imagery for relaxation and insight</i>

(conclusão)

<b>Ano</b>	<b>Publicação</b>
2015	Elias et al – <i>The biopsychosocial spiritual model applied to the treatment of women with breast cancer, through RIME intervention (relaxation, mental images, spirituality)</i>

## 5 – ANÁLISE E DISCUSSÃO

As duas principais técnicas que se utilizam da imaginação como ferramenta para o processo psicoterapêutico apresentam origens e caminhos bastante diferentes.

Enquanto a imaginação ativa foi formatada de acordo com as pesquisas e experiências pessoais de Jung, a imaginação dirigida não tem uma origem definida, porém foi claramente influenciada pelas técnicas e teorias desenvolvidas por ele.

Ambas as técnicas trazem riqueza ao trabalho clínico por facilitar o encontro entre consciente e inconsciente, favorecendo o acesso a pontos críticos relacionados aos complexos, desarmando defesas e barreiras naturalmente impostas pelo analisando ao processo terapêutico.

### 5.1. Imaginação ativa

Na literatura clássica, os 15 autores e 23 obras considerados historicizam, definem e estruturam a técnica da imaginação ativa como recurso da psicoterapia. Mais especificamente, encontra-se nas obras clássicas menções a definição, indicação, finalidade, mecanismo, análise, cuidados e estudos de caso.

Jung trata diretamente da imaginação ativa em 9 obras<sup>10</sup> e indiretamente em 11<sup>11</sup>, construindo conceito, definição, metodologia, indicação, aplicação, cuidados, ao mesmo tempo em que se baseava em suas próprias experiências, descritas em seu livro de memórias, discutia com correspondentes nas inúmeras cartas que escrevia e ainda sugeria a técnica a alguns pacientes. Foi a base, teórica e prática da técnica, compilando conhecimentos de diversas

---

<sup>10</sup> *Técnica de diferenciação entre o eu e as figuras do inconsciente* (1912), *A função transcendente* (1916), *A estrutura da alma* (1928), *Comentários a O segredo da flor de ouro* (1929), *Estudo empírico do processo de individuação* (1933), *Os objetivos da psicoterapia* (1935), *Quinta conferência de Tavistock* (1930), *Os aspectos psicológicos da Core* (1940), *Mysterium Coniunctionis* (1955).

<sup>11</sup> Definições – definição de fantasia (1921).

culturas, transformando-os adequadamente em recurso científico. Hannah (1981) comenta, cuidadosamente, que Jung não inventou a imaginação ativa, mas a descobriu como “forma de meditação que o homem tem utilizado, pelo menos, desde o alvorecer da história, se não antes, como uma maneira de aprender a conhecer seu deus ou deuses” (HANNAH, 1981, p.3).

Jung define a imaginação ativa de diversas maneiras e talvez a mais completa seja a apontada em *Os aspectos psicológicos da Core*: “método de introspecção que consiste na observação do fluxo de imagem onírica que causa impacto, mas é ininteligível, ou em uma impressão visual, observando-se as mudanças que ocorrem na imagem” (JUNG [1940], 2012, p.192, §319).

Todos os outros autores clássicos também a definem, nunca deixando de lado a interação com a imagem, como Johnson (1989): “imaginação ativa é um diálogo que travamos com as diferentes partes de nós mesmos que vivem no inconsciente” (JOHNSON, 1989, p.154); a integração com conteúdos inconscientes, como Hannah (1981): “talvez a mais simples definição de imaginação ativa seja dizer que ela nos dá a oportunidade de abrir negociações com estas forças e figuras do inconsciente” (HANNAH, 1981, p.16); e ressaltando a importância da interação ativa e por meio do ego, como Fordham (1956): “procedimento pelo qual as imagens arquetípicas podem ser formadas colocando-se o ego em relação com o mundo interno dos arquétipos” (FORDHAM, 1956, p.207).

As indicações encontradas foram diversas. Jung a indica como um dos três métodos de “abordar a face obscura da mente humana” (JUNG, [1938], 2012, p.64, §97), junto com o teste de associação de palavras e a análise de sonhos. Mas o autor também explica que, quando há opostos constelados

“em tal medida que a união ou composição da personalidade se tornar imperiosa – quando o conflito entre consciente e inconsciente, aparentemente insolúvel, se torna manifesto e crítico (...) o conflito então reclama uma solução real e exige uma terceira coisa na qual as oposições possam unir-se” (JUNG, [1955] 2012, p.309, §365).

Neste sentido, Hannah (1981), Johnson (1989), Kast (1997), Jaffé (1995), Sanford (1997), Adler (1961) também a indicam quando a negociação com o inconsciente se torna necessária.

Isto leva imediatamente à finalidade ou aos objetivos da imaginação ativa, que não se limita em trazer à tona conteúdos inconscientes mas, de acordo com Jung,

“podemos fazer a descoberta do arquétipo sem precisar de recuar e mergulhar na esfera dos instintos, o que nos levaria a um estado de inconsciência onde é impossível qualquer conhecimento ou, pior ainda, a uma espécie de substituto intelectualista dos instintos” (JUNG, [1928], 2012, p.160, §414).

Neste sentido, o acesso à representação arquetípica proporciona a “comunicação entre o ego e as partes inconscientes das quais geralmente nos desligamos” (JOHNSON, 1989), proporcionando mudança tanto no consciente quanto no inconsciente (KAST, 1997). Em uma ampliação, a finalidade da imaginação ativa é a busca de nossa própria totalidade (HANNAH, 1981). Jung ([1916] 2012) e Kast (1997) destacam a técnica especialmente em processos terapêuticos nos quais o paciente passa a, progressivamente, tornar-se independente do analista.

