

Complexos

- **Complexo¹** - São conteúdos psíquicos carregados de afetividade, agrupados pelo tom emocional comum. São, segundo Nise da Silveira², '*temas emocionais reprimidos capazes de provocar distúrbios psicológicos permanentes*', e que '*reagem mais rapidamente aos estímulos externos*'. '*São manifestações vitais da psique, feixes de forças contendo potencialidades evolutivas que, todavia, ainda não alcançaram o limiar da consciência e, irrealizadas, exercem pressão para vir à tona.*' São unidades vivas dentro da *psiquê* inconsciente e que gozam de relativa autonomia. Eles se formam no inconsciente, de forma involuntária e a partir das várias experiências da vida. Por vezes somos dirigidos pelos *complexos*. Eles não são elementos patológicos, salvo quando atraem para si excessiva quantidade de *energia psíquica*, manifestando-se como conflito perturbador da personalidade. Os *complexos* têm a facilidade de alterar nosso estado de espírito, sem que nos apercebamos de sua presença constelada na consciência. À semelhança de um campo magnético, não são passíveis de ser observados diretamente, mas por meio da aglutinação de conteúdos que lhes constituem. No âmago de um *complexo* sempre encontramos um núcleo arquetípico. Nossos *complexos* são elementos presentes nas obsessões espirituais.

Complexos³

Autodescobrir-se é conscientizar-se de quais são os *complexos* inconscientes que o movem e que direcionam a vida para além daquilo que se determina. A conscientização dos *complexos* é fundamental para o equilíbrio da personalidade e para a autonomia e independência do Espírito. Eles são decorrentes da não assimilação devida de experiências vividas pelo *ego*. Muitas vezes não aceitamos a forma como algumas experiências ocorreram, ou por repressão ou por outra estratégia do *ego*. Essa inaceitação recalca o conteúdo da experiência para o inconsciente pessoal, promovendo, por semelhança emocional, a formação de *complexos*. Geralmente essas repressões e respectivos recalques decorrem do receio do *ego* em lidar com as conseqüências da aceitação consciente da atitude ou fato externo. A questão moral surge na inaceitação como justificativa consciente. O *complexo* é uma parte cindida da totalidade psíquica em conseqüência de um afeto intenso. O *ego* nem sempre é capaz de absorver a intensidade afetiva relacionada à determinada vivência, criando-se um *complexo*, que, como um imã, atrai para si uma

¹ NOVAES, Adenauer. *Mito Pessoal e Destino Humano*. Salvador: Fundação Lar Harmonia, 2005, p. 250-251.

² Jung Vida e Obra, Ed. Paz e Terra, 14ª Edição, Rio de Janeiro, 1994.

³ NOVAES, Adenauer. *Psicologia e espiritualidade*. 3. ed. Salvador: Fundação Lar Harmonia, 2003, p. 59-60.

rede de experiências similares, transformando-se num núcleo energético no psiquismo inconsciente. O *ego* não possui estrutura adequada para integrar à consciência certos tipos de experiências.

A inaceitação, bem como as experiências, vêm se alicerçando nas várias existências, não sendo fruto de uma única. O espírito vai sedimentando os *complexos* a cada etapa sem se dar conta de que, situações não resolvidas numa existência, acabam não só interferindo nas seguintes, como também se enraizando psiquicamente.

Situações de forte carga emocional não trabalhadas e não resolvidas numa encarnação poderão desabrochar na forma de insatisfações, tristezas, instabilidades afetivas, saudades não explicadas, depressões, etc., nas existências seguintes. São afetos não resolvidos que poderão gerar núcleos psíquicos de *complexos* exigindo soluções.

Os *complexos*, por sua característica afetiva e face ao esquecimento do passado, proposital ou não, se tornam motivações inconscientes autônomas. Sua autonomia advém não só da não solução no devido tempo, como também da dificuldade em se encontrar uma saída para as situações em que se devem enfrentar as imperfeições (limites, impotências, defeitos de caráter, etc.).

Os *complexos* não são os únicos veículos psíquicos desses conflitos, como também não são as únicas estruturas que se formam diante das inaceitações e frustrações da vida, pois no psiquismo humano existem os componentes das ligações afetivas, ou seja, aquilo que em nós se encontra não concluído no mundo psíquico ou em aberto, sem se constituírem em núcleos afetivos.

