



C A P Í T U L O 2

A importância do afeto na confrontação com a sombra: análise da obra chinesa “Até o Fim da Lua” (Till the End of the Moon)

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.172112613012>

Liliane Costa Raffa Maia

Psicóloga clínica, pós-graduada em Saúde Mental do Adulto pela Universidade de Lisboa, em Psicologia sexual pela Unyleya e especialização em Psicologia Junguiana pela Universidade Paulista (UNIP) e mestranda de Psicologia Clínica e Dinâmica UniMarconi (Itália).

Resumo: Este artigo busca apontar a importância da estruturação afetiva na construção egóica e o quanto o meio interfere nas escolhas que cada um faz, na confrontação com a sombra. Para compreensão sobre o afeto e a integração com a sombra foi realizada uma análise simbólica da série chinesa “Até o fim da Lua”, ilustrando o funcionamento psíquico da confrontação com a sombra e a relevância da estruturação afetiva para conseguir passar pelo processo de entrar em contato com lado sombrio que existe em cada um e também na coletividade. A pesquisa foi realizada através de revisão bibliográfica de livros e artigos de bancos de dados acadêmicos, mediante o embasamento teórico fundamentado na psicologia analítica para correlacionar com a obra chinesa a relação psicoemocional que existe entre a cultura ocidental e a oriental.

Palavras-chaves: Afeto – Psicologia Analítica – Individuação – Sombra

The importance of affect in confronting the shadow: an analysis of the Chinese work “Till the End of the Moon”.

Abstract: This article seeks to point out the importance of affective structuring in egoic construction and how much the environment influences the choices that each one makes, in confrontation with the shadow. To understand the affect and integration with the shadow was performed a symbolic analysis of the Chinese series

“Until the end of the Moon”, illustrating the psychic functioning of the confrontation with the shadow and the relevance of affective structuring to be able to go through the process of getting in touch with the dark side that exists in each one and also in the collectivity. The research was conducted through a bibliographic review of books and articles from academic databases, through the theoretical basis based on analytical psychology to correlate with the Chinese work the psychoemotional relationship that exists between Western and Eastern culture.

Key-words: Affection – Analytical Psychology – Individuation – Shadow

INTRODUÇÃO

Este artigo busca apontar a importância da estruturação afetiva na construção egóica e o quanto o meio influência nas escolhas feitas por cada um, na confrontação com a sombra, servindo como base no confronto e integração com a sombra a análise simbólica da série chinesa “Até o fim da Lua”¹ (2023).

A obra foi escolhida devido à sua grande popularidade (cerca de 75 milhões de visualizações), indicando sua potência para mobilizar o psicoemocional do público. A narrativa ilustra o desenvolvimento afetivo de um personagem que, privado de estímulos afetivos adequados na infância, consegue, com a incitação afetiva nas relações na vida adulta, desenvolver-se emocionalmente e confrontar seu lado obscuro (sombra pessoal). A série simboliza a dicotomia luz/escurecimento e amor/ódio inerente ao ser humano, enfatizando a necessidade do outro para a resignificação positiva da existência (BALDUCI, 2023).

Em outras palavras, a série por meio visual apresenta a história de vida de uma pessoa que não recebeu estímulo afetivo adequadamente desde o nascimento, mas que, na vida adulta encontra o suporte de alguém que a amou, mesmo emaranhado no ódio, e ao encontrar outras pessoas que a auxiliaram em sua jornada, foi capaz de desenvolver-se afetivamente, e assim poder olhar para seu lado mais obscuro e vencer todas as dificuldades e preconceitos que surgiram em sua vida.

Apresenta a dicotomia entre o bom e o ruim, a luz e a escuridão, o amor e o ódio que existem em todos os seres humanos, e a necessidade do outro para desenvolver o afeto e poder resignificar positivamente a própria existência.

Há cada vez mais pessoas do ocidente que têm demonstrado interesse pelas produções asiáticas, assim como a cultura ocidental tem conquistado espaço na cultura oriental, observável pelas próprias produções de entretenimento, pelos conteúdos das mídias sociais e nos comportamentos das pessoas. A cultura asiática tem se apresentado como um mercado em expansão nos últimos anos.

1. *Till The End Of The Moon* (chinês tradicional: 月之暗面, chinês simplificado: 月之暗面) um drama chinês estilo xianxia, baseado no romance de Teng Luo Wei Zhi (滕萝薇之), estrelado por Luo Yunxi e Bai Lu

O entrelaçamento entre Ocidente e o Oriente ocorrem desde a antiguidade da Roma Imperial, pois o império romano chegou a dominar parte da Ásia, proporcionando a troca cultural e recebendo da cultura asiática contributos na fundamentação religiosa, filosófica e científica. (Jung, 2013, § 188/189, O/C 10/3)

Pensando nisso, é possível refletir que, apesar das diversas diferenças culturais sendo distintas entre ocidente e oriente, ainda assim as emoções e os sentimentos existentes em ambas as culturas são os mesmos, assim como as necessidades psicoemocionais fundamentalmente necessárias, diferenciando-se nas formas de percepção e expressão, adquirindo as próprias características conforme o desenvolvimento sociocultural. Sendo a China, que é de onde a obra em análise se origina, um país milenar, apresenta suas peculiaridades de modo a atrair a atenção das pessoas do ocidente.

Esta série chinesa aborda diversos conceitos da psicologia junguiana de modo ilustrativo, como os complexos paterno e materno, a relação de Eros nas relações, o desenvolvimento da Anima/Animus, no entanto, foi priorizado o aprofundamento sobre o confronto com a sombra.

A série ilustra dois modos possíveis de confronto com a sombra, que seria a necessidade de se encarar a própria sombra, também chamada de sombra pessoal, e o impacto da sombra coletiva no processo de desenvolvimento do Self, mostrando a importância do afeto e da relação com o outro para viabilizar que esse confronto ocorra.

Através da expressão simbólica, mostrar as necessidades e dificuldades do envolvimento com o outro para poder se ter estrutura ego-emocional e se posicionar diante daquilo que se deseja ser, ou seja, conhecer-se e compreender o que almeja para o próprio desenvolvimento e metas de vida.

A série envolve o abandono, a dificuldade em entender e aceitar o que se sente, aprender a olhar para si e para os próprios desejos, a importância de ter pessoas que confiam e apoiem uns aos outros, mas principalmente, ao sentir-se muitas vezes a crítica dos outros e a dúvida sobre qual caminho escolher, o que realmente será importante é a própria escolha. Todos esses temas tocam as pessoas em algum ponto.

O confronto com a sombra leva as pessoas a refletirem a dualidade humana, como o bem e o mal, o certo e o errado, a luz e a sombra, e os próprios princípios, ressaltando a importância de avaliar o que é necessário ter maior peso valorativo na escolha, se é o que se acredita sobre si mesmo ou o que os outros pensam. Avaliando o quanto se estão conectados uns aos outros, influenciando e sendo influenciados através das interações sociais.

