



## O COMER DESNATURADO NA PERSPECTIVA DA PSICOLOGIA ANALÍTICA: CONTRIBUIÇÕES DE WOODMAN E LÓPEZ-PEDRAZA

Clara Putini Villibor\* (Laboratório de Pesquisa em Transtornos alimentares, obesidade e saúde mental – LATOS, da FAE Centro Universitário; Departamento de Psicologia, Universidade Federal do Paraná; Curitiba-PR). Maria do Desterro de Figueiredo\*\* (Professora do Curso de Psicologia e Coordenadora do LATOS; FAE Centro Universitário; Doutorado em Medicina Interna pela Universidade Federal do Paraná; Curitiba-PR).

Contato: putinivillibor@gmail.com\*

maria.defigueiredo@fae.edu\*\*

Psicologia da Saúde e Hospitalar

**Palavras-chave:** Instintos. Corpo-psyque. Compulsão alimentar. Obesidade feminina.

Este estudo sobre o comer desnaturado visa trazer as contribuições trazidas por Marion Woodman em seu livro “O Vício da Perfeição - compreendendo a relação entre distúrbios alimentares e desenvolvimento psíquico” e, por Rafael López-Pedraza em seu livro “Dioniso no exílio - sobre a repressão da emoção e do corpo”. Os autores trazem reflexões sobre os aspectos instintivos do corpo e da alma e suas relevâncias quanto ao funcionamento da psique, sob um olhar da Psicologia Analítica.

Jung (1937/2017) destaca que os instintos apresentam-se como forças motivadoras e são entendidos como fatores psíquicos, isto é, são de natureza psíquica e interferem no comportamento humano. A compulsividade aparece como a característica do instinto psiquificado mais essencial, mas pode ser perdida conforme o dado psíquico encontrado. Assim, quando o instinto passa pela psiquificação, é transformado pela consciência e adquire características do comportamento humano. A maneira como o instinto atua interfere diretamente no comportamento do humano e quando passa por uma modificação psíquica, pode ter como resultado o controle da vontade, perdendo seu caráter originalmente instintivo e ser compreendido de forma metafórica.

Jung identificou cinco diferentes fatores instintivos característicos do comportamento humano. Os distúrbios alimentares estão ligados ao primeiro tipo, o da fome, que é o instinto de autoconservação, relacionados à alimentação. Segundo ele, a fome pode ter uma característica “desnaturada”, uma vez que este estado instintivo próprio pode ter diferentes estados psíquicos e, inclusive, aparecer como metáforas para diversas situações vividas. A fome, devido o fenômeno da psiquificação pode baixar



ao nível primitivo dos instintos e atuar de forma autônoma no inconsciente, assumindo característica compulsiva e ser usada para outros fins.

Os instintos, juntamente com os arquétipos, constituem o inconsciente coletivo. O inconsciente coletivo é a camada mais profunda da psique, capaz de transcender as diferenças culturais. É por meio desta instância psíquica que os símbolos e os temas míticos podem ser compreendidos através dos tempos. A identidade corpo-psique é resultado do funcionamento em sintonia dos processos fisiológicos e psíquicos. Woodman (2006) defende a ideia de que o instinto psiquificado seria resultado da atuação em compatibilidade do duo corpo-psique, sendo os instintos primitivos incapazes de atuar com tamanha sintonia. Woodman ainda atenta que a “confusão dos instintos provavelmente remonta à mais tenra infância” (p. 108) ao falar sobre o complexo materno. Segundo a autora, o resultado da incompatibilidade da díade corpo-psique seria a busca de imagens na realidade externa que pudessem corresponder à fome que não é saciada internamente, causando distúrbios psicossomáticos no comportamento humano.

Woodman (2002) investiga “O Vício da Perfeição” observado em suas analisandas portadoras de distúrbios alimentares e considera serem esses sintomas de um mal estar geral na sociedade ocidental. É como se a raiz de todos os vícios fosse uma só, capaz de aprisionar as mulheres que compartilham de determinadas atitudes que influenciam diretamente o comportamento. A perfeição está diretamente relacionada com a sociedade patriarcal que predomina na atualidade, uma vez que a perfeição dos deuses é almejada sem que se possa lembrar que nunca o será na qualidade de seres humanos, ou meros mortais. A autora compara o vício à comida e ao jejum, aos diversos outros vícios. A compulsão trazida pelo vício atua de maneira descontrolada e inconsciente o que transforma o comer para suprir as necessidades instintivas em um comer desnaturado, para preencher um vazio que é incapaz de ser preenchido com comida. A fome associada a autopreservação, tem um ponto de saciação inexistente no caso do comer desnaturado. Pessoas com distúrbios alimentares costumam ser rígidas em seus comportamentos, buscam a perfeição em suas tarefas a qualquer custo e, inconscientemente, são incapazes de controlar seu comportamento relacionado à comida. A elas, falta o equilíbrio entre o masculino (*animus*) e o feminino (*anima*).