Os *complexos* autônomos e a mediunidade⁴

Complexos são núcleos de pensamentos, idéias e emoções, geradas a partir das várias experiências do Espírito, que se estruturam na *psiquê* pelas associações inconscientes. Todos temos *complexos* e, a cada momento estamos gerando outros. Alguns, por força da energia psíquica que adicionamos às experiências, se tornam suficientemente autônomos e com isso influenciam o *ego* de tal forma que passam a dirigi-lo. Outros, apenas influenciam o *ego* sem contudo o dominarem. O conceito de *complexo* não é aqui aplicado no sentido restrito patológico, mas sim em sua amplitude como núcleo agregado de pensamentos, idéias e emoções, resultante de experiências, sem necessariamente provocarem transtornos psíquicos. A consciência não possui domínio sobre as associações, pois elas são automáticas e vão se realizando a cada nova experiência do Espírito. Experiências de encarnações distintas podem ser instantaneamente conectadas no inconsciente quando geram idênticas emoções.

⁴ NOVAES, Adenauer. *Psicologia e mediunidade*. Salvador: Fundação Lar Harmonia, 2002, p. 65-67.

Os *complexos*, como todo o inconsciente, se encontra no perispírito. Eles não são os *chakras*, pois estes são manifestações energéticas do perispírito, perceptíveis fisicamente e que se encontram na superfície do corpo espiritual, tal como a pele no corpo físico. Com isso quero dizer que o perispírito é psíquico e energético simultaneamente.

O inconsciente, o qual, como disse, se encontra no perispírito, como boa parte da *psiquê* ou mente, contém uma vasta rede especialmente constituída, cujos nós se interligam pela semelhança vibracional de emoções. Essa rede foi constituída no perispírito pelas experiências do Espírito a cada encarnação. Ela vem sendo arquetipicamente elaborada ao longo da evolução espiritual. As tendências comportamentais coletivas proporcionam experiências que promovem a internalização de conteúdos emocionais, os quais vão se constituindo na parte pessoal do inconsciente. O livre arbítrio em contato com as tendências arquetípicas vai estruturar os aspectos singulares da personalidade no indivíduo.

As experiências de uma pessoa são preenchidas de motivações conscientes, motivações inconscientes, idéias lógicas, emoções conscientes, emoções inconscientes, sensações corporais, estímulos externos não percebidos, atitudes ativas, atitudes inativas e o resultante racional e emocional de cada vivência. Esses componentes, interagindo instantaneamente, geram um conjunto, de um lado coeso e de outro conectado em suas partes, a outras emoções de antigas experiências que se assemelham. A conexão de partes dessas experiências com a energia psíquica vinculada num tônus emocional a um ou mais arquétipos, caracteriza um *complexo*.

As experiências, nas quais ocorreram um contato com o sagrado, o transcendente, o místico, a morte ou a divindade, ao se associarem no inconsciente, formam *complexos* que se conectam a funções específicas do perispírito responsáveis pela mediunidade. São aquelas experiências que contribuem para as alterações nas capacidades mediúnicas do indivíduo. Algumas experiências as desenvolvem e ampliam-nas, outras as bloqueiam ou atrofiam-nas.

Quanto mais consideramos o mediúnico como algo sobrenatural, ou mesmo como um contato com o sagrado, mais estaremos contribuindo para a consolidação dos *complexos* que contém experiências aversivas a ele ligadas. É necessário que consideremos a mediunidade como um fenômeno natural e funcional para a vida do espírito encarnado ou desencarnado. Quanto mais assim procedermos, mais reduziremos as influências dos *complexos* estruturados ligados ao mediúnico.

A mediunidade, por favorecer uma maior conexão da consciência com o inconsciente, permite que o médium fique mais vulnerável às influências dos *complexos*. A consciência da existência dos próprios *complexos* bem como sua dissolução efetiva é fundamental para que o médium reduza a possibilidade de ser tomado por qualquer deles. Os *complexos* de culpa e de poder são facilmente assimilados pelos médiuns em face de seu nível de evolução e das experiências progressas que o levaram ao exercício institucional da mediunidade. O *complexo* de culpa se deve à repressão religiosa e cultural da sociedade na qual o médium vive. Tal culpa provoca-lhe a necessidade de um alívio por via da atividade consolatória

missionária. Essa atitude pode conectá-lo também ao *complexo* de poder que lhe poderá estimular a vaidade.

O contato com o sagrado e o transcendente, tanto quanto com o mediúnico, contribui para o desenvolvimento e a ampliação das faculdades mediúnicas, à proporção que o fizermos plenamente conscientes do aprendizado que estaremos realizando. Para reduzir as influências dos *complexos* estruturados em vidas passadas, adquiridos no contato com o sagrado, devemos considerar que nada está fora do divino e que nós também o somos.