O mecanismo psíquico que é ativado considerando estes objetivos e finalidades é o da compensação de opostos:

“A experiência psicológica mostra que os símbolos do *si-mesmo* (grifo do autor) aparecem nos sonhos e na imaginação ativa, nos momentos das colisões mais violentas de pontos de vista opostos, como tentativa de compensação para intermediar no conflito e para ‘de inimigos fazer amigos’, como se exprime o alquimista” (JUNG, [1955] 2012, p.171, §141).

A visão alquímica revela-se um excelente paralelo para que se compreenda o mecanismo da imaginação ativa pois assim como na alquimia, o trabalho psíquico a ser realizado é o de transformação em algo mais poderoso por se aproximar da inteireza, da integridade do ser, permitindo que se possa, inclusive, transformar o entorno (VON FRANZ, 1994).

Assim, Jaffé (1995) considera este mecanismo como manifestação natural e automática da psique, porém muitas vezes obscurecida pelas preocupações do dia a dia. A estruturação desta atividade, com a ajuda do psicoterapeuta, nada mais é do que dar vazão ao processo natural da psique, favorecendo o diálogo interno.

Jung ([1916] 2012, [1938] 2012 e [1955] 2012), Hannah (1981), Johnson (1989), Sanford (1997), Kast (1997), Von Franz (1990) e Chodorow (1996) detalham o passo a passo da técnica, uns mais pormenorizadamente, outros de maneira mais ampla, porém todos concordam que:

- O praticante deve receber orientação de como proceder durante a imaginação ativa e manter acompanhamento profissional especializado.

- O ideal é buscar um ambiente tranquilo e apropriado para que a atenção crítica seja diminuída tanto quanto possível, desligando-se ao máximo do mundo externo.

- Deve-se ter um ponto de partida, que pode ser uma imagem interna, uma cena de sonho, um estado emocional, deixando que os conteúdos internos apareçam de maneira espontânea. Qualquer imagem, som, sentimento ou cena são bem-vindos e devem estar livres para acontecer.

- O próximo passo é a entrega consciente ao que o inconsciente tem a apresentar, deixando que aconteçam novas imagens, associações, personalizações e até mesmo o diálogo com o conteúdo que emergiu, sempre com o objetivo de ouvir o inconsciente. Neste momento, deve-se ter o cuidado de não direcionar a discussão ou a fantasia para a conclusão desejada pelo ego, mas estar aberto para o novo.

- Finalizada a imaginação dentro de si, é hora de registrá-la, trazê-la para a realidade por meio da concretização que parecer mais adequada: escrita, escultura, desenho, expressão corporal ou outra que o imaginante considerar mais apropriada.

É importante reafirmar que o registro da atividade tem a função de abraçar o resultado da imaginação ativa como algo que deve ser necessariamente integrado ao consciente e aplicado à realidade do imaginante, sob pena de se perder não somente o símbolo como também a abertura estabelecida entre consciente e inconsciente.

A análise deste material é via símbolo, necessariamente. Cada conteúdo apresentado pela imaginação é a representação de uma faceta de algum complexo que deve ser observado e cuidado naquele momento. É uma polarização que precisa ser compensada pelo seu complemento para que se atinja o terceiro, a solução que é maior que o equilíbrio simples entre as partes.

Poucos autores explicitam em teoria como deve seguir a análise da imaginação ativa. Sobre isto, Von Franz (1994) é a autora que melhor expressa um possível caminho:

“Geralmente pensamos na imaginação ativa como uma conversação com nossos complexos personificados, tentando, em nossa imaginação e fantasia, personificar alguns de nossos complexos e então acertar as contas com eles, os complexos do ego, ou o ego, ao conversar com estes fatores internos” (VON FRANZ, 1994, p.28).

Porém, Jung dá exemplos empíricos de análise quando busca correlações com o simbolismo da Core (JUNG, [1940] 2012), criança, velho sábio, mandala, entre outros.

Aos psicoterapeutas, vale observar que, apesar de Jung ter interpretado os resultados das imaginações ativas que realizou, nem todos os autores indicam esta análise. Hannah (1981), que estudou o tema com o próprio Jung, desaconselha análises ou mesmo comentários do analista, que deveria intervir somente na metodologia de uso da técnica. Hillman (2010a) é enfático ao dizer que se vai contra a imaginação toda vez que ela é interpretada, pois a imaginação é sempre mais abrangente do que qualquer conceito. Sendo assim, guias e orientações em excesso também podem contribuir para uma racionalização desnecessária.

O fato é que o psicoterapeuta deve ter extremo cuidado ao tratar do resultado de qualquer produção simbólica do paciente, seja fantasia ou sonho. A interferência pode ser danosa reduzindo ou restringindo o significado do símbolo, não só à sua face consciente como também recebendo a influência do universo particular do próprio terapeuta.

Entretanto, esta interação pode ser usada conscientemente a favor do processo. Davidson (1966) e Samuels (1985) concordam que o analista acessa conteúdos do paciente que lhe estão inconscientes, mas que são necessários, transmitindo-os por meio de símbolos. É a abertura do analista para o mecanismo da imaginação ativa durante a sessão, via contratransferência. Desta forma, uma vez que a contratransferência se origina da transferência, sendo, portanto, uma comunicação vinda do paciente, a abertura para que a

imaginação ativa favoreça o caminho do processo terapêutico de maneira diferente da concebida por Jung.

Por fim, todos os autores alertam para os cuidados que devem ser tomados na prática da imaginação ativa. Jung ([1955] 2012), Hannah (1981), Chodorow (1997), Sanford (1997), Adler (1961) observam o risco de se desencadear uma psicose, se já houver esta predisposição, porém, Jung ([1955] 2012) acrescenta que logo no início do processo terapêutico já se pode perceber tal predisposição, ao que o analista deve estar sempre atento.