Pieri (2022) cita a diferenciação do afeto com o sentimento, sendo o afeto fenômeno complexo e dinâmico, carregado de significados cognitivo-afetivos, correlacionado com a consciência e o dinamismo psíquico, que envolve as inervações perceptíveis corporais e o estado psíquico de sentimentos, e atravessando assim a estruturação da psique, ou seja, para ocorrer o desenvolvimento afetivo será necessária a relação da experiência física junto com o evento que será sentido psiquicamente. E o sentimento seria um processo totalmente interno da dinâmica psíquica.

Quando os eventos não conseguem ser elaborados na consciência acabam sendo mantidos no inconsciente, contribuindo na composição da sombra, que segundo Pieri (2022) é uma estrutura complexa e fundamental em cada ser humano, que apresenta aspectos da personalidade infantil e primitiva, não devendo ser considerada maligna, pois, apesar de conter conteúdos reprimidos, também contém qualidades capazes de adornar a vida.

Jung (2015) define como sendo o lado menos iluminado de cada um, onde ficam as imperfeições e o que não pode ser assimilado pela consciência, e por isso as pessoas evitam olhar para esse aspecto de si mesmas, mas que propicia o equilíbrio ao também conter aspectos positivos, pois ninguém consegue ser somente luz ou somente sombra, sendo necessário ambos os lados para a saúde psíquica do indivíduo.

Mesmo não sabendo o que realmente está na sombra, as pessoas sentem medo dessa sombra, como se algo realmente demoníaco estivesse lá, não aceitando que também é uma parte de si. Esse medo e evitamento têm a potencialidade de influenciar a relação da pessoa consigo mesma e com o meio à sua volta, o que torna importante a aceitação e assimilação de sua existência. (Jung, 2011, §35, O/C 7/1)

O método de pesquisa foi qualitativo e se deu através de revisão bibliográfica de livros e artigos de bancos de dados acadêmicos, mediante o embasamento teórico fundamentado na psicologia analítica para correlacionar com a obra chinesa a relação psicoemocional que existe entre a cultura ocidental e a oriental.

FUNDAMENTO TEÓRICO SOBRE O AFETO E A SOMBRA

Ao estudarmos sobre o desenvolvimento emocional e a relação com o convívio social é possível perceber a importância da presença do outro na vida da criança desde seu nascimento, pois, segundo Jung (2015), somente nos desenvolvemos na presença de outra pessoa, a partir do outro somos capazes de perceber e aprimorar nossas emoções, assim como desenvolver a consciência.

Segundo Bowlby (2016), a criança precisa sentir-se segura para desenvolver uma relação adequada com o mundo. O suporte e a estrutura que o adulto/cuidador será

capaz de fornecer servirá de base para o desenvolvimento psicoemocional infantil, fundamentando suas escolhas e decisões nas fases subsequentes.

A teoria do apego desenvolvida por John Bowlby salienta a importância do afeto desde a primeira infância e que o modo como este afeto for percebido reverberará na fase adulta do indivíduo, ou seja, se a criança receber afeto que transmita sentimentos positivos, esta criança terá um desenvolvimento afetivo normal e estruturante, no entanto, quando a criança não recebe afeto adequado seu desenvolvimento tenderá a ser patológico, marcado por traumas infantis e/ou mecanismos de defesa inadaptativos ao meio. (Adorian et al, 2024)

Segundo a teoria do apego, Bowlby busca explicar como e porque é importante a formação de vínculo afetivo tanto na estruturação emocional, como também na estruturação neurofisiológica do desenvolvimento infantil, pois a não vinculação com seus cuidadores pode atrapalhar a formação da personalidade, causar traumas e afetar a maturação do sistema nervoso central, que podem ocasionar em psicopatologias. (Souza et al, 2020)

A autora Nery (2014) explica que na vinculação, cada pessoa ganha uma representação específica no psiquismo infantil, que representará funções diversificadas e provocará movimentos emocionais subjetivos construindo o senso de identidade da criança, ou seja, nos vínculos afetivos a criança aprende a sentir e reagir ao mundo à sua volta através das cargas afetivas que determinado vínculo portará, fomentando a troca intrapsíquica, a intersubjetividade, assim como as emoções, imagens, fantasias, sensações e pensamentos.

Jung (2013, §198, O/C 17) cita que é através dos sentimentos que se pode perceber o valor afetivo, e sem o valor afetivo não seria possível interpretar as imagens e seus significados, pois estas somente adquirem importância através do valor dado a determinada carga afetiva conectada à imagem percebida.

Através das cargas afetivas compartilhadas pela vinculação com o outro, serão estruturados os complexos, os quais são conteúdos do inconsciente unidos pela mesma emoção e com significados similares, sendo acessados através dos símbolos que surgem nas imagens, nos sonhos e nas fantasias, fazendo a ponte com a consciência. (Kast, 2013)

Quando se entra em contato com contos, mitos e histórias, através de livros e filmes, os símbolos com carga afetiva se tornam acessíveis pela consciência, levados do mundo exterior para o mundo interior, ativando sentimentos e emoções internalizadas que conectam a pessoa com os personagens, fazendo associações entre o que o personagem vivencia com o fluxo afetivo que determinado personagem aciona no indivíduo. (Von Franz, 2021)

A imagem compõe a representação psíquica do objeto, mas não possui significado emocional; quando a imagem recebe um significado emocional ela passa a representar um símbolo, pois seu conteúdo transmite uma mensagem com carga afetiva, ampliando a sua significância psicoemocional. Os símbolos concentram agrupamentos de conceitos, princípios e/ou ideias, geradas pela sociedade e pela cultura, não sendo, a priori, nem positivos e nem negativos, pois seu significado pode ser subjetivo para cada pessoa, ou seja, cada indivíduo possui um percurso de vida e por isso tende a perceber o meio à sua volta com base nas suas experiências, desta forma ao entrar em contato com qualquer símbolo esse também sofrerá a compreensão subjetiva pessoal. (Hillman, 2019)

A imagem arquetípica representa a riqueza da profundidade do psiquismo, que influencia de modo regulador, modificador e/ou motivador nos complexos, e estes sendo elementos estruturantes do inconsciente, não podem ser acessados diretamente, chegando ao consciente através dos símbolos arquetípicos, que transmitem a mensagem significativa para a psique, efetuando a comunicação entre consciente e inconsciente. (Kast, 2013)

Por isso a importância dos símbolos nos mitos e nos contos, pois ao utilizar-se a linguagem metafórica, o indivíduo será envolvido nas suas questões de modo projetivo, mantendo assim sua proteção psíquica ao não confrontar diretamente, mas indicando novas formas de se relacionar com a questão sensibilizada pela imagem simbólica. (Kast, 2013)

A imagem parte do coletivo, mas precisa fazer sentido para o indivíduo, a partir da apreensão das emoções de base. Von Franz (2021) explica sobre a necessidade da vinculação para que a imagem seja simbólica e representativa para o indivíduo, pois sem sentimento não há vínculo e sem vínculo não há conexão coma imagem, o que fará que essa imagem seja sem sentido e, portanto, não movimentará os conteúdos emocionais e psíquicos da pessoa.