*Anima* e *animus*, segundo Jung, são aspectos inconscientes representantes do feminino e do masculino, no homem e na mulher, respectivamente. São arquétipos que foram constituídos através dos tempos pelas experiências ancestrais das relações entre homem e mulher. Assim, “*anima* é a personificação de todas as tendências psicológicas femininas na psique do homem” (Franz, 2008, p. 234) e “a personificação masculina do inconsciente na mulher - o *animus* - apresenta, tal como a *anima* no homem, aspectos positivos e negativos” (Franz, 2008, p. 251). De naturezas opostas e complementares, quando bem integrados, o ego deve suportar a tensão entre os lados, a fim de movimentar a energia de maneira progressiva, como aponta Woodman (2002).



Ao feminino espiritual, cabe o papel de enraizar os instintos naturais. É essencial a união entre corpo e alma, matéria e espírito, para que não haja estranhamento de seu próprio corpo, o que acontece sem o enraizamento dos instintos. Isso fica em evidência na sociedade patriarcal em que o que é de ordem feminina acaba sendo visto como sem importância.

A questão é que falta inspiração para a formação de uma *anima* forte, uma vez que a relação com a mãe, matriz primária, é incapaz de entregar um relacionamento sólido para com a matriz corporal. A intensa preocupação com o que acontece no exterior, na busca de atitudes sempre perfeitas, busca ao poder e preocupação com metas a serem cumpridas exigidas pela sociedade, distancia cada vez mais a mulher do mundo interior, da natureza do corpo e dos instintos. O problema do peso é produto de um conflito ainda não consciente sob a forma psicossomática, deixando o corpo magro demais ou gordo demais sem a forma feminina. Enquanto não há elaboração de maneira criativa, o impulso inconsciente da relação entre a menina e a mãe atua de maneira destrutiva. Essa elaboração se torna possível na medida em que reconhecer o aspecto negativo da mãe que seu corpo feminino rejeita.

Os rituais, como observa Woodman (2002), passaram a ser vazios e não têm mais a função de dar completude para a existência como antes. Com essa falta, os compulsivos tendem a viver no futuro, tendo grande dificuldade no aqui-agora, o que acaba por desenraizá-los do próprio corpo e reprime a vivência dionisíaca como fala López-Pedraza (2015). O autor defende a repressão dos deuses ctônicos pelo cristianismo, o que causou a conseqüente repressão das emoções consteladas por eles, acarretando a falta de um padrão arquetípico que possa ser constelado no inconsciente coletivo. O que foi reprimido tem de emergir de outra maneira, o que levou Woodman a concluir que “a comida e a bebida é a maneira que a Matéria tem de concretizar um novo padrão arquetípico — feminino — que se constela para compensar os ideais masculinos capciosos e a perda dos valores espirituais numinosos em nossa cultura.” (Woodman, 2002, p. 40). Isso faz com que as pessoas caiam em vícios por falta de continente coletivo para suas necessidades espirituais, fazendo verdadeiros rituais dionisíacos diante do comer e do beber, por instinto. É como se esses indivíduos entrassem em um transe compulsivo quando possuídos pela fome ou pela sede, na tentativa de preencher o vazio interior. Segundo López-Pedraza (2015) o possuído por Dioniso, “parece cair num estado repentino de possessão pelo deus. Tratava-se de uma experiência emocional, vivida no corpo.” (p. 36).

Para entender melhor a imagem dionisíaca, é necessário pincelar sobre o mito de Dioniso. Filho de Zeus, deus da luz com sua filha Perséfone, rainha do mundo subterrâneo, a ele era prometido o poder do pai. Hera, movida pelo ciúme, motivou os Titãs que o destruíssem. Estes arrancaram seus membros, assaram e comeram, restando somente seu coração, levado por Atena a Zeus, que o comeu. Então Dioniso renasceu agora da mãe Sêmele. Seu corpo foi formado pelas cinzas dos



Titãs, produto do raio da vingança de Zeus. Sêmele foi vítima de Hera, mais uma vez movida pelo ciúme e acabou enviada ao mundo subterrâneo. Às suas irmãs e a Baco ficou a responsabilidade de educar o menino Dioniso, que carregava consigo o dom da loucura ritualística no transe de quem o cultuava, além do gosto pelo vinho dado por Baco, seu tutor.