Os complexos e a depressão⁵

Um *complexo* é uma estrutura psíquica constituída de emoções e sentimentos que se assemelham por uma vibração específica. É um conjunto resultante de experiências que se conectaram no inconsciente e que interferem na consciência como se fosse uma motivação. Direciona a personalidade para tendências e comportamentos à revelia do *ego*. Não é patológico em si, mas contamina a atividade do eu como se fosse uma outra personalidade. As emoções componentes do *complexo* expressam vibrações que podem ser percebidas por outras mentes e que, por sua vez, também as emitem de acordo com estímulos característicos. Os pensamentos, idéias e emoções, que se associam no inconsciente, mas que não seriam definidos como *complexos*, também emitem vibrações típicas que podem ser alcançadas.

Experiências de uma pessoa, que resultaram em fracassos, decepções, malogros ou prejuízos de qualquer natureza, podem abalar a confiança em si mesmo, podem resultar em sentimentos que se conectam no inconsciente gerando um *complexo*. Tais experiências podem ter acontecido em distintas épocas de uma ou de várias encarnações. No inconsciente, o processo de arquivamento do resultante dessas experiências não é cronológico, mas se dá por semelhança emocional.

Uma personalidade frágil, insegura ou sintonizada com um *complexo*, poderá sucumbir e manifestar uma depressão ao viver certas experiências difíceis da vida. Pode-se dizer que se trata do *complexo* de “insucesso”, que provoca o medo de enfrentar a vida. C. G. Jung, ao definir *complexo*, diz que se trata da “*imagem de uma determinada situação psíquica de forte carga emocional e, além disso, incompatível com as disposições ou atitude habitual da consciência.*”⁶ Portanto, não há compatibilidade com a consciência, que não suporta viver de novo o resultante esperado para aquela experiência. O medo de sofrer de novo estará presente, influenciando na fuga para a depressão. A inconsciência do *ego* em relação ao *complexo* confere a este uma certa autonomia, o que prejudica sua dissolução. A

⁵ NOVAES, Adenauer. *Alquimia do Amor – Depressão, Cura e Espiritualidade*. Salvador: Fundação Lar Harmonia, 2004, p. 230-231.

⁶ Obras Completas, Vol VIII par. 201 – 1934.

personalidade se modifica pela assimilação do *ego* que se identifica com um *complexo*.

A influência que certos espíritos obtêm sobre as pessoas deve-se aos *complexos* que assimilam o *ego*, alterando-lhes o comportamento, à sua revelia. Pessoas que são tomadas pelos seus próprios *complexos* se assemelham àquelas que são influenciadas por entidades espirituais, perturbadas ou não. A distinção entre esses dois fenômenos não é muito simples, inclusive porque, muitas vezes, eles ocorrem simultaneamente. Em ambos os casos, as idéias na consciência, contaminadas pela vibração emocional, sejam oriundas de um *complexo* inconsciente ou provenientes de uma entidade espiritual, parecem coerentes e lógicas.

Os *complexos* precisam ser conscientizados e melhor compreendidos para que não se tornem patológicos. Nesse sentido, a pessoa deve se conhecer mais, descobrir seus conteúdos inconscientes e transformar-se.

Complexos⁷

Complexos são o conjunto de experiências nucleadas no inconsciente, sustentadas por uma emoção comum. São influenciadores e motivadores da consciência, contaminando atitudes e idéias, de forma autônoma, sem o consentimento consciente da pessoa. Sua interferência na consciência provoca mal estar e a sensação de ter sido tomado por algo estranho a si mesmo. Os *complexos* conseguem alterar a disposição do *ego*, levando-o a atitudes nem sempre conscientes, que dirigem a ação para uma finalidade relacionada à *sombra* do indivíduo.

A formação dos *complexos* se dá pela associação inconsciente de emoções e avaliações resultantes das experiências da vida. Tais associações decorrem de mecanismos automáticos oriundos de funções da *psiquê* humana. Eles são elementos constituintes do inconsciente pessoal e influenciadores naturais da vida consciente.

São unidades básicas da *psiquê* e estão em constante modificação, de acordo com as experiências vividas e com os processos psíquicos a que estão submetidos. Nosso mundo interior é preenchido por *complexos* que se refundem, impulsionando o ser humano para além de si mesmo.