Desta forma, pode-se dizer que o conteúdo psicoemocional de cada um será importante para se perceber e sentir o mundo à sua volta de modo diferente uns dos outros e que os contos, mitos, lendas e histórias movimentarão conteúdo da psique através das emoções que foram estruturadas pela vinculação afetiva. (Von Franz, 2021)

Os conteúdos acessados através de histórias, geralmente apresentam carga afetiva de questões que não foram bem elaboradas pelo consciente, seja por não possuir estrutura psíquica suficiente, ou seja, por negação e/ou evitação desses conteúdos, mas que fazem parte da psique da pessoa, restando na sombra, que segundo a psicologia junguiana abarca não somente conteúdos patológicos como na psicanálise, mas também conteúdos que não foram aceitos pela consciência ou

que não se deseja expor por acreditar que são adequados à persona que se deseja apresentar. (Kast, 2022)

Sendo assim, é importante diferenciar dois conceitos que interagem entre si, que é a persona e a sombra, pois a persona representa o modo como a pessoa se apresenta em sociedade, como deseja que o outro a veja, usando os recursos necessários para ser aceito e reconhecido socialmente; e a sombra abriga tudo que se busca esconder do meio social por acreditar que não seria aceito por determinada característica e/ou expressão de emoção, de sentimento, logo a constituição da sombra é vista como algo demoníaco, que pode fazer a pessoa ser excluída de seu meio. (Kast, 2022)

Kast (2022) expõe a necessidade de entrar em contato com essa sombra, confrontando seu conteúdo, aceitando-o como uma parte de si, para poder integrá-lo, pois ao se evitar seus próprios conteúdos sombrios também se renega uma parte de si mesmo, podendo causar a falta de auto empatia, que pode levar à autorrepreensão ou dissociação, que acarretarão adoecimento psíquico, como depressão, ansiedade, surtos psicóticos etc.

A sombra apresenta duas formas de afetar o indivíduo: através da sombra individual, com questões da experiência subjetiva de cada um, e a sombra coletiva, que abarca conteúdo da cultura e do meio social ao qual o indivíduo pertence. E ambas as formas precisam ser confrontadas e assimiladas pelo indivíduo para evitar o sofrimento psíquico que pode evoluir para adoecimento fisiológico. (Kast, 2022)

A sombra pessoal (individual) compreende partes da personalidade que se acredita que não devem ser expostas ao meio, pois poderiam causar sentimentos de vergonha, repúdio e/ou medo, mas também contém qualidades e comportamentos que não puderam ser aceitos pela consciência, deste modo, pode-se dizer que na psicologia junguiana a sombra não é necessariamente patológica e nem tudo que está na sombra é precisamente negativo. (Kast, 2022)

A sombra coletiva é formada de acordo com cada cultura e diversifica conforme os tipos de sociedade estabelecida por grupos de indivíduos, através de símbolos não assimilados por grande número de pessoas de um grupo, que passam a se unir e a ganhar forma e peso valorativo, como mecanismo compensatório do inconsciente desequilibrado buscando o movimento contrário na consciência coletiva para se encontrar ordem e realização pessoal. No entanto, pode-se levar à alienação da consciência do indivíduo em prol do grupo/cultura/sociedade, pois envolve o senso de pertencimento social, que induz a pessoa a valorizar o todo mais do que a si mesma. (Jung, 2012)

Segundo a psicanálise existe uma luta entre Thanatos (o instinto de morte) e Eros (o instinto de vida) na qual o mal acaba imperando, no entanto na psicologia junguiana o termo “sombra” representaria a maldade, que seria o negativo da atitude moral do indivíduo. (Zweig e Abrams, 2024)

Historicamente se fundamentou o mal na figura do demônio, como sendo o receptáculo de todo tipo de impulso e emoções que causem ameaça à sobrevivência, assim como o medo da morte, sendo assim, quando conteúdos que estão nas sombras ativam, é como se o mal surgisse na pessoa, como se seu “demônio interno” se revelasse, o que gera o desequilíbrio mental, emocional, perda de controle e medo de morrer. (Zweig e Abrams, 2024)

Conforme Zweig e Abrams (2024) citam, na idade antiga e idade média, os ataques neuróticos e perturbações mentais eram vistas como possessão demoníaca, perpetuando a conexão da religiosidade como desequilíbrio mental e a vinculação com o mal. No entanto, o problema surge quando se tenta suprimir ou não dar importância, ignorando os pensamentos e desejos que surgem da sombra.

Há necessidade de equilíbrio entre a claridade e a obscuridade, pois extremos geram novos problemas, por isso a importância do jogo da compensação entre bem e mal porque ambos são necessários na natureza psíquica, mas o medo de acessar o conteúdo da sombra e ser devorado pela força desconhecida faz com que as pessoas temam, evitem e gerem conflitos avassaladores. (Zweig e Abrams, 2024)

É fundamental compreender que o ser humano é um ser ambivalente entre destruição e criação em sua própria natureza, o que leva ao fato de ser preciso aceitar e integrar os conteúdos da sombra, pois somente assumindo a responsabilidade, pode-se ter consciência e capacidade de transformar a força destruidora em uma força criativa. (Zweig e Abrams, 2024)

Segundo Zweig e Abrams (2024) citam que uma das dificuldades da conscientização da sombra, sem ser absorvido por ela, está em se responsabilizar pela própria maldade interior porque para tanto é necessário mudar a visão moral pré-concebida tradicionalmente, se tornando mais reflexivo, aceitar o direito egóico do outro ser tão legítimo quanto o próprio, e conceder o mesmo valor para os instintos assim como o da razão.

É como se ocorresse uma guerra interna. Nessa luta entre bem e mal pode ocasionar uma dissociação inconsciente, levando ao desequilíbrio da regulação entre o bem e o mal, alterando a capacidade de reconhecer e validar as próprias atitudes. E a não integração com a sombra pode levar à destruição do “Eu”, pois será dominado pelos sintomas ocasionados pela inconsciência da sombra. (Zweig e Abrams, 2024)

Um dos benefícios em se ter consciência da sombra e entender que o real poder do mal no indivíduo está justamente no evitamento, é que se passa a ter a capacidade de renunciar ao desejo de ser “bom”, aceitando o direito de sentir a maldade em si, podendo assim direcionar a energia psíquica de modo criativo, diminuindo o poder da influência da projeção da sombra nas próprias escolhas, sabendo que influenciará também no coletivo ao permitir o desenvolvimento novo valores morais. (Zweig e Abrams, 2024)

Zweig e Abrams (2024) esclarecem que o jogo de opostos sempre vai existir, mas à medida em o indivíduo consegue transcender os valores rígidos e imutáveis pelo sacrifício da vontade do próprio ego, ou seja, quanto mais o indivíduo consegue renunciar ao imperialismo do ego, possibilita a transformação inconsciente, fazendo uma ressignificação de seus conteúdos simbólicos

A sombra também precisa ter espaço porque contém itens preciosos, que quando ignorados se tornam tormentos físicos e/ou psicológicos, que podem surgir como ansiedade, culpa, medo, depressão etc. O medo que se sente de ser dominado pelo conteúdo sombrio, faz com que se tente não enfrentar os desejos ocultos e assim mantém-se os sintomas. E trazer à consciência não significa eliminar o conteúdo, mas sim fazer as pazes consigo mesmo. (Zweig e Abrams, 2024)

RESUMO E ANÁLISE DA OBRA

Através das séries da atualidade também é possível acessar conteúdos profundos da psique, que auxiliam a reflexão sobre si mesmo, movimentando emoções e sensações que estavam na sombra pessoal, possibilitando seu confronto e integração. Von Franz (2021) cita que mesmo as culturas orientais e ocidentais sendo diferentes em diversos aspectos, apresentam em comum que todos possuem emoções de modo universal, ou seja, todos sofrem, amam, choram, riem, adoecem, curam-se etc., e que os diferenciara será o modo como são expressas ou reprimidas essas emoções, conforme a sociedade ao qual se pertence.