Alguns fazem observações específicas, como Fordham (1967) que traduz o risco de desencadeamento de psicose como a não possibilidade de reintegração, depois da deintegração. Hannah (1981) também fala sobre a importância do paciente ter um ego fortalecido, do acompanhamento de um especialista e também da disposição para um trabalho que é absolutamente individual e solitário. Nisto Sanford (1997) concorda, acrescentando que o paciente deve vencer a resistência que tende a aparecer quando resolvemos tratar dos assuntos da psique, bem como a tendência, muitas vezes, de se considerar as imagens banais e perder a importância do trabalho. Jaffé (1995) e Johnson (1989) comentam sobre o risco de se entrar em uma fantasia inautêntica, ou seja, produzida pelos desejos do ego, porém, ensinam que se percebe facilmente a manipulação egoica quando as fantasias não apresentam motivos arquetípicos ou imagens numinosas. Por fim, Von Franz (1999) observa que há algumas pessoas que preferem associar a prática da imaginação ativa com alguns rituais para facilitar o processo. Pode ser interessante, porém ela alerta que estes rituais podem constelar eventos sincrísticos, facilmente interpretados como magia, o que pode desfazer um árduo trabalho terapêutico.

Vários autores acrescentam à teoria a exemplificação via estudo de caso, como o próprio Jung ([1933] 2012, [1938] 2012 e [1940] 2012), Adler (1961), Hannah (1981), Johnson (1989), Jaffé (1995) e Kast (1997).

Chodorow (1997) ainda deixa muito claro o que os outros apenas sugerem: a importância de se colocar em prática na vida diária o *insight*, a solução, o terceiro alcançado na atividade. É a dimensão ética da imaginação ativa, transferindo para o imaginante a responsabilidade ao se relacionar com o inconsciente, acatando os resultados.

Assim, observa-se que em toda a literatura clássica o destaque é a apresentação da técnica em si, em descrições, metodologias, cuidados, finalidades e exemplos. Já a literatura recente inicia um novo olhar para este mecanismo, porém ainda há publicações no sentido de descrever, explicar, apresentar a técnica aos novos leitores.

São poucos os trabalhos, apenas 11 nos últimos 10 anos. Discutem diversos assuntos, mas o mais importante é que se inicia certa abertura para encarar a imaginação ativa, técnica por excelência da clínica junguiana, por meio de enfoques mais amplos que o tradicional.

Como enfoque tradicional considera-se as publicações que descrevem conceito, aplicações, objetivos, finalidade, metodologia e estudos de caso, seguindo o mesmo caminho dos autores clássicos. Dentro da literatura recente são 7 (PEREIRA, 2007; KAST, 2014; SLATTERY, 2006; SWAN, 2006; ZICH, 2008; HOLLIS, 2013; SIQUEIRA, 2015).

Dentre as publicações que permitem olhares mais inovadores a respeito da imaginação ativa, há visões bastante semelhantes e 1 diversa.

Esta última é apresentada por Deligiannis (2012), trabalhando com a imaginação ativa na expressão corporal. A autora sugere a dança ou movimento espontâneo como forma de integração de corpo e mente, em movimentos livres e sem direcionamentos, que devem representar sentimentos, sensações, emoções e o que mais surgir no interior do imaginante. Neste caso, a expressão corporal resultante é a própria imaginação, que se apresenta em movimento ao invés de imagens. O cuidado é que se mantenha também neste caso a postura egoica ativa em relação à expressão que surge, abrindo possibilidade de diálogo com os conteúdos que passam a vir a tona ou mesmo com o próprio movimento que está sendo representado no momento. Se a postura egoica for passiva, tal como na atividade de imaginação mais mental, não há o contraponto da consciência e a possibilidade de negociação entre consciente e inconsciente ficam frágeis, passando-se a desenvolver tão somente um devaneio, sem que se alcance o símbolo que traz a possibilidade de transformação.

As publicações recentes que também encaram a imaginação ativa de maneira mais abrangente observam a contratransferência e a supervisão clínica.

Schaverien (2007) e Cwik (2011) tratam da contratransferência como uma possibilidade para aplicação da técnica da imaginação ativa. Para eles, as imagens que aparecem na mente do analista durante a sessão são o terceiro analítico, resultado da ativação da função simbólica no analista e que contribui para o trabalho de mediação entre consciente e inconsciente que está sendo realizado com o paciente. Este enfoque já havia sido descrito por Davivson (1966) e por Samuels (1985). Não é novo, mas é inovador e amplo, devendo ser observado como mais uma maneira de se colocar em prática a imaginação ativa na psicoterapia, indo para além do tradicional.

Cwik (2006) usa a ideia do mecanismo acima para indicar que na supervisão de analistas a imaginação ativa também pode estar presente, em dois níveis. Supervisor e supervisionando em sintonia e permitindo a participação dos inconscientes abrem espaço para que se constitua o terceiro analítico, favorecendo que o mesmo aconteça na sessão de psicoterapia que está sendo analisada. Por outro lado, o supervisor também toma parte neste momento como função egoica, questionando e mediando sem deixar de lado a abertura ao inconsciente.

Estas duas maneiras de se aplicar a imaginação ativa, apesar de terem sido já descritas por autores clássicos, estão sendo consideradas mais amplas pois saem do conceito original de busca somente da introspecção voltada ao próprio processo terapêutico.

O mecanismo da imaginação ativa é uma possibilidade em toda a prática da psicoterapia, por paciente e terapeuta. É a abertura e mediação entre consciente e inconsciente que são indispensáveis tanto na condução da sessão como em todas as análises que decorrem dali.

Neste sentido, a literatura recente ainda carece de outros enfoques e análises que colaborem para o esclarecimento destas possibilidades, como também para a ampliação do trabalho clínico.

## 5.2. Imaginação dirigida

A aplicabilidade da imaginação dirigida é bastante ampla. Em praticamente todos tipos de trabalhos terapêuticos há a possibilidade de uso, seja com foco nas questões psíquicas, físicas ou psicossomáticas.

Entre os 8 autores clássicos encontrados, há somente uma junguiana, Verena Kast – que faz uma ampla revisão teórica – porém todos os textos contêm alguma influência dos trabalhos de Jung.

