

Fevereiro, 2010

Prezadas Franquias:

No decorrer dos anos, tenho tentado apresentar uma modalidade de psicologia para as Vilas Serenas, designado "psicologia arquetípica" ou "psicologia profunda."

É uma perspectiva diferente, algo que acho eficaz para nosso tratamento. Isto não muda nossos programas, ferramentas ou habilidades como terapeuta, mas acredito tornar o processo mais interessante para o conselheiro com melhores resultados.

Recentemente encontrei um livro que ajuda explicando: "Wisdom of the Psyche" (Sabedoria da Psique) de Ginette Paris, e gostaria de apresentar alguns trechos em português e inglês:

[Psicologia Profunda] é uma visão que trata as coisas como aparecem e assim exclui as interpretações clínicas, afastando dos modelos médicos e psicodinâmicos, preferindo literatura.

It is a phenomenological stance and as such it excludes the clinical interpretive terminology, moving away from the medical model, away from psychodynamics, and towards literature. p. xiv

Em vez de oração, a imaginação ativa; em vez de redenção, a individualidade; em vez de crença, as imagens dos deuses e deusas - tudo em imagens, só isto!

Instead of prayer, active imagination; instead of redemption, individuation; instead of belief, archetypal images of gods and goddesses - images, that's all! p. 95

A conclusão da prática de psicologia profunda é que quanto mais temos opções de imagens, mitos, narrativos, cenários, estórias, paradigmas, manuscritos virtuais - chame-os como quiser - mais rica é a vida.

The conclusion I draw from the practice of the art of depth psychotherapy is that the more one has a choice of images, myths, narratives, scenarios, stories, paradigms, virtual scripts - call them what you like - to live by, the richer the life. p. 213

Vidas que externamente aparecem afluentes e se adaptado em todos os seus aspectos, podem esconder uma miséria neurótica que acaba sendo uma falta de imaginação. A atrofia da capacidade de "imaginar" produz todas as misérias auto-inflingidas.

Lives that externally appear rich and adapted in every aspect can hide a neurotic misery that turns out to be a poverty of the imagination. The atrophy of the capacity to "imagine" is the breeding ground for all self-inflicted misery. p. 197

A função de literatura, arte e psicologia profunda é de procurar as imagens que abrem a coração que permite ver o que está em nossa realidade psicológica.

The function of literature, art, and also, to speak for my profession, depth psychology, is to search for the images that open the heart and make us see what is right there in our psychological reality. p. 163

Acho que a faculdade de imaginação pode "ver" mais profundo do que os olhos.

I find the faculty of imagination "sees" more deeply than eyes. p. 62

O oposto de depressão não é felicidade, mas um estado em que a

imaginação acorda. Uma vez ativada, a imaginação mexe com todos os monstros psíquicos que dormiram com a depressão.

Depression 's opposite is not happiness; it is rather a state where imagination comes alive. Once activated, imagination stirs up all the psychic monsters who were put to sleep by depression. p. 207

. . . ansiedade vem com falta da imaginação.

. . . anxiety comes with the loss of images. p. 204

Uma riqueza de imaginação é a melhor cura contra desespero.

A richness of imagination is the best cure against despair. . p. 19

Talvez a questão mais importante para a sobrevivência da psique é: Quem eu devo ser até morrer? Tenho que imaginar algo, qualquer mito interessante.

Perhaps the most important question for the survival of the psyche is: Who shall I be, until I die? I have to imagine something, an interesting myth of some sort. p. 19

[Psicologia Profunda]. . . evita explicações, mas começa com o trágico e de lá vai para as camadas mais profundas da imaginação, onde regeneração psíquica pode acontecer.

. . . it moves away from explanations, starts in the territory of the tragic, and goes from there into the deepest layers of the imagination, where psychic regeneration can occur. p. 64

Eu e minha psique vamos numa excursão para território além do meu ego, numa perspectiva compreensiva, criando um sentido de humor sobre minhas próprias fraquezas.

My psyche and I are going on an excursion into a territory other than that of the ego, widening one's panorama and nurturing a sense of humor about one's own foibles. p. 56

Psicologia profunda. . . permite a pessoa suportar o absurdo, agüentar o insuportável e a perder de sua inocência.

Depth psychology . . . allows a person to endure the absurd, to cope with the insufferable, to lose one's innocence . . . p.65

[A vida] é fortuito, absurdo, incompreensível, mas uma delícia. . . A vida não faz muito sentido, mas não amando faz menos sentido.

[Life is] random, absurd, incomprehensible, but delicious. . . It doesn't make much sense, but not loving [living?] makes even less sense. p. 61

Psicologia profunda oferece uma educação em lucidez, um programa personalizado em ser humano, uma experiência estética de dançar e cantar através das complexidades de vida.

Depth psychology offers an education in lucidity, a personalized program in the humanities, an aesthetic experience of dancing and singing through the complexities of life. p. 46

Ela pode ou não pode "consertar" uma pessoa. . . mas traz algo de grande valor para aqueles que sofrem com uma vida cinzenta, naqueles onde falta uma aventura interior, naqueles que não têm habilidade de percepção, naqueles preocupados pela falta de drama na sua estória.

It may or may not "fix" one . . . , but it does bring something immensely valuable to those wounded by the grayness of their lives, to those lacking inner adventure, deprived of sensual perception, concerned by the absence of pathos in their drama. p. 46

Porém, para ser fiel a uma perspectiva de psicologia profunda, tanto o paciente quanto a analista mais cedo ou mais tarde tem que abandonar o modelo médico de "cura" porque o sofrimento de todos os seres humanos transcende categorias clínicas.

However, to be true to a depth-psychology perspective, both patient and analyst must sooner or later abandon the medical model of the "cure" because . . . where the suffering part of every human being transcends clinical categories. p. 35

Psicologia profunda está num momento de sua evolução em que podemos dizer que é pós-Freudiano, pós-Jungiano, pós-Lacaniano, pós-moderno, pós tudo que delimite o território da vida interna.

Depth psychology is at a place in its evolution where it can justifiably call itself post-Freudian, post-Jungian, post-Lacanian, post-modern -- post anything that pretends to delimit the territory of inner life. p. 56

Psicólogos são induzidos em "acreditar" nas suas teorias. Eles são ensinados a abordar sofrimento psicológico através de muitas teorias, processando todas as emoções humanas e as complicações da vida como "problemas" que isto ou aquilo pode resolver. Todas as histórias que eles ouvem vão para o liquidificador de teorias e vira uma meleca de "deve" e "não deve."

[Psychologists] are led to "believe" in their theories. They are taught to approach psychological suffering through all sorts of theoretical grids, processing all human emotions and life's complications as "problems" that this or that theory can solve. All the stories they hear go into a theoretical blender and come out in the form of a slush of "should" and "should not." p.90

O reflexo quase irresistível de ver tudo em termos de moralidade, de bom e mau, é uma questão de fé e pertence a Deus que determina certo ou errado.

The almost irresistible reflex of turning everything into morality of good and evil belongs to faith, belongs to a God that dictates right from wrong. p 66

Simples e difícil.

Um abraço,

John Burns