A estruturação psíquica da cultura oriental apresenta um movimento contrário à da cultura ocidental, tendo como um dos principais pontos a diferença como a ciência e a religião se relacionam, pois o oriente se apresenta mais metafísico, enquanto o ocidente isolou a comunicação entre ciência e religião, o que muda o modo de valorização do mundo à sua volta. (Jung, 2013, O/C 11/5)

Pode-se dizer que a psique ocidental seria extrovertida, se espelhando no mundo da ciência, na “confirmação fora do ser” e, religiosamente, o homem é visto como pequeno e em dívida com o divino, enquanto no oriente a psique seria introvertida, onde tudo emana do ser único, focada mais no coletivo, de modo menos egocêntrico, possibilitando a autorredenção e a autolibertação. E por priorizar como as ações afetam o coletivo, surge a dificuldade na expressão de sua subjetividade. (Jung, 2013, O/C 11/5)

No entanto, essa diferença extrema entre oriente introverso e ocidente extroverso causa uma perda da plenitude universal, conforme cita Jung (2013, O/C 11/5), pois ambas as culturas se tornam unilaterais, ainda que tenham como objetivo comum o de encontrar equilíbrio da vida natural, alinhar espírito e matéria, e relacionar adequadamente o interno com o externo.

Os contos e mitos do ocidente apresentam símbolos que também estão presentes nos contos e mitos orientais, trazendo figuras que movimentam sentimentos de raiva, amor, esperança, luta etc.; o que difere é o modo como serão contados. Sendo a cultura oriental milenar, ela apresentará em suas histórias este aspecto, este diferencial, o que talvez justifique o fato de suas produções estarem conquistando cada vez mais espaço no ocidente. (Seganfredo, 2022)

Na série analisada é possível observar de modo dinâmico e simbólico como funciona o contato com a sombra, tanto pessoal como coletiva, pelo qual o protagonista precisa passar no seu processo de individuação e o quanto foi importante e necessário o desenvolvimento afetivo para conseguir realizar essa integração do conteúdo sombrio.

O processo de individuação consiste em um movimento circular psíquico, entre o consciente e o inconsciente, que tende a desenvolver as potencialidades inatas do indivíduo. Não torna a pessoa perfeita, mas sim completa por aceitar conscientemente suas tendências opostas, favorecendo a coexistência da natureza ambivalente do ser humano, ou seja, aprendendo a integrar os conteúdos da sombra na sua consciência. (Silveira, 1997)

Segundo Stein (2006), a individuação é o processo que leva o indivíduo a se tornar integrado e unificado em si-mesmo, através do mecanismo psicológico de compensação, que busca equilibrar a tendência do ego em ser unilateral, propulsionado pelo impulso de força psicológica inata, trazendo à tona a consciência conteúdos inconscientes, que precisaram ser elaborados pela consciência para que o indivíduo se desenvolva, e esse processo ocorreria durante toda a vida da pessoa.

Jung (2012, §913, O/C 10/2) aborda que a sombra seria o jogo entre luz e escuridão entre o consciente e o inconsciente, assim como Yin e Yang da filosofia chinesa, que apesar de serem inimigos, não podem viver um sem o outro, pois a relação entre eles leva ao equilíbrio, fazendo parte do ser humano possuir os dois lados, pois mesmo quando se clareia uma parte do conteúdo sombrio, também se produz sombra em outro conteúdo, ou seja, nunca vai se eliminar totalmente a sombra, assim como o inconsciente sempre terá conteúdos inacessíveis, mas ao mesmo tempo é necessário a intervenção nas partes que estejam portando sofrimento.

A série narra a história do Rei Demônio que traz a calamidade nos seis reinos e de Li Susu da seita imortal, que volta 500 anos no tempo, para encontrá-lo ainda na forma mortal, antes dele se tornar o rei demônio e evitar que ele se transforme na fonte de toda destruição. Ao voltar no tempo encarna no corpo da mortal Ye Xiwu que é casada com Tantai Jin, forma mortal do futuro rei demônio.

Li Susu teve suas experiências de vida marcadas pela afeição e segurança da seita dos imortais. Apesar de ter vivido toda sua vida durante o reinado de destruição do rei demônio, ela aprendeu o significado de família e amigos. Quando toma a forma da jovem Ye Xiwu, que apresenta o lado negativo de Li Susu (que continha somente a parte positiva), recebe todo mimo da família com comportamento dominador e cruel.

Li Susu precisa integrar esse negativo e lidar com a transformação do comportamento sem chamar a atenção dos demais, por deixar de agir de modo cruel e desumano, como Ye Xiwu, assim como quando descobre que é casada com seu alvo, tendo de descobrir como lidar com a situação.

Ela também precisa aprender a se relacionar com a sombra para poder integrar a maldade que continha em Ye Xiwu, pois ela vivia dissociada de seu próprio lado sombrio, como sendo uma pessoa somente bondosa e caridosa, o que afeta a percepção de seu próprio comportamento negativo e projetivo com Tantai Jin, pois somente ele é mal e perverso, até mesmo quando ela toma as decisões sabendo que ele será afetado de modo prejudicial.

Tantai Jin, cujo nome já representa uma maldição, pois significa cinzas/morte, era um príncipe cuja mãe morre no parto e o pai o rejeita, culpando-o pela morte da mãe, sendo criado por duas servas de sua mãe, que o temem e o traem, não criando laço afetivo com ele, e seus irmãos mais velhos tentam matá-lo.

Quando criança é exilado no reino inimigo como refém, vivendo como prisioneiro o restante de sua juventude e onde se casa com Ye Xiwu, que o humilha e o maltrata, tanto verbal quanto física e psicologicamente, porque odeia ter se casado com ele.

Também sofria humilhação e agressão física, tanto de ricos quanto de servos, se desenvolvendo sem senso de vergonha ou dignidade, submisso à violência vivenciada e sem reações emocionais, pois ele não via sentido em reagir. A situação começa a mudar a partir do momento em que Li Susu entra em sua vida.

Nos seus 20 anos nunca conheceu carinho e amor, sincero e seguro, demonstrando-se apático a todo e qualquer tipo de emoção, não demonstrando desejos ou objetivos, não gosta de ninguém e nem consegue entender a necessidade de que gostem dele; sua falta de emoção e conexão com outras pessoas é sentida pelas pessoas como se

lhe faltasse humanidade, o que colaborou para que não sentisse a necessidade de vinculação e seu objetivo era somente a necessidade de sobrevivência.