O interessante nesta técnica é que o número das publicações não somente cresce ao longo do tempo, como também evolui, saindo da teoria e dos estudos de caso e avançando para além da psicoterapia, área de origem.

Nos anos de 1920, Kretschmer ([1922] 1957) inicia suas pesquisas sobre imaginação, aproximando-se dos conceitos que estavam sendo postulados por Jung, como representatividade, simbolização, livre associação e inconsciente coletivo; nas duas décadas seguintes, Desoille (1945, 1973) descreve e sugere a aplicação completa da técnica para, nos anos de 1960, Assagioli (2013) e Leuner (1966) passarem à aplicação da imaginação dirigida já voltada para propósitos específicos em psicoterapia, trabalhando em outras vertentes teóricas a integração da sombra ou de aspectos de complexos. Nos anos de 1980, Achterberg (1996) e Epstein (1990) perceberam a importância da técnica no ambiente hospitalar e na psicossomática, a partir de pesquisas com sujeitos, sugerindo imaginações mais específicas e de acordo com as necessidades do paciente naquele momento.

O trabalho com imaginação dirigida na psicossomática e em ambiente hospitalar foi de tal maneira animador que as publicações recentes estão centradas justamente neste objetivo. Apenas duas publicações recentes puderam ser consideradas neste levantamento. Apesar de não terem sido desenvolvidas a partir do trabalho clínico, mostram teoria ou técnica de aplicação dentro do trabalho clínico, ainda que em psicoterapia breve.

Todos os autores que se referem à teoria concordam que as condições de aplicação da técnica devem respeitar a preparação do ambiente, que deve ser o mais tranquilo possível, iniciando com relaxamento e preparando o paciente para as imagens que virão a seguir.

Alguns autores sugerem que o terapeuta estimule imagens já definidas (ASSAGIOLI, 2013) ou até mesmo predefinidas para cada tipo de situação que pode ser encontrada (LEUNER, 1966, EPSTEIN, 1990). Porém, a imaginação dirigida também pode ser direcionada apenas no início da atividade, como se preparasse uma tela para que as cenas internas pudessem se desenrolar (KRETSCHMER, [1922] 1957, DESOILLE, 1973, ACHTERBERG, 1996, KAST, 1997).

Independentemente do modo que a imaginação seja conduzida, o que une todos estes autores em torno da técnica da imaginação dirigida é a estimulação verbal do terapeuta durante a execução da atividade.

Assim, é uma técnica que pode ser usada com sucesso nas sessões de psicoterapia com pacientes que:

- Apresentam muita resistência em deixar os conteúdos internos aflorarem na sessão.

- Têm dificuldade de se entregar às atividades de imaginação, defendendo-se de todos os conteúdos racionalmente estranhos ao tema ou aos sentimentos que estão sendo trabalhados.

- Não estão preparados para a atividade de imaginação ativa realizada da maneira como Jung postulou: uma atividade solitária e que demanda entrega absoluta aos conteúdos que possam surgir, sob suficiente escudo egoico.

Desta forma, é interessante notar que apesar de ter avançado teoricamente ao longo do tempo, expandindo seu alcance para além da clínica, também comprovando cientificamente sua efetividade, por outro lado parece ter perdido seu lado clínico, sem pesquisas ou publicações suficientes nesta área.

As duas publicações recentes estão voltadas para a psicossomática e valorizam a dimensão simbólica encontrada em todas as visualizações por meio da importância dada às transformações registradas em comportamentos, emoções ou sentimentos associados à doença pesquisada. Comprovam também melhora orgânica mensurável a partir da imaginação dirigida, o que a torna fortemente indicada como terapia complementar na medicina. Além disso, metodologicamente ambas deixam claro que, apesar do direcionamento predeterminado estabelecido pelo terapeuta, é importante a abertura para o paciente seguir caminho próprio se necessário.

Porém, não há publicações recentes que investiguem ou mesmo relatem o uso da imaginação dirigida como ferramenta usual da psicoterapia, como via de acesso ao inconsciente, partindo do consciente e chegando ao simbolismo necessário naquele momento.

Dentre todos os trabalhos encontrados, clássicos ou recentes sobre a imaginação dirigida, somente um foi publicado por uma analista junguiana, Verena Kast, sob enfoque da psicoterapia analítica.

Neste panorama, é inevitável o questionamento sobre o uso desta ferramenta na psicoterapia junguiana, comprovadamente eficaz na integração do indivíduo.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O ano de 2016 marca os 100 anos do primeiro texto publicado por Jung sobre imaginação ativa, *A função transcendente*, e mais de 90 anos do início da formatação da imaginação dirigida, baseada em seus escritos.

Seria natural esperar certo volume de produções acadêmicas a respeito destes temas, uma vez que a imaginação ativa foi a técnica mais usada por Jung no acesso aos seus conteúdos inconscientes e a imaginação dirigida mostrou-se comprovadamente eficaz como ferramenta da psicossomática.

Entretanto, quando se procura textos mais recentes sobre ambas as técnicas e sua aplicação na psicoterapia, nem sempre as expectativas são satisfeitas.

Dentro deste panorama foi iniciada a pesquisa, buscando por autores e produções que descrevessem técnicas ou métodos que orientassem o trabalho com imaginação ativa ou dirigida, ou que sugerisse resultados.

Logo no início, as buscas indicaram dois tipos de literatura, para ambas as técnicas: uma, clássica, produzida por autores de referência no tema, oferecendo bases teóricas e práticas para sua correta aplicação; e outra, recente, assim considerada por ter sido produzida nos últimos dez anos, e que indicam os caminhos tomados pelas produções mais atuais nos dois temas.

Para ambos os tipos de literatura, um único critério de exclusão foi considerado: pesquisas que não considerassem o uso de imaginação ativa ou imaginação dirigida em psicoterapia, ou seja, o ambiente de origem de ambas as técnicas.