Os *complexos* podem se situar tanto na consciência quanto no inconsciente. Os primeiros são mais fáceis de serem dissolvidos e os últimos se demoram até que possam se tornar conscientizados. Quando nos conscientizamos dos *complexos*, nos damos conta do quanto influenciaram nossa personalidade e determinaram atitudes, as quais nem sempre gostaríamos de ter tomado. Sua influência é exercida de forma sutil, à semelhança de alguém que, exposto ao sol não nota, senão após certo tempo, a própria pele bronzear-se, mudando gradativamente de cor.

⁷ NOVAES, Adenauer. *Mito Pessoal e Destino Humano*. Salvador: Fundação Lar Harmonia, 2005, p. 101-106.

Nossa mente funciona como um vaso alquímico, no qual os elementos se misturam para formar novas substâncias. Aqueles elementos são as emoções, idéias e julgamentos resultantes das experiências a que o ser humano está submetido, além daqueles residentes na própria estrutura psíquica.

Há pessoas que são visivelmente tomadas por seus *complexos*, os quais determinam os aspectos externos de sua personalidade. Vivem em total sintonia com eles, de tal forma que parecem ser guiados por uma outra personalidade. Só uma grande discrepância entre o que são e o que passaram a ser pode provocar uma ruptura da simbiose existente.

São exemplos de *complexos* que atuam no direcionamento da personalidade: de culpa, de inferioridade, de superioridade, de herói, de poder, materno, paterno, de *puer*, de orfandade, religioso, erótico, dentre outros. São tantos os *complexos* quantos sejam os comportamentos estereotipados do ser humano.

O *complexo* de culpa, formado pela confrontação entre o que é aceito como bem e o que é considerado um mal, via de regra, exige uma redenção. Por força da cultura do sofrimento como meio de elevação, a escolha recai sobre a vivência de experiências geradoras de dor como meio de redenção do próprio ato cometido. Em alguns casos, para se ver livre da angústia da culpa, o indivíduo, de forma inconsciente, atrai uma doença a fim de se ver livre do *complexo*, ainda não conscientizado.

Experiências assimiladas, não suficientemente digeridas como pertinentes e adequadas ao eu, podem levar a estados inconscientes de inferioridade ou de superioridade. Tais estados, em grau elevado, provocam tensões inconscientes que vão incomodar a consciência, promovendo desejos de reações contrárias ao *complexo*. Pessoas que passaram por experiências geradoras de julgamentos de inferioridade a respeito de si mesmos, desenvolverão tendências contrárias. Poderão tornar-se arrogantes, prepotentes, esnobes, colocando-se em posição de franca superioridade perante os outros.

Experiências da vida, reforçadoras de *personas*⁸ positivas e de grande aceitação popular, tendem a levar o indivíduo a valorizar aquela manifestação externa de si mesmo, em detrimento de sua própria individualidade. Neste caso, o eu é tomado por um outro *complexo*, que avança sobre a personalidade, enviesando as atitudes da vida em geral. Pessoas que dedicam boa parte de suas vidas a alguém em especial ou a um grupo familiar, agem como heróis, preferindo uma imagem abnegada e magnânima, ao invés de se portarem em sua totalidade. Tais pessoas tendem a cobrar reciprocidade quando não mais conseguem suportar a pressão interna de sua própria *sombra*, sobre a personalidade distanciada do *Si-Mesmo*.

Pessoas que perdem sua capacidade criativa e tentam superar outras, inferiorizando-as, alimentam o desejo de poder sobre elas. Fazem de tudo para alcançar o lugar de comando, sem se preocupar com os meios, nem tampouco

⁸ Imagem idealizada de si mesmo, que melhor se adapta ao mundo. É um complexo funcional que permite ao ego se apresentar externamente de forma a se adaptar ao meio.

vislumbram algo que não seja o status que pretendem ocupar. Em geral têm relações amorosas superficiais e vínculos afetivos pobres. Constituem família, porém esta não é o seu porto seguro, mas apenas algo que fazem por ser usual e socialmente típico. Esse comportamento, oriundo do *complexo* de poder, pode levar o indivíduo a construir uma vida distanciada de seu propósito essencial, desconhecendo sua real natureza.

O *complexo de puer* (pueril, imaturo) é facilmente identificável quando a pessoa permanece com condutas incompatíveis à sua idade, isto é, não sabem envelhecer, ou postergam demasiadamente a entrada na fase seguinte de sua vida. São homens ou mulheres que já passaram da meia-idade, mas teimam em parecer jovens em seu comportamento e até na forma de se vestir e adornar o corpo. Facilmente se deprimem ao menor sinal de envelhecimento. Geralmente procuram parceiros muito mais jovens para convivência. Este *complexo* pode ter surgido do medo de envelhecer ou da excessiva vaidade com o corpo.