Woodman (2002) destaca como a voz do corpo é deixada de ser ouvida nos dias de hoje, ignorando os sintomas e recorrendo ao avanço da medicina através do uso de medicamentos com o intuito de fazê-los desaparecer. Os sintomas, que têm suas raízes nos instintos, geralmente querem dizer que algo de ordem psíquica não está em bom funcionamento e deve ser olhado com atenção. Essa relação dissociada com o corpo é passada dos pais para os filhos, que não reconhecerão seus corpos como seus ao se olharem no espelho, mas como um objeto a ser manipulado artisticamente, da forma como desejam, o que causa estranhamento. Se o corpo não atende os ideais de beleza impostos, ele é visto como nojento. A ruptura com o arquétipo da Grande Mãe resulta na impossibilidade de vencer a distância com sua própria feminilidade, de maneira que o que impera é o controle do animus dos valores patriarcais que foram aprendidos. Assim, a frustração é experienciada ao tentar moldar o corpo como objeto de arte, com a inalcançável perfeição, custe o que custar.

Passada a euforia momentânea da compulsão vivida de forma solitária e ritualística, o que sobra é o desespero. É como se no momento do comer desnaturado, essas mulheres fossem possuídas por Dioniso, deus do vinho, da tragédia e da loucura. López-Pedraza caracteriza que o excesso é a imagem da sombra vivida na atualidade, como impulso biológico da raça humana. É como se o que imperasse fosse o titanismo que foi acorrentado pelo uso da força e sem nenhuma reflexão de caráter permanente ao qual deveria sê-lo feito, uma vez que seu corpo veio das cinzas dos titãs, sendo esta sua natureza. Ouvir o corpo atentando para seu caráter psicossomático, seria cuidar da alma, o que se torna ilusório com a projeção do sagrado mundo interno no externo, impossibilitando que o simbólico seja validado. Woodman (2002) aponta que “Apenas dar vazão à sombra, ao lado até então inconsciente da personalidade, não é integrá-la.” (p. 126). Através, de Dioniso que coloca o homem em contato com seus aspectos mais primitivos, diretamente com os instintos é que se dá a integração. É por meio da consciência dos instintos que o ego passa a reconhecê-los e então liberá-los com prudência, depois de reflexão. A autora ainda destaca que “Isso é colocar a natureza humana civilizada a cargo dos instintos, envolvida de maneira responsável com o rumo que a energia quer tomar.” (p. 126).

Dioniso é o filho perfeito dos opostos, proveniente da luz de Zeus e da escuridão do subterrâneo de Perséfone. Quando em conflito, a energia desses indivíduos, em transe dionisíaco, experienciam o fenômeno da enantiodromia, como relata Woodman (2002), oscilando de um polo ao outro e sem que o ego consiga controlar a situação, o que resulta na emergência do aspecto que a pessoa



mais combatia. Isso é explicado pelo mecanismo de compensação, capaz de autorregular a psique. Woodman (2006) destaca a necessidade de se valorizar o próprio sentimento, pois somente assim “será capaz de construir um núcleo forte o bastante para suportar o conflito de opostos e para levar o sofrimento ao ponto de ruptura” (p. 112). O caminho seria o ego encontrar uma forma de refletir sobre a energia titânica que impera e conseguir direcionar a energia para seu objetivo, conseguindo assim dominar de vez seu próprio corpo, indagando como reflexão o significado do comer desnaturado. A partir dessa reflexão é possível sentir tal corpo como seu, sem que este seja usado para invocar o arquétipo da mãe positiva que acaba com a constelação da mãe negativa, a qual assume papel de salvador. Woodman (2006) fala de “vãs tentativas de preencher o seu vazio espiritual com a forma concreta do símbolo” (p. 112) quando menciona que a cultura ao qual predomina “tende a esquecer o mundo simbólico” (p. 112). Enquanto houver identificação com a mãe negativa, a comida terá papel simbólico de preencher vazios e não de nutrição. Segundo López-Pedraza, a identificação é a essência do titanismo. Somente através da diferenciação com o aspecto negativo que esse ritual pode vir a ser sagrado, através da aceitação de Dioniso, conseguindo reunir corpo como espaço sagrado da alma e podendo ver verdadeiramente o que a alma fala por meio do corpo com os sintomas.