Foram encontrados 15 autores clássicos para a imaginação ativa e 23 publicações; 10 autores recentes e 11 publicações. Vale ressaltar que o número maior de publicações clássicas, em relação aos autores, se deve ao volume produzido pelo próprio Jung, 9 obras.

A grande maioria das publicações clássicas e recentes é voltada para os aspectos teóricos, análise de obras artísticas realizadas pelo registro de imaginação ativa e estudos de caso, mostrando textos muito voltados para descrições, apresentações, introduções. Apenas duas obras clássicas e três obras recentes saem deste ambiente, discorrendo sobre o mecanismo da

imaginação ativa presente na contratransferência, e vendo o mesmo mecanismo na supervisão de analistas. Referem-se ao terceiro, o produto do confronto entre consciente e inconsciente, que traz o caminho da transformação e vai além da introspecção solitária.

É curioso que se tenha encontrado apenas uma pesquisa com sujeitos no que se refere à imaginação ativa, entre as publicações clássicas. Isto pode indicar que poucos pesquisadores recentes têm trabalhado com esta técnica ou se interessam em investigá-la mais profundamente entre aqueles que a utilizam. Neste sentido, há espaço para a busca de novas informações sobre a aplicação da técnica e seus resultados entre terapeutas junguianos ou mesmo para busca de razões de não uso desta que é uma das principais técnicas na clínica junguiana.

Para a imaginação dirigida foram encontrados 7 autores clássicos e 8 obras, sendo que apenas uma autora é junguiana. A literatura clássica descreveu, teorizou, sugeriu novos caminhos e a imaginação dirigida passou a ser ferramenta importante no ambiente hospitalar e da psicossomática, tendo comprovações científicas de sua eficácia, indo para além da psicoterapia. A literatura recente foi ampliada neste panorama, desenvolvendo o tema dentro da psicossomática e do ambiente hospitalar. Se por um lado é excelente que a técnica seja expandida para outros ambientes, por outro lado pode-se dizer que ela perdeu sua vivência em psicoterapia sendo talvez pouco considerada atualmente pelos psicoterapeutas e pelos pesquisadores clínicos. Vale também aqui considerar o espaço existente para realização de pesquisa sobre as aplicações e resultados como também as razões de não uso da técnica na clínica junguiana.

É importante que se faça algumas considerações que valem para ambas as técnicas.

Como postulado por Jung ([1935] 2012), o sucesso do processo psicoterapêutico não é individual de cada analisando, mas da dupla analisando-terapeuta. Para isto, a dupla precisa estar profundamente comprometida com as sessões e o processo.

O analista que deseja trabalhar com imaginação deve estar predisposto, consciente e atento à participação do inconsciente, dele e do analisando,

durante as sessões e também compreendendo suas influências dentro e fora da clínica.

Todas as imagens evocadas, em processo imaginativo intencional ou espontâneo, trazem consigo significados que fundem os conteúdos de quem a imaginou e as influências recebidas do mundo externo, traduzindo para aquele instante da imaginação o que deve e precisa ser conscientizado para que haja a transformação necessária naquele contexto.

Há diferença entre o produto da imaginação ativa ou dirigida, e fantasias ou devaneios baseados no consciente e nos desejos egoicos de realização. E fazer essa diferenciação cabe ao analista, seguindo o indicativo de que as produções com participação autêntica do inconsciente trazem necessariamente conteúdos arquetípicos, em um tom profundo e envolvido por emoções. Johnson (1989) ressalta que mesmo quando a participação do ego obscurece a do inconsciente, há que se levar em consideração que a fantasia produzida egoicamente revela desejos inconscientes, e o imaginante acaba por vivenciar de uma outra maneira os elementos inconscientes. Assim, o analista não deve descartar este produto, mas encará-lo como meio para o acesso possível às fantasias daquele analisando naquele momento, inclusive servindo como meio de aprendizado para futuramente chegar à imaginação dirigida ou ativa.

O trabalho com imaginação exige dedicação e seriedade de quem se predispõe a praticá-la.

Como Kast (1997) já alertou, a imaginação ativa não é para todos e nem para o início da análise. Exige estrutura egoica suficiente e tradicionalmente é mais recomendada aos analisandos com bastante experiência psicoterapêutica e que já tiveram considerável contato com seu mundo interno, e estão caminhando para a independência do analista. Entretanto, a partir de um dado momento do processo terapêutico, e com a devida orientação, a imaginação ativa pode ser um incentivador para que o analisando entre em contato com seus conteúdos internos de maneira a fortalecer a estrutura egoica. O trabalho em sessão terapêutica com suas verdades internas ainda parcialmente desconhecidas e nem sempre consideradas com seriedade muitas vezes cede espaço às ansiedades do dia a dia, mas ambos são importantes nas sessões. Nestes casos, o analista deve estar ainda mais atento aos resultados da

imaginação ativa e principalmente aos efeitos no analisando, de maneira a tornar a experiência produtiva para aquele momento do processo terapêutico.

A imaginação dirigida pode ser um excelente início de trabalho com imaginação com pacientes que ainda não estão prontos para a imaginação ativa, ou mesmo como uma constante no processo terapêutico. O direcionamento do terapeuta ajuda o imaginante a buscar simbolizações em temas dolorosos, muitas vezes difíceis de ser contatados espontaneamente.

Aos poucos para uns, imediatamente para outros, o imaginante percebe que apesar do direcionamento do terapeuta, pode e deve deixar a imaginação correr solta e liberando as imagens para transformarem-se espontaneamente. Com a prática, o imaginante passa a ter mais autonomia para lidar com seus processos imaginativos, aprendendo a utilizá-lo também fora do ambiente terapêutico. É o contato mais constante com o próprio mundo interno, aprendendo a aproveitar os processos simbólicos criativamente no dia a dia.