Um outro *complexo* é o de órfão, que leva o indivíduo a não querer ser rejeitado ou excluído da vida de alguém. Tal *complexo* não decorre da orfandade de fato, mas de um sentimento interno de abandono. Para evitar estar na situação de órfão, a pessoa passa a ter dificuldade de romper vínculos de natureza afetiva, mesmo que a relação seja precária. Os portadores desse *complexo* demonstram uma grande carência afetiva e forte dependência às pessoas. São possessivos em seus relacionamentos, chegando às vezes a chantagens que põem em risco a própria vida. Não se apercebem da influência do *complexo* em suas vidas e, quando tomam parcial consciência do mesmo, não sabem como modificar sua atuação. A consciência e dissolução de um *complexo* é algo difícil e requer considerável investimento de *energia psíquica*. O órfão necessita se tornar seu próprio pai e sua própria mãe, para sair da dependência de alguém que, externamente, deva cumprir tais papéis.

O *complexo* religioso é aquele que torna o indivíduo salvador da humanidade ou redentor das aflições alheias. Para ele, há um chamado missionário a ser cumprido, no qual ele é o representante das potestades divinas na Terra. Ele encarna a mais elevada representação da divindade, tornando-se o mestre espiritual, o guru ou o fiel e legítimo discípulo. Por vezes, se sentirá o próprio profeta divino, que deve restabelecer o bem no mundo. Invariavelmente ele estará atendendo a um anseio oculto de salvação pessoal, diante de uma grave e complexa culpa que carrega inconscientemente. O exercício de sua religiosidade se confunde com o fanatismo de principiantes e com a insanidade diante de radicais. Em vão, ele tenta arrastar outros para seu rebanho de “salvos”. Seu *complexo* é tiranizante e de difícil percepção. Sua vida será pautada pela culpa, qual uma ferida sempre aberta à espera de remédio. Estará na posição de mediador entre o bem e o mal, estabelecendo um e outro, via de regra, projetando nas pessoas suas próprias iniquidades. Enxergará maldade em tudo, principalmente naquilo que se aproxima do que considera ter sido inseqüente ou insano no seu passado. Morrerá

acreditando ter feito o bem ao próximo, porém não conseguirá curar a própria ferida. Aquele *complexo* enviesará sua vida e não lhe levará a se perceber na totalidade.

O *complexo* erótico é um daqueles que pode levar o indivíduo a duas polaridades distintas. De um lado, a guiar-se exclusivamente pelos estímulos eróticos, desenvolvendo uma hipersensibilidade ao prazer sexual, buscando-o intensamente e, do outro, à evitação sistemática de qualquer forma de prazer sensual. São duas polaridades distintas, oriundas de um mesmo *complexo*: a liberação excessiva ou a repressão da libido sexual. Essas duas polaridades são manifestações no mundo concreto de algo interno intensamente ativo. Podem ser compreendidos simbolicamente como resultantes de grande insatisfação interna não resolvida. Tendem a levar o indivíduo a uma restrição de sua realização no mundo, pois limita sua *energia psíquica* ao uso sexual ou à sua proibição. Geralmente representa algo ligado à afetividade mal resolvida. A incompetência afetiva leva a uma exacerbação da sexualidade em seu uso desenfreado para obter o prazer. Por outro lado, a repressão da libido sexual proporciona um bloqueio na afetividade, mesmo que a capacidade em estabelecer vínculos afetivos exista.

Os *complexos* podem influenciar no mito pessoal muito mais do que se possa conceber. Uma pessoa pode levar a encarnação inteira na tentativa de realizar algo dirigido por um ou mais *complexos*. Um *complexo* pode determinar certas características na personalidade de uma pessoa, tornando-a limitada sob vários aspectos, enviesando sua vida e seu destino.

É fundamental a análise da personalidade no intuito de descobrirem-se os principais *complexos* que se encontram ativados, a fim de dissolvê-los, para que a pessoa possa seguir seu mito pessoal de forma consciente.

Nem sempre os *complexos* são patológicos. Eles naturalmente se estruturam na *psiquê* e influenciam a consciência a serviço da *individuação*. São motivadores da dinâmica psíquica, a fim de que a vida siga seu curso.