Esse comportamento ilustra o que Nery (2014) e Bowlby (2016) explicam sobre a necessidade da vinculação e o apego infantil na estruturação da personalidade e do senso de identidade para se viver em sociedade. Por Tantai Jin não ter conhecido o afeto, não pode se desenvolver de modo normal, adquirindo assim, comportamento não vincutivo com outras pessoas.

Segundo Miller (1997), o desenvolvimento emocional depende da relação estabelecida com os genitores, uma vez que estes transmitem o afeto e servirão de espelhamento para a criança em desenvolvimento. Quando a criança não recebe amor na infância, tenderá a suprimir suas emoções e não aprenderá a lidar com elas, o que afetará o modo como ela será capaz de sentir o estímulo emocional nas fases subsequentes.

Zweig e Abrams (2024) expõem que quando ocorre a traição e a decepção no desenvolvimento infantil, a imagem arquetípica materna será inadequada, sendo marcada pela rejeição e traição, destruindo a sensação de integridade e pertencimento. Essa situação pode fazer com que a pessoa se identifique com a sombra, afetando a vinculação com os demais.

A incapacidade de Tantai Jin de distinguir-se entre sua sombra e sua alma, ocorre devido ao arquétipo parental negativo internalizado, evidenciando que a falta de receber amor inviabilizou a autoaceitação de suas qualidades e a percepção da necessidade de relações interpessoais, uma vez que há a concepção que será rejeitado e traído pelos outros. (Zweig e Abrams, 2024)

O comportamento de Tantai Jin começa a mudar quando Li Susu passa a existir como Ye Xiwu, que foi a primeira pessoa a dar-lhe afeto, mesmo carregando em si o trauma da vivência com ele como rei demônio, o que ocasiona a dificuldade do desenvolvimento sincero da relação, ela precisa garantir a sobrevivência dele até conseguir com que ele não se transforme no rei demônio.

Ao começar a conviver com ele e tentar mantê-lo vivo, Ye Xiwu começa a demonstrar afeição, cuidado e proteção a ele, o que estimula o desenvolvimento emocional nele, mesmo não havendo confiança entre eles. Quando o afeto começa a surgir, as emoções como raiva, amor, esperança e tristeza despontam e ele passa, então, a desejar ser amado por ela.

Sua primeira reação de raiva começa a aparecer quando estragam o primeiro presente que ele ganhou, e que foi dado pela esposa, pois ele nunca havia ganhado presente algum. Neste momento sente o desejo de reagir e defender seu pertence,

o que indica o princípio da vinculação emocional, pois o presente passa a possuir valor significativo para ele.

Devido ao afeto ser desenvolvido no convívio com outra pessoa e estruturante no desenvolvimento infantil, refletindo nas fases subsequentes, pode ser estimulado em qualquer período da vida através de intervenções que forneçam novos padrões vinculativos. (Adoniran, 2024)

Li Susu passa a ter a função de despertar as emoções de Tantai Jin, o que o leva a incitar o desenvolvimento do EU consciente, a buscar objetivos na vida e a desejar o amor dela e, quando sente que o amor dela não lhe é possível, deseja estar vinculado a ela ao menos pelo ódio, sendo a partir de então, a vinculação afetiva com ela essencial para ele.

Sobre a estruturação do relacionamento entre Tantai Jin e Li Susu, a autora Kast (2022) descreve sobre o impacto da sombra na relação conjugal:

Quando a sombra num relacionamento é projetada sobre um dos dois parceiros, surge dentro do relacionamento uma imagem de inimigo: um dos dois se transforma no malvado, em diabo, em uma pessoa que impede o outro de viver um relacionamento verdadeiramente satisfatório. Isso resulta em imposições fixas de sombra, e em vez de sustentar a autoestima do outro, ela é minada. Como consequência, os dois passam a lidar de forma destrutiva um com o outro (Kast, 2022, p.159).

A relação deles oscila entre amor e ódio, com agressões físicas e verbais, no entanto, eles conseguem desenvolver afeto um pelo outro, mas sem estruturação psicoemocional para ser uma relação saudável. Ou seja, o afeto ainda aparece de uma maneira muito rudimentar e infantil, aspectos que são percebidos nas brigas deles durante os capítulos que correm no dorama. Eros convive em conjunto de Caos como forças primordiais que vivificam e animam o universo, apaixonar-se é uma experiência caótica e se apaixonar, sem conseguir expressar isso de maneira madura, se torna mais caótico ainda. (Kast, 2022)

Eles constroem a relação na conquista do outro através da força/violência. E cada vez que ela se afastava dele por dias, ou meses, ele sentia como um abandono, mas cada vez que ela retornava, reforçava dentro dele que ela era a única que não lhe abandonava, o que demonstra a fragilidade emocional dele e a necessidade de sentir-se importante.

A falta de comunicação sincera e de confiança entre eles geram mal-entendidos, pois ambos estão sempre esperando o pior do outro. O descontrole emocional dele por não ter consciência do ciúmes que sentia e a falta de autopercepção dela sobre como seus comportamentos e escolhas o afetavam, corroboraram para o caos da relação.

Por não ter se desenvolvido afetivamente de modo adequado, a confiança para Tantai Jin é muito frágil, mantendo-o sempre em estado de alerta, pois sente que poderá ser traído a qualquer momento, o que torna perigosa suas relações por não saber lidar com seus sentimentos, sendo tomado pelos medos sombrios com facilidade porque sua estruturação emocional ainda não está fundamentada apropriadamente para responder aos estímulos externos. (Bowlby, 2016)

Através do apego inseguro de Tantai Jin é possível observar o movimento do complexo materno negativo, quando ele não consegue sentir pertencente no mundo, como o fato de existir já fosse algo ruim em um mundo ruim, com o sentimento de que sempre se é rejeitado pelos outros, sentindo-se isolado socialmente, ou seja, o apego inseguro em conjunto com o complexo materno negativo ocasiona a dificuldade de confiança em si mesmo e no outro, insegurança e a visão de mundo hostil, reforçando a característica "demoníaca" do personagem. (Kast, 2022)

Tantai Jin também possui um complexo paterno negativo, pois foi rejeitado e seu nome significa cinzas, simbolizando a morte, o fim. Não consegue estabelecer vínculo pai-filho, ocasionando problema com o autorreconhecimento, sentimento de inferioridade, permanecendo preso na autodesvalorização, predominando o sentimento de nulidade. (Kast, 2022)

Coelho (2023) expõe que a vivência diária de experiências negativas pode gerar vínculo diretamente com a sombra, que é transformada de modo objetivo como a representação maligna dentro da pessoa, contribuindo para o desequilíbrio psicoemocional, ou seja, devido o protagonista ter experiências negativas por quase toda sua vida, seu aspecto sombrio o influencia de modo intenso e, por isso, a dificuldade em encontrar equilíbrio e racionalidade, já que suas atitudes geralmente são direcionadas pelo conteúdo inconsciente. (Jung, 2013)

Em determinado ponto da série os protagonistas são introduzidos na Vida Iluminada, através do sonho de um dragão milenar, onde vivenciam a história de amor deste dragão com a princesa demônio molusco, vivendo e sentindo as emoções como se fossem deles próprios. Essa experiência serviu para que ambos percebam e sintam a potencialidade do deus e do demônio que existe dentro de cada um, que as escolhas definem o destino, além de reforçar a capacidade de poder fazer as próprias escolhas.