Ao final deste estudo, fica claro o espaço existente para que pesquisas mais consistentes em ambas as práticas dentro do ambiente clínico possam ser realizadas, sugerindo a possibilidade de uma linha de pesquisa que favoreça o desenvolvimento da imaginação ativa e da imaginação dirigida dentro da psicoterapia.

## REFERÊNCIAS

ACHTERBERG, Jeanne, **A imaginação na cura: xamanismo e medicina moderna**. Trad. Carlos Eugênio Marcondes de Moura. São Paulo: Summus, 1996.

ADLER, Gerhard, **The living symbol: a case study in the process of individuation**. New York: Pantheon Books, 1961.

AMIX, Solrac, **Alquimia**. São Paulo: Traço, 1990.

ASSAGIOLI, Roberto, **Psicossíntese: as bases da psicologia moderna e transpessoal**. Trad. Álvaro Cabral. São Paulo: Cultrix, 2013.

AVENS, Roberts, **Imaginação é realidade**. Trad. Catherine Jean Greenless e Sonia Maria Caiuby Labate. Petrópolis: Vozes, 1993.

BOECHAT, Walter, Os processos criativos do Liber Novus e os futuros caminhos para a psicologia analítica. **Instituto Junguiano do Rio de Janeiro**. 2010. Disponível em: <<http://www.jung-rj.com.br/artigos/docs/Processos-Criativos-Liber-Novus-Futuros-Caminhos-Psicologia-Analitica.pdf>>. Acesso em 08 jan 2016.

CAMPBELL, Joseph, **As máscaras de Deus: mitologia primitiva**. Trad. Carmen Fischer. São Paulo: Palas Athena, 1992.

CHODOROW, Joan, **Jung on active imagination**. Princeton: Princeton University Press, 1997 (Encountering Jung).

CWIK, August J., Associative dreaming: reverie and active imagination. **Journal of Analytical Psychology**, v.56, p.14-36, 2011. Disponível em:

file:///C:/Users/ra00004927/Downloads/Cwik-2011-Journal\_of\_Analytical\_Psychology.pdf. Acesso em 04 dez 2015.

CWIK, August J., The art of the tincture: analytical supervision. **Journal of Analytical Psychology**, v.51, p.209-225, 2006. Disponível em: file:///C:/Users/ra00004927/Downloads/Cwik-2011-Journal\_of\_Analytical\_Psychology.pdf. Acesso em 04 dez 2015.

DAVIDSON, Dorothy, Transference as a form of active imagination. **Journal of analytical psychology**. V.11, n.2, p.135-146, 1966.

DELIGIANNIS, Ana, Imaginación activa em movimiento. In: LAUREIRO, Mario E.S. (coord), **Psicopatologia Psicodinámica Simbólico-Arquetípica**. Montevideo: Prensa Médica Latinoamericana, 2012, p.121-143.

DESOILLE, Robert, **Le revê éveillé en psychoterapie**: essai sur la fonction de régulation de l'inconscient collectif. Paris: Presses Universitaires de France, 1945.

DESOILLE, Robert, **Lecciones sobre ensueño dirigido en psicoterapia**. Buenos Aires: Amorrortu, 1973.

EDINGER Edward F., **Anatomia da psique: o simbolismo alquímico na psicoterapia**. Trad. Adail Ubirajara Sobral e Maria Stela Gonçalves. São Paulo: Cultrix, 1990.

ELIADE, Mircea, **O xamanismo e as técnicas arcaicas do êxtase**. Trad. Beatriz Perrone-Moise e Ivone Castilho Benedetti. São Paulo: Martins Fontes, 2002.

ELIAS, Ana C.A. et al, The biopsychosocial spiritual model applied to the treatment of women with breast cancer, through RIME intervention (relaxation, mental images, spirituality), **Complement Ther Clin Pract** v.21, n.1, p.1-6.

2015. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25682524>. Acesso em: 16 set 2016.

EPSTEIN, Gerald, **Imagens que curam: guia completo para a terapia pela imagem**. Trad. Celia Szterenfeld. Rio de Janeiro: Xenon, 1990.

FORDHAM, Michael, Active imagination and imaginative activity. **Journal of Analytical Psychology**, v.1, n.1, p.207-208. 1956. Disponível em <<http://content-ebshost-com.ez95.periodicos.capes.gov.br/ContentServer.asp?T=P&P=AN&K=EPTOC10705224&S=R&D=mdc&EbscoContent=dGJyMNLe80Sep14xNvgOLCmr06ep7BSsq%2B4TLGWxWXS&ContentCustomer=dGJyMPGtr1CzqLVluePfgeyx44Dt6fIA>>. Acesso em 14 jan 2016.

FORDHAM, Michael, Active imagination – deintegration or disintegration. **Journal of Analytical Psychology**, v.12, n.1, p.51-66. 1967. Disponível em <<http://content-ebshost-com.ez95.periodicos.capes.gov.br/ContentServer.asp?T=P&P=AN&K=12499957&S=R&D=aph&EbscoContent=dGJyMNLe80Sep14xNvgOLCmr06ep7BSs624SrWWxWXS&ContentCustomer=dGJyMPGtr1CzqLVluePfgeyx44Dt6fIA>>. Acesso em 14 jan 2016.

FORDHAM, Michael, A possible root of active imagination. **Journal of Analytical Psychology**, v.22, n.4, p.317-330. 1977. Disponível em <<http://content-ebshost-com.ez95.periodicos.capes.gov.br/ContentServer.asp?T=P&P=AN&K=12499957&S=R&D=aph&EbscoContent=dGJyMNLe80Sep14xNvgOLCmr06ep7BSs624SrWWxWXS&ContentCustomer=dGJyMPGtr1CzqLVluePfgeyx44Dt6fIA>>. Acesso em 14 jan 2016.