O aspecto dionisiaco é tal que se não respeitado, não será possível perceber o conflito criado por ele. López-Pedraza (2015) destaca que “com a repressão do Dioniso emocional, aparece a repressão do corpo.” (p. 40). Assim, levando em conta que o corpo tem uma forma dionisiaca, através da repressão, fica difícil sentir-se no próprio corpo e poder, através do Dioniso que o habita ter acesso às emoções e sentimentos que ele tem. A loucura do deus dita um ritmo natural da psique que pode dar sentido nas diversas fases de vida onde não se encontram respostas plausíveis para dar sentido no que está sendo vivido. É através da repressão, natural quando se fala de Dioniso, que se pode entrar em contato e dominar as forças dionisiacas que atuam na psique, sem ignorá-las. O cristianismo prega que é através do abandono do corpo e de seus desejos que era possível salvar o espírito. Isso contribuiu para essa repressão, sem que fosse permitido entrar em contato com o aspecto dionisiaco e, portanto, fazendo um trabalho de ignorar tudo que é advindo dele. Tal movimento aprisiona Dioniso sem olhar para o que o deus pode contribuir ao devido funcionamento de corpo e alma em conjunto, distanciando o homem de seu próprio interior e levando-o a buscar no exterior a falta que isso lhe traz. Assim, o que falta é estar no corpo e poder senti-lo, precisando para isso abandonar os aspectos mentais julgadores e viver o aqui-agora.

A experiência religiosa trazida pelos rituais dionisiacos consiste em sentir-se no próprio corpo, conectar-se com suas emoções mais próprias e levar para o corpo o continente de uma provável cisão da psique. O desmembramento de Dioniso pelos Titãs pode ser visto como uma metáfora



para a loucura com a cisão da psique. O deus pode ser visto como “causa e libertação da loucura” (López-Pedraza, 2015, p. 30), que é capaz de enlouquecer quem ignora sua presença e libertar quem se atenta a ela, ilustrando o ritmo da psique humana.

Woodman (2002) traz que Deus e sua parte feminina estão escondidos no inconsciente com o intuito de proteger o homem da autodestruição, até que ele ganhe consciência de seu corpo e eles possam parar de se esconder, o que foi identificado por Nietzsche, segundo a autora, como Dioniso. A tão esperada segunda vinda de Deus, dessa vez, seria em seu aspecto feminino, para demonstrar seu processo interior e trabalhar o inconsciente. Assim, o retorno Dele não seria na forma de um Logos, o lado masculino de Deus, mas de Sofia, Seu aspecto feminino. Com esse retorno, seria possível emergir a criatividade através da união dos opostos, com foco na face de Deus em sua perspectiva andrógina. Segundo López-Pedraza, a androginia é representada pela imagem de Dioniso, filho de opostos, de natureza feminina e masculina, o que possibilita que se adentre de forma profunda a psique. Depois de seu corpo ter virado cinzas com exceção de seu coração, representando o local onde ficam guardadas as emoções, o deus retorna em forma andrógina, o que López-Pedraza aponta como uma personificação do *self*, uma vez que ele reúne masculino e feminino. A androginia de Dioniso corporifica de maneira consciente o masculino e o feminino o que só é possível através da diferenciação.

Com sua imagem andrógina, Dioniso se expressa de forma feminina e através do corpo. Esse é somente mais uma característica paradoxal do deus que é capaz de unir consciente e inconsciente, loucura que destrói e cura, masculino de características femininas, que pode representar muito bem sem se identificar exatamente com o papel que lhe é dado, permitindo um fluxo energético livre através de representações, metáfora para o próprio fluxo psíquico, o que ilustra o papel de Dioniso como o deus do teatro. Por meio da vivência andrógina, é possível reunir matéria e espírito em confraternização, assumindo responsabilidade pelo mundo habitado por ela, capaz de libertá-la da destruição a que ela estava submetida. Essa imagem de transformação tem a roupagem feminina de Sofia, a face feminina de Deus, representante da Sabedoria que completa o Logos. Através de Sofia é possível deslocar a energia imediatamente da mente para o corpo. Na natureza andrógina de Dioniso, ocorre a conjunção do masculino e feminino, vivenciados de maneira paradoxal e não contrária o que permite que o ego reconheça ambos, corpo e alma, como partes importantes de si que pode ser um só. Woodman explica que é como se o produto do ego e do *self*, representado aqui por Dioniso, criasse a alma.

A autora destaca que “liberar o corpo para uma movimentação espontânea ou para brincar constela o inconsciente exatamente da mesma maneira que o sonho.” (Woodman, 2002, p. 109). Assim, o sonho possibilita um ambiente “entre”, capaz de dar uma vivência de experimentação



do próprio corpo, de conexão corpo e alma. Woodman percebe que outra possibilidade desse ambiente de união é através de movimentos corporais, como na dança, que “podem ser entendidos como sonhos tidos em vigília” (p. 110). López-Pedraza aponta que “Nos sonhos, a dança sugere que quem sonha está se conectando com uma expressão do corpo muito arcaica, instintiva e emocional; pode ser interpretada como a imagética dionisíaca interior da alma e do corpo.” (p. 76). Através dos símbolos dos sonhos, é possível a integração do corpo e da psique de maneira que a energia proveniente desse espaço “entre” possa curar e transformar, através da imaginação criativa.