Neste sonho ele viveu como o deus da guerra, enquanto ela se transformou em um demônio, invertendo o sentido da vida real deles e fazendo-os sentir como seria viver nos papéis trocados, o que contribui na estruturação da empatia, assim como nas novas possibilidades de encontrarem solução para os problemas.

No decorrer da história, o vínculo deles é formado. Pode-se observar que para estimular afeto no outro é necessário ser afeto pelo outro, e Li Susu muda sem perceber, pois o medo que sentia do parceiro já não existia mais e seu sentimento por ele era sincero e profundo.

Em cada experiência que viveram, onde sentiram o cuidado físico, carinho e proteção, serviram como estímulo para o desenvolvimento do afeto, como quando ela cuidou dele doente e de suas feridas. A mesma coisa aconteceu quando ele cuidou dela e a protegeu dos perigos. Sem perceberem a afeição já havia surgido entre deles. Sendo, este processo de desenvolvimento afetivo, ilustrado pelo crescimento da árvore das emoções dentro dele, ressaltando que a cada nova emoção que surgia e se intensificava suas emoções, essa árvore simbólica ficava cada vez maior.

Na tentativa de salvá-lo da transformação, ela morre por ele e ele, na loucura da dor de viver em um mundo sem ela, embarca desesperadamente pela busca da alma dela, atravessando 500 anos de dor e sofrimento no mar dos fantasmas no submundo, até ser resgatado pelo líder de uma seita, que o acolhe e o ajuda a desenvolver seu lado positivo e poderoso, sendo, este mestre, agora uma das pessoas que Tantai Jin mais admira e aprecia, pois mesmo sabendo a identidade que Tantai Jin representava, o salvou, cuidou dele, o treinou e lhe deu uma família (a seita), assim como deu seu próprio nome Tantai Jin, que passa a ter um nome de imortal.

Esse ato do mestre de Tantai Jin pode ser compreendido como a entrada do estímulo paterno positivo, pois o validou e lhe conferiu senso de identidade e valor. (Kast, 2022)

A experiência que vivencia na seita funciona psiquicamente como estímulo positivo para que ele se sinta pertencente ao mundo, passando a ter uma visão menos hostil, e aprendendo a aceitar e não desvalorizar as coisas boas e felizes do mundo. (Kast, 2022)

No percurso que passa a trilhar após conhecer os sentimentos positivos através de Ye Xiwu/Li Susu e de seu mestre, o protagonista enfrenta diversos embates nos quais pessoas o criticam e reafirmam seus valores mais perversos e ele, nesses momentos, passa a ter um ponto de apoio que o ajuda a se manter no caminho positivo, pois se lembra da amada e do mestre, assim como dos amigos que cultivou com suas atitudes positivas porque na realidade ele não era mal.

Nesse ponto da história, o rei demônio é uma lenda que não se concretizou, uma vez que Tantai Jin não morreu e nem se transformou, mas as pessoas temem que ainda possa surgir tal rei e quando percebem que Tantai Jin é diferente dos demais, ele passa a ser visto com desconfiança e as pessoas se afastam dele, temendo-o.

Mesmo nas seitas dos imortais, que seriam a representação do divino, dos protetores da humanidade, é apresentado o lado sombrio deles, pois alguns alimentam inveja, ganância, ciúmes etc., possibilitando a análise de que a maldade e a bondade estão em todos os planos, independente da nomenclatura que leve, pois entre os demônios também existem os que são bons de coração e que cultivam boas ações.

Este trecho da série reforça o que Zweig e Abrams (2024) explicam sobre que nem tudo que está no consciente é positivo para o processo de individuação, assim como nem tudo que está na sombra é negativo, ou hostil, pois nem todo demônio é mau e nem todo imortal é bom.

Segundo Perera (2022), Tantai Jin é constelado como “Bode Expiatório” ao ser rejeitado pela família e carregara projeção negativa da coletividade na figura de demônio, desqualificado, inculcado e aceitando a rejeição, apresentando um superego sádico como de um demônio.

Quando o recebimento de afeto e atenção é ferido na infância, acarreta o sentimento de privação do senso existencial digno, dificultando a autoafirmação e podendo desenvolver o complexo de bode expiatório, que compromete a percepção e a consciência do indivíduo, sua habilidade em sentir e elaborar o sofrimento, e a capacidade em satisfazer suas carências, assim como se pode observar no comportamento de Tantai Jin. (Perera, 2022)

Nesse ponto, o protagonista começa o enfrentamento com a sombra coletiva e ao mesmo tempo com a sombra pessoal, pois quando as pessoas afirmam que ele é a reencarnação do mal, ele precisa ter estrutura emocional, autoconsciência de seu EU interno e de sua persona, já que é impulsionado a confrontar as máscaras que vestiu para tentar se adequar e ser aceito pelos outros. (Baida, 2021)

Sempre que alguém acusava Tantai Jin de algo, as pessoas (grupo social) facilmente o condenavam, com críticas e olhares de reprovação. Ao ser recriminado e julgado de modo injusto, ele sentia dificuldade em resistir e não sucumbir para seu lado sombrio, pois conforme Zweig e Abrams (2024) explanam que a sombra coletiva geralmente é guiada pelos preconceitos das pessoas (como o medo, a raiva, a ganância etc.), em movimentos em que basta alguns para incentivarem o grupo. E foi com a intervenção dos vínculos afetivos positivos que o ajudaram a retornar em si, já que fixava o pensamento no amor e no apoio das pessoas que acreditavam nele.

A autora Baida (2021) cita a importância das máscaras para os indivíduos se adaptarem ao meio da vida coletiva e sobre os riscos frente à completa identificação egóica com a persona, assim como também o quanto é perigosa a falta total desta

identificação com a persona, pois pode ocasionar sentimentos de exclusão e desadaptação ao coletivo.

Há um ponto da história em que Tantai Jin questiona sobre como seria se sentir amado e que ele não entendia as emoções, e que tudo o que fazia era como colocar uma máscara para ser aceito socialmente, mas que não lhe fazia sentido, demonstrando que as máscaras que tentou usar foram inadaptativas, pois não o ajudaram a se integrar socialmente de modo adequado.

Segundo Kast (2022) existe o complexo da sombra, que é ativado quando os conteúdos inconscientes reprimidos são acionados através das projeções tanto das do próprio indivíduo quanto o que este recebe do coletivo, gerando o sentimento de ameaça à própria existência. Como quando seus amigos passam a temê-lo, pois sentem medo da ameaça do rei demônio, pode-se dizer que neste momento o complexo da sombra coletiva foi ativado.