FRICK, Eckhart et al. Tumor patients in psychodynamic psychotherapy including daydreaming: can imagery enhance primary process and positive emotions? **Psychother Res.**, v.18, n.4, p.444-453. 2008. Disponível em <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18815996>. Acesso em 14 mai 2016.

FURQUIM, Ana C., **Olhares devotos**. Campinas, 2007. Dissertação de mestrado. Universidade Estadual de Campinas – UNICAMP.

HANNAH, Barbara, **Active Imagination: as developed by C.G.Jung**. Santa Monica: Sigo Press, 1981 (Encounters with the soul).

HILLMAN, James, **Ficções que curam: psicoterapia e imaginação em Freud, Jung e Adler**. Trad. Gustavo Barcellos, Letícia Capriotti, Andréa de Alvarenga Lima e Elizabeth de Miranda Sandoval. Campinas: Verus, 2010a.

HILLMAN, James, **Re-vendo a psicologia**. Trad. Gustavo Barcellos. São Paulo: Vozes, 2010b.

HILLMAN, James, **Psicologia arquetípica**. Trad. Lúcia Rosenberg e Gustavo Barcellos. São Paulo: Cultrix, 1995.

HOERNI, Ulrich, Preface. In: JUNG, Carl G., **The red book – liber novus**. Transl. Mark Kyburz, John Peck, Sonu Shamdasani. London: Philemon Series & W.W. Norton & Co., 2009.

HOLLIS, James, The world's worst club. **Jung Page**. 2013. Disponível em: <http://www.cgjungpage.org/learn/articles/book-reviews/894-the-worlds-worst-club>. Acesso em 21 nov 2015.

JAFFÉ, Aniela, **O mito do significado na obra de C.G. Jung**. Trad. Daniel Camarinha da Silva e Dulce Helena Pimentel da Silva. São Paulo: Cultrix, 1995.

JOHNSON, Robert A., **Sonhos, fantasia e imaginação ativa: a chave do reino interior**. Trad. Dilma Gelli. São Paulo: Mercuryo, 1989.

JUNG, Carl G., Técnica de diferenciação entre o eu e as figuras do inconsciente. In: **O eu e o inconsciente**. Trad. Dora Ferreira da Silva. Petrópolis: Vozes, [1912], 2012. OC VII/2.

JUNG, Carl G., A função transcendente. In: **A natureza da psique**. Trad. Pe. Dom Mateus Ramalho Rocha, OSB. Petrópolis: Vozes, [1916] 2012. OC VIII/2.

JUNG, Carl G., Definições. In: **Tipos Psicológicos**. Trad. Lúcia Mathilde Endlich Orth. Petrópolis: Vozes, [1921] 2012. OC VI.

JUNG, Carl G., A estrutura da alma. In: **A natureza da psique**. Trad. Pe. Dom Mateus Ramalho Rocha, OSB. Petrópolis: Vozes, [1928] 2012. OC VIII/2.

JUNG, Carl G., Comentário a “O segredo da flor de ouro”. In: **Estudos alquímicos**. Trad. Dora Mariana R. Ferreira da Silva e Maria Luiza A. Petrópolis: Vozes, [1929] 2012. OC XV.

JUNG, Carl G., Estudo empírico do processo de individuação. In: **Os arquétipos e o inconsciente coletivo**. Trad. Maria Luiza Appy e Dora Mariana R. Ferreira da Silva. Petrópolis: Vozes, [1933] 2012. OC IX/1.

JUNG, Carl G., Os objetivos da psicoterapia. In: **A prática da psicoterapia**. Trad. Maria Luiza Appy. Petrópolis: Vozes, [1935] 2012. OC XVI/1.

JUNG, Carl G., Quinta conferência. In: **A vida simbólica**. Trad. Araceli Elman e Edgar Orth. Petrópolis: Vozes, [1938] 2012. OC XVIII/1.

JUNG, Carl G., Os aspectos psicológicos da Core. In: **Os arquétipos e o inconsciente coletivo**. Trad. Maria Luiza Appy e Dora Mariana R. Ferreira da Silva. Petrópolis: Vozes, [1940] 2012. OC IX/1.

JUNG, Carl G., **Mysterium Coniunctionis**. Trad. Frei Valdemar do Amaral. Petrópolis: Vozes, [1955] 2012a. OC XIV/1.

JUNG, Carl G., **Mysterium Coniunctionis**. Trad. Frei Valdemar do Amaral. Petrópolis: Vozes, [1955] 2012b. OC XIV/2.

JUNG, Carl G., **Memórias, Sonhos, Reflexões**. Trad. Dora Ferreira da Silva. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, [1961] 2006.

JUNG, Carl G., **Cartas de C.G. Jung**. Vol.I. Trad. Edgar Orth. Petrópolis: Vozes, 2002.

JUNG, Carl G., **The red book – liber novus**. Transl. Mark Kyburz, John Peck, Sonu Shamdasani. London: Philemon Series & W.W. Norton & Co., 2009.

KAST, Verena, **A imaginação como espaço de liberdade: diálogos entre o ego e o inconsciente**. Trad. Maurício Mendonça Cardozo. São Paulo: Loyola, 1997.

KAST, Verena, Complexes and imagination. **Journal of Analytical Psychology**, v.59, n.5, p.680-694, 2014. Disponível em: [file:///C:/Users/ra00004927/Downloads/Kast-2014-Journal\\_of\\_Analytical\\_Psychology.pdf](file:///C:/Users/ra00004927/Downloads/Kast-2014-Journal_of_Analytical_Psychology.pdf). Acesso em 04 dez 2015.

KRETSCHMER, Ernst, **Psicología Médica**. Trad. José Solé Sagarra. Barcelona: Editorial Labor, [1922] 1957.

LEUNER, Hanscarl, Guided affective imagery, **American journal of psychotherapy**. V.23, n.1, p.4-22, 1966. Disponível em: <http://www.synthesiscenter.org/articles/0340.pdf>. Acesso em 18 jan 2016.