O dançar está nesse espaço “entre”, como nos sonhos. Woodman (2006) fala que “a mulher moderna não pode voltar aos Mistérios Dionisíacos, mas deve fazer a jornada para as sombrias regiões inferiores e retornar delas. Também deve experimentar a luz que está em sua própria escuridão.” (p. 127). Através do dançar é possível descobrir o caminho para que Dioniso colocar-se no presente, sem a compulsão pelo futuro, estar de corpo e alma no aqui-agora com o amor de Sofia como espaço entre os dois, formando um só. Promove o abandono do medo do amanhã por estar vivenciando plenamente o momento da dança, movendo o corpo conforme a alma pede, onde a arte emerge do caos psíquico através dos movimentos, entrando em contato com a imagem curativa produzida pela psique e dando a experiência de segurança ao corpo. O dançar é transformador como o sonhar e dá a consciência corporal que as pessoas buscam no comer e beber revela a sabedoria feminina do corpo. Possibilita assim uma vivência de movimentar o corpo através dos instintos femininos. Woodman (2002) diz sobre o dançar que “esse Ser no tempo presente, no corpo, é a essência do brincar, a essência da dança.” (p. 129). Para o feminino, o agora é o tempo existente, não existe passado a ser lamentado ou futuro para ser o que não se é.

O ponto natural de satisfação é trazido pelo ponto ancorado nos instintos, o que inexistente enquanto o titanismo imperar na recusa de sua própria natureza. Dioniso pode mostrar como lidar com os instintos ao ser aceito pelo bem ou pelo mal, através dos transe a que se submetem no comer desnaturado. Para a mulher, a integração com sua sombra é o caminho para se livrar do vício da perfeição trazida pela sociedade patriarcal, através da aceitação do corpo e de sua sexualidade, como Dioniso, de natureza divina e animal. Woodman (2002) traz que “O caminho feminino natural até a maturidade feminina passa pelo corpo” (p. 168). Como um ritual de iniciação dionisíaco, a mulher deve ser acomodada em seu próprio corpo.

Assumir a natureza feminina é abandonar as personas e assumir responsabilidade pelo o que se é, verdadeiramente, de corpo e alma. Isso é possível através do reconhecimento de Dioniso com seu caráter andrógino dentro de si, atentando para os aspectos psicossomáticos que dão voz a alma, sendo capaz de viver com criatividade o aqui-agora e dominando as energias dos instintos de maneira integrada e não compulsiva. Assim seria possível dominar o comer desnaturado e passar



ao comer natural, em um ritual positivo capaz de encontrar o ponto de saciação e do equilíbrio psíquico. Dessa maneira, a identidade corpo-psique seria capaz de atuar em sintonia. Com seu ego fortalecido, não é mais necessário projetar Dioniso no mundo exterior, mas reconhecê-lo em sua completude na sua própria realidade interior. Isso tem a ver com a fidelidade à alma que pode ser expressa no reconhecimento do *self*, em seu aspecto andrógino paradoxal.

“A função da análise não é incentivar ainda mais esse hiato corpo/ alma, mas saná-lo, até que, finalmente, o corpo se sinta como tendo passado por uma “pequena mudança”, em que, a partir desse momento, corpo e alma passam a ser um só”.

(Woodman, 2002, p. 108)

## REFERÊNCIAS

- Franz, M.-L. von. (2008) O processo de individuação. In C. G. Jung, et al. *O homem e seus símbolos* (2a ed. esp.). Rio de Janeiro: Nova Fronteira.
- Jung, C. G. (2017). Determinantes psicológicas do comportamento humano. In: C. G. Jung. *A natureza da psique* (Vol. 8/2, pp. 60-71, (7a reimp.). Petrópolis: Vozes. (Trabalho Original Publicado em 1937).
- López-Pedraza, R. (2015). *Dioniso no exílio: sobre a repressão da emoção e do corpo*. São Paulo: Paulus.
- Woodman, M. (2002). *O vício da perfeição: compreendendo a relação entre distúrbios alimentares e desenvolvimento psíquico*. São Paulo: Summus.
- Woodman, M. (2006). *A coruja era filha do padeiro: obesidade, anorexia nervosa e o feminino reprimido*. São Paulo: Cultrix.