Quando entrava em contato com a própria sombra era como se Tantai Jin falasse consigo mesmo, ouvindo uma voz interior que mostrava tudo de negativo no mundo. Quando o confronto com a sombra pessoal intensificou, era como olhar para si mesmo.

Durante a trajetória, Tantai Jin aprende que ser bom ou mau dependerá de suas escolhas e que ninguém pode dizer o que ele é. Que o mal que ele está destinado a se tornar não precisa necessariamente dominá-lo. Que apesar de tentar evitar a todo custo o contato com esse mal, é impossível fugir, pois está dentro dele e que precisará de muita força interna para conseguir não ser absorvido por essa verdade distorcida e poder dominar esse gênio ruim dentro de si, fazendo com que mesmo com essa maldade seu lado positivo e iluminado brilhe mais.

Há cenas em que ele encara seu lado demoníaco e é a potencialidade da força da vinculação afetiva que ele estabeleceu que consegue fazer com ele não sucumba à sombra, lutando para se sobrepôr ao que os outros acreditam, escolher e mudar o fluxo de suas escolhas, buscando seu verdadeiro Self. Segundo Kast (2022) tudo que é estranho e causa inquietude pode ser demonizado pelo psiquismo pessoal e coletivo.

O sucumbir à sombra pode ocasionar uma dissociação do ser e nessa dissociação surgir um verdadeiro demônio da pessoa, o que Kast (2022, p. 34) chamou de "doppelgänger" que reflete o que há de pior no ser humano, mas que falha diante do amor, pois este exige a entrega integral do ser humano, auxiliando na reassociação psíquica. Jung (2013, §231) diz que o amor pressupõe a vinculação profunda com o outro, e que amar alguém exige o sacrifício das próprias ilusões para vivenciar o verdadeiro sentimento.

Kast (2022) explica que no confronto com a sombra é necessário recorrer a todos os momentos de recordações positivas para reforçar a autoconsciência das próprias capacidades e valores na vida, e são as memórias afetivas que Tantai Jin criou tanto com Li Susu e com seu mestre que o auxiliam neste confronto, possibilitando-lhe a resignificação dos acontecimentos traumáticos da infância. Mesmo com todos à sua volta o condenando, manteve vivos em sua lembrança aqueles que, mesmo em menor número, acreditaram e tinham esperança nele, afinal o que lhe importava era o que diziam as pessoas com quem teve conexão emocional positiva.

Para não se perder na sombra é necessário saber o que se quer ser a partir de quem se é, e Tantai Jin decide quem ele deseja ser e trava uma luta com seu lado demoníaco, descendo ao inferno para encarar sua sombra e conseguir integrar-se, e atingir sua completude, ou seja, o processo de individuação que ocorre a partir da resolução do conflito entre as oposições internas, criando a possibilidade de totalidade, e ampliando a consciência de si-mesmo. (Papadoupoulos, 2009)

Resende e Martinez (2020) elucidam que faz parte do ciclo de desenvolvimento a descida ao inferno para a sublimação do numinoso, ou seja, as dificuldades que se enfrenta ao entrar em contato com seu lado sombrio, confrontando seus erros e males representa o processo de individuação, buscar olhar para o obscuro e poder encontrar o numinoso, sacrificando o velho conceito.

A intenção inicial é buscar eliminar o mal em si, mas é necessário aceitar tal impossibilidade e que o caminho possível é aceitar sua existência e integrá-lo em si, para então poder distinguir o que pertence à sombra. (Zweig e Abrams, 2024)

Na mitologia, o submundo é visto como um lugar escuro, difícil de acessar e fácil de se perder nele, simbolizando o limite entre o mundo dos vivos e o mundo dos mortos, por isso associado ao inconsciente e o conteúdo das sombras, que representa os traços indesejados da personalidade e a energia inconsciente, mas é um caminho que todos os heróis precisam percorrer em sua jornada de transformação, descer até o submundo e retornar para encontrarem sua alma, sua evolução espiritual, pois aqueles que não conseguem retornar ficam presos em suas angustias e aflições. (LaPrade, 2023)

No ato final da série, Tantai Jin integra seu lado demoníaco, vive a experiência numinosa que o transforma, tornando-o mais integrado em si mesmo, amadurecendo-o na conscientização de seus sentimentos e ações, resultado de seu confronto com a sombra e a trajetória em busca de sua alma, o que provoca a transformação do reino dos demônios, tornando o lugar antes desértico, em um ambiente agradável de viver. Resende e Martinez (2020) descrevem que após a confrontação, a mudança não é unicamente mental, podendo ser física, concreta, e que o nascimento do novo pode transformar o ambiente.

Durante o percurso de evolução do protagonista, foi possível observar a importância do desenvolvimento afetivo e da vinculação para a confrontação com a sombra, pois segundo Baida (2021), o potencial positivo pode permanecer na sombra até ser despertado pelo emocional, ou seja, pode-se dizer que todos possuem potencialidades que ficam na sombra até o momento em que surge o estímulo emocional externo.

Conforme Resende e Martinez (2020), ao entrar em contato com a própria imagem interior e conseguir não sucumbir ao sombrio é possível estabelecer o diálogo entre o Ego e o Self. Aceitar a existência da sombra também representa aceitar a possibilidade da própria transformação, reduzindo os medos e aumentando o próprio senso de realidade, o que corrobora para o alívio da pressão psíquica. (Kast, 2022).

Kast (2022) cita que a transição na vida ocorre quando não se consegue mais reprimir a sombra e se é conduzido a confrontá-la, sendo uma via que inevitavelmente passa pelo sofrimento, mas que é indispensável para se obter um complexo do eu que não seja constantemente sombreado, ou até mesmo dominado pela sombra.

Outro ponto que a série ilustra é que nem todos que estão no reino demoníaco são maus, assim como nem todos os imortais, que representam a luz, são bons, ou seja, nem tudo que é consciente é necessariamente positivo no indivíduo, logo nem tudo que faz parte da sombra será negativo, então, conforme Kast (2022) e Jung (2015), isso ajuda a despotencializar o medo de iluminar parcialmente a sombra, favorecendo seu confronto e possível integração.

CONCLUSÃO

"Para ser um demônio ou um deus depende apenas da sua intenção"²

"Me tornei luz viajando nas trevas"³

Esta série foi capaz de demonstrar de modo simbólico o funcionamento de confrontação com os aspectos sombrios, possibilitando a reflexão sobre a necessidade desse enfrentamento, assim como de fazer perceber a importância do desenvolvimento afetivo e o contato com as outras pessoas para o próprio desenvolvimento.

Demonstrou que mesmo possuindo origem cultural diferente, os seres humanos apresentam as mesmas necessidades afetivas para se desenvolverem, tanto fisiológica quanto psiquicamente. E que o afeto, por ser o intermediário do interno com o externo, é fundamental até mesmo para o amadurecimento físico estrutural dos indivíduos, sejam eles ocidentais ou orientais.

2. Fala Tantai Jin na série.

3. Tradução livre de trecho música da série (Pássaro Negro) de (Sa Ji).

A diferenciação entre bem e mal somente foi possível após o desenvolvimento afetivo, onde as coisas e pessoas passam a terem um valor emocional, adquirindo novo significado, pois sem o estímulo afetivo as pessoas não possuem meios para saber como valorizar suas experiências de vida.