NATANSON, Jacques, La découverte du revê-éveillé en psychothérapie par Robert Desoille (2001), **Topique**, v.3, n.76, p.125-132, 2001. Disponível em [www.cairn.info/revue-topique-2001-3-page-125.htm](http://www.cairn.info/revue-topique-2001-3-page-125.htm). Acesso em 23 mai 2016.

NEUMANN, Erich, **A grande mãe: um estudo fenomenológico da constituição feminina do inconsciente**. Tradução de Fernando Pedroza de Matos e Maria Silvia Mourão Netto. São Paulo: Cultrix, 2006.

PENNA, Eloisa M.D., **Epistemologia e método na obra de C.G. Jung**, São Paulo: EDUC: FAPESP, 2013.

PEREIRA, Paulo J.B., Sobre a imaginação ativa. **Cadernos Junguianos**, v.3, n.3, p.36-43, 2007.

ROMANELLI, Rosely A., **A arte e o desenvolvimento cognitivo – um estudo sobre os procedimentos artísticos aplicados ao ensino em uma escola Waldorf**. São Paulo, 2008. Tese de doutorado. Universidade de São Paulo – USP.

SALMAN, Sherry, A psique criativa: as principais contribuições de Jung. In: YOUNG-EISENDRATH, Polly & DAWSON, Terence, **Compêndio da Cambridge sobre Jung**. Trad. Cristian Clemente. São Paulo: Madras, 2011.

SAMUELS, Andrew, Countertransference, the 'mundus imaginalis' and a research project. **Journal of Analytical Psychology**, v.30, n.1, p.47-71, 1985.

SANFORD, John A., **Os parceiros invisíveis**. Trad. I. F. Leal Ferreira. São Paulo: Paulinas, 1987 (Coleção amor e psique).

SCHAVERIEN, Joy, Countertransference as active imagination: imaginative experiences of the analyst. **Journal of Analytical Psychology**, v.52, p.413-431, 2007. Disponível em: file:///C:/Users/ra00004927/Downloads/Schaverien-2007-Journal\_of\_Analytical\_Psychology.pdf. Acesso em 04 dez 2015.

SHAMDASANI, Sonu. **Jung e a construção da psicologia moderna: o sonho de uma ciência**. Trad. Maria Sílvia Mourão Netto. São Paulo: Ideias e letras, 2005.

SHAMDASANI, Sonu & HILLMAN, James. **Lamento dos mortos: a psicologia depois do Livro Vermelho de Jung**. Trad. Isabel F. R. Labriola, Renata Quirino Sousa e Gustavo Barcellos. Petrópolis: Vozes, 2015.

SHAW, Susan. Listening to diabetes. Using guided imagery for relaxation and insight. **Diabetes Self Manag.**, v.25, n.5, p.38-40. 2008. Disponível em: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18846706>. Acesso em 14 mai 2016.

SIQUEIRA, Jane E.S., A vivência da morte e o resgate da vida na terapia de casal: reflexões sobre um caso clínico. In: BENEDITO, Vanda L.Y. (org), **Terapia de casal e de família na clínica junguiana**. São Paulo: Summus, 2015.

SLATTERY, Dennis P., The powers of analogy: painting and poetry as corridors to individuation. **Jung Journal**, v.25, n.4, p.49-60, 2006.

SOLOMON, Hester McF., A escola desenvolvimentista. In: YOUNG-EISENDRATH, Polly & DAWSON, Terence, **Compêndio da Cambridge sobre Jung**. Trad. Cristian Clemente. São Paulo, Madras, 2011.

SWAN, Wendy, Tina Keller's analyses with C.G. Jung and Toni Wolff, 1915-1928. **Journal of Analytical Psychology**, v.51, p.493-511, 2006. Disponível em [file:///C:/Users/ra00004927/Downloads/Swan-2006-Journal\\_of\\_Analytical\\_Psychology.pdf](file:///C:/Users/ra00004927/Downloads/Swan-2006-Journal_of_Analytical_Psychology.pdf). Acesso em 04 dez 2015.

TRAKHTENBERG, Ephraim. The effects of guided imagery on the immune system: a critical review. **International Journal of Neuroscience**, v.118, n.6, p.839-855, 2008. Disponível em: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18465428>. Acesso em 14 mai 2016.

TULKU, Tarthang, **Gestos de equilíbrio**: guia para a percepção, a autocura e a meditação. Trad. Octavio Mendes Cajado. São Paulo: Pensamento, 2010.

UTAY, Joe & MILLER Megan, Guided imagery as an effective therapeutic technique: a brief review of its history and efficacy research. **Journal of Instructional Psychology**, v.33, n.1, 2006. Disponível em <http://find.galegroup.com.ezproxy.openu.ac.il/itx/infomark.do?&contentSet=IAC->

Documents&type=retrieve&tabID=T002&prodId=EAIM&docId=A144014458&source=gale&srcprod=EAIM&userGroupName=openuni&version=1.0>. Acesso em 23 mai 2016.

VELLEMAN, Richard & ARIS Sarajane, Helping people with their spirituality. In: VELLEMAN, Richard & ARIS Sarajane, **Counselling and helping**. Oxford: Blackwell, 2009.

VON FRANZ, Marie-Louise, A imaginação ativa. In: **Psicoterapia**. Trad. Cláudia Gerpe Duarte. São Paulo: Paulus, 1999.

VON FRANZ, Marie-Louise, **A alquimia e a imaginação ativa**. Trad. Pedro da Silva Dantas Jr. São Paulo: Cultrix, 1994.

WAHBA, Liliana L., A psicologia analítica. In: PAYÁ, Roberta, **Intercâmbio das psicoterapias**. São Paulo: Rocca, 2011, p.199-202.

ZICH, Jane, The role of orienting intentions. **Jung Journal**, v.2, n.2, p.46-62, 2008.