Tantai Jin seria como a personificação de todos os seres humanos que precisam aprender a lidar com as inconstâncias afetivas da dor e da alegria, que buscam se integrar ao meio e se individualizar, mantendo a conexão consigo mesmo, com o outro e com o mundo, por caminhos que geralmente apresentam mais críticos e acusadores, do que pessoas que apoiem e estimulem uns aos outros.

Abordou também a luta interna das pessoas entre o bem e o mal, a luz e a sombra, e o quanto é difícil tirar as máscaras e olhar para si e para os próprios desejos, pois todos são atravessados também pela sombra da coletividade, tão difícil de ser enfrentada quanto à pessoal, e que por isso tem levado tantas pessoas ao adoecimento psíquico e físico. Visto que os indivíduos temem o que não conhecem e se sentem mais seguros no grupo, levando a seguir o grupo sem autocritica, podendo chegar na alienação individual em pró do pertencimento ao grupo.

Todos somos formados por luz e sombra, mesmo querendo viver somente na parte iluminada não é possível. Por mais difícil que seja, é importante olhar para o próprio lado sombrio e aceitá-lo como parte de si, para somente então conseguir integrar e transformar sua realidade, pois não se pode eliminar a existência da sombra por exercer uma função importante no equilíbrio psíquico.

Enfim, a história expõe a necessidade do desenvolvimento afetivo para confrontar a sombra e poder alcançar a individuação, e que para sermos inteiros é preciso sentir todas as emoções e aprender a transitar por elas. Sendo um direito único e individual escolher quem e como se quer ser, independente da cultura, da raça ou do credo, todos sentem e desejam a mesma coisa: ser feliz com quem se é, serem seres iluminados, e lembrados com amor por aqueles atravessam sua jornada.

A psicoterapia é um dos possíveis caminhos que conduzem ao confronto com a sombra, com os demônios internos, auxiliando na sua aceitação e integração, de modo protegido e amparado, pois quando se consegue fazer as pazes com os próprios demônios, tornando-os aliados, a energia psíquica é renovada e redirecionada de modo construtivo, sendo um processo que necessita da participação ativa da pessoa, ou seja, que ela atue na própria vida, transformando sua visão de mundo, podendo expressar de algum modo o que sente.

REFERÊNCIA

ADORIAN, R.T.L. *et al.* **Teoria do apego: influência no desenvolvimento infantil e seus reflexos na vida adulta.** Revista Cathedral (ISSN 1808-2289), v 6, n 2, páginas 103-122, ano 2024. Disponível em: <http://cathedral.ojs.galoa.com.br/index.php/cathedral>. Acessado em: 24/10/2024.

ATÉ o fim da lua. Diretor: Kuk Kok Leung e Wang Hai Qi. Produtor: Wang Yirong. Produtora: Otters Studio Youku, 2023. Disponível em: <https://www.viki.com/tv/39703c-till-the-end-of-the-moon#about>. Acessado em: 24/10/2024.

BAIDA, A. B. **A Catábase e a Busca da Transformação no Processo de Individuação: o mito de Orfeu e sua contribuição para o diálogo com o inconsciente segundo a perspectiva da psicologia analítica.** Trabalho Conclusão de Curso Psicologia da PUC. São Paulo/SP, 2021.

BAUDUCCI, G. **Confira os 10 dramas asiáticos mais assistidos no Brasil em 2023.** Revista Capricho, 2023. Disponível em: <https://capricho.abril.com.br/entretenimento/confira-os-10-dramas-asiaticos-mais-assistidos-no-brasil-em-2023>. Acessado em 23/10/2024.

BOWLBY, J. **La teoria dell'attaccamento.** Milano, Itália. Ed. Hachette Fascicoli, 2016.

COELHO, R.C. **Jung e a Questão do Mal.** Trabalho Conclusão de Curso de Pós-graduação em Psicoterapia Junguiana da UNIP. São Paulo/SP, 2023.

JUNG, C.G. **Psicologia do Inconsciente.** O/C 7/1. 19 ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2011.

_____. **Aspectos do drama contemporâneo.** O/C 10/2. 5 ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2012.

_____. **Civilização em transição.** O/C 10/3. 6 ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.

_____. **Psicologia e religião oriental.** O/C 11/5. 9 ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.

_____. **O desenvolvimento da personalidade.** O/C 17. 14 ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.

_____. **O eu e o inconsciente.** O/C 7/2. 24 ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2012.

_____. **Sobre sentimentos e a sombra: sessão de perguntas de Winterthur.** 2 ed. Petrópolis, RJ. Vozes, 2015.

HILLMAN, J. **Uma investigação sobre a imagem.** Petrópolis, RJ: Vozes, 2019.

KAST, V. **A sombra em nós: a força vital subversiva**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2022.

_____. **A dinâmica dos símbolos: fundamentos da psicologia junguiana**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.

LAPRADE, J. **Arquétipos da sombra: uma jornada de aceitação e transformação pessoal por meio dos mitos gregos do submundo**. 1 ed. São Paulo: Cultrix, 2023.

MILLER, A. **Drama da criança dotada: a busca do verdadeiro eu**. 2 ed. Summus Editorial: 1997

NERY, M.P. **Vínculo e afetividade: caminho das relações humanas**. 3 ed. ver. São Paulo, SP: Ágora, 2014.

PAPADOPOULOS, R.K. **Manuale di psicologia junguiana: orientamento contemporanei della psicologia analítica: teoria, pratica, applicazioni**. Bergamo: Moretti & Vitali, 2009.

PERERA, S.B. **O complexo do bode expiatório: um estudo sobre a mitologia da sombra e da culpa**. 2 ed. São Paulo: Cultrix, 2022.

PIERI, P.F. **Dicionário Junguiano**. Petrópolis, RJ: Vozes; São Paulo, SP: Paulus, 2022.

RESENDE, P.H.C; MARTINEZ, M.D. **A Katábasis de C.G. Jung: dos mitos antigos às experiências visionárias modernas**. Revista SBPA 1º Semestre, 2020.

SEGANFREDO, C. **As melhores histórias da mitologia chinesa**. Porto Alegre, RS. Ed. L&PM, 2022.

SILVEIRA, N. **Jung: vida e obra**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1997.

SOUZA, A.J.M. **Revisitando a hipótese de Bowlby: teoria do apego, maturação neuroendócrina e predisposição para psicopatologias**. Research, Society and Development, v. 9, n. 11, e3579119895, 2020(CC BY 4.0) | ISSN 2525-3409 | DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i11.9895>.

STEIN, M. **Jung: mapa da alma: uma introdução**. 5 ed. São Paulo: Cultrix, 2006.

VON FRANZ, M-L. **Le fiabe interpretate**. Torino, Itália. Ed. Bollati Boringhieri, 2021.

ZWEIG, C.; ABRAMS, J. **Encuentro con la sombra: el poder del lado oscuro de la naturaleza humana**. Barcelona: Kairós, 2024.