

# 1

## O que é imaginação?

### **1.1 Imaginação como espaço da liberdade**

O espaço da imaginação é o espaço da liberdade e das possibilidades, onde limites são transpostos e o tempo é relativizado de modo muito natural, onde se podem vivenciar possibilidades de que já não dispomos ou a que ainda não temos acesso. O espaço da imaginação é o lugar da memória, mas sobretudo o lugar do futuro trazido para o presente. Na imaginação, torna-se possível muito daquilo que consideramos impossível ou que se apresenta a nós como fantástico. Nas imaginações, nossa alma se representa por meio de seus desejos, angústias, anseios e possibilidades criativas. Situações que já vivenciamos podem ser revividas. Graças às nossas capacidades imaginativas, também conseguimos nos colocar no lugar de outras pessoas e experimentar como elas se sentem. Podemos imaginar circunstâncias diferentes, vislumbrar possíveis mudanças para determinada condição. Na imaginação, podemos também nos confrontar com aspectos

psíquicos que ainda nos parecem insólitos; tais aspectos nos põem em contato com elementos “estranhos” em nossa psique e, assim, contribuem para integrá-los, ajudando-nos a nos familiarizar com eles.

Na imaginação, porém, a realidade vivenciada se torna símbolo: de certa maneira, ela se transforma na zona intermediária entre aquilo que vivenciamos de modo concreto e nosso pano de fundo psíquico, conectando ambos. A imaginação está vinculada com o mundo externo e concreto, ela o representa, transforma nossa vivência e, assim, modifica esse mundo externo da experiência tangível. Embora a imaginação tenha muito a ver com o nosso mundo interior, nos pontos em que permanece fértil, ela nunca perde o contato com o mundo externo, sem contudo permanecer presa a este, mas transcendendo-o.

## **1.2 O conceito da imaginação**

Quando nos referimos à imaginação, remetemos à atividade do nosso potencial de conceber mentalmente, fantasiar, devanear. Mesmo que possa haver diferenças entre esses fenômenos, todos eles dizem respeito ao campo da imaginação e, sendo desnecessárias diferenciações específicas, falarei simplesmente de “imaginação” (Mainberger, 1979, pp. 25-43).

Dizer que o ser humano dispõe de capacidades imaginativas significa afirmar que ele é capaz de ter uma imagem mais ou menos figurativa de algo que já não está no

tempo presente ou ainda não veio a ser parte dele, podendo até nunca vir a ser. Essas representações podem ser muito figurativas, determinadas predominantemente por cores ou formas; mas também podem se expressar mediante uma lembrança ou antecipação olfativa, uma memória ou fantasia tátil ou recordações e expectativas acústicas. Podem ser também de natureza mais mental ou expressar-se em representações de movimentos corporais.

Nosso poder de imaginação se expressa de modo mais impressionante nas representações das artes plásticas, da pintura, da literatura, da música, mas igualmente na criação de hipóteses científicas. Em essência, ele se manifesta em todas as fantasias mentais, a despeito de estas poderem ser realizadas ou não e de resolverem problemas ou criarem outros mais.

Devemos ao poder de imaginação as representações criativas; estas, por sua vez, voltam a estimulá-lo – basta lembrar a literatura que parece ter sido criada para estimular nossa fantasia e que nos permite nos colocar imaginativamente no lugar dos diversos personagens.

A despeito dessa grande importância para a cultura e para a vida humana em geral, a imaginação não tem uma fama muito boa. Não há dúvida de que grandes obras devem sua origem à força imaginativa, mas essa força também assusta: todos já ouvimos que algo não passou de “imaginação” nossa, ou que alguma coisa só existe na imaginação, que algumas pessoas não conseguem mais enxergar a *realidade* pois a substituíram pela fantasia.

Nossas imaginações podem nos ajudar a entender o mundo, a antecipar o que ocorrerá em determinadas situações, a interpretar um fato de maneira emocionalmente apropriada por meio da empatia. Mas elas também podem obstruir nossa visão da realidade, sobretudo quando são determinadas pelos problemas que enfrentamos. Quando, por exemplo, temos uma ideia muito vívida de como queremos que uma pessoa amada seja, isso pode dificultar que a vejamos como uma parceira real – suas ações são interpretadas de acordo com as nossas imaginações (Frisch, 2011).

A própria expressão “poder de imaginação” é passível de ser entendida como algo exclusivamente “imaginado”, que não corresponde à realidade. Remete ainda ao temor de que uma pessoa possa emigrar para o espaço do imaginário, sair do mundo considerado real por determinado grupo e entrar em um “mundo irreal”, esquivando-se assim do “mundo real”, o mundo de que os seres humanos compartilham. A expressão “força de imaginação” denota que estamos lidando com uma força, uma dinâmica que deve ser levada em conta por seu potencial transformador, o que explica tal temor.

A palavra “fantasia” também gera duas expectativas distintas: sabemos que, sem ela, jamais encontraríamos soluções criativas, por mais corriqueiras que fossem as circunstâncias. Ao lidar com o dia a dia, cada ser humano depende de sua fantasia. Mas as soluções não devem ser fantásticas demais, não podem ser excessivamente irrealistas. A imagi-

nação, o espaço da liberdade, a precondição para mudanças criativas, para obras inventivas, é também espaço do medo: existe o risco de que esse lugar nos afaste da “realidade”, retire-nos da dimensão cotidiana. Mas é justamente essa a sua função. O mundo da imaginação é um mundo de possibilidades diferentes, algo de que *também* dispomos. Nele se expressa o anseio humano pelo “totalmente diferente” – pelo divino –, bem como nossas possibilidades de vivenciá-lo e de moldá-lo por meio do diálogo com ele.

Esse anseio pelo “totalmente diferente” pode ser forte a ponto de o diálogo mutuamente fecundo entre o mundo cotidiano e o mundo da imaginação ficar desequilibrado.

### **1.3 Imaginação como recurso**

Sempre convivemos com as nossas imaginações, há sempre alguma coisa passando pela nossa mente. Pode se tratar de algo mais abstrato ou uma espécie de “cinema mental”. Hoje, existe consenso em relação a isso; todos conseguimos nos identificar com uma situação como esta, por exemplo: estamos à mesa, e uma pessoa diz: “Vocês se lembram de quando praticamos surfe naquela praia, dois anos atrás?” Em sua imaginação, todos vão para aquela praia. Quem mais estava lá? Quem era aquele sujeito maluco que vivia caindo da prancha, mas sempre voltava a subir nela, com a esperança desesperada de que, em algum momento, conseguiria ficar de pé? Juntos descobrimos quem era. Não sabemos o que aconteceu com ele depois daquela temporada, mas imaginamos que tenha buscado realizar

seus planos com a mesma obstinação, por mais loucos que fossem. Nossa força de imaginação entra em ação; ela recupera lembranças e nela se desenvolvem os sentimentos e as situações relacionadas a essas lembranças. Então, um novo tema passa a ser discutido: férias. Onde passaremos as próximas férias? Como serão? Como nos sentiremos? Imaginamos – criamos uma imagem – acerca dessas férias. Nossa força de imaginação está sempre em ação. Antonio R. Damasio, neurobiólogo que se ocupa intensamente das imaginações e respectivas emoções, afirma: “Poderíamos dizer que as imaginações são a moeda do nosso espírito” (2000, p. 383; 2011). O que Damasio quer dizer com isso é que as nossas imaginações nunca descansam, aparecendo inclusive no sono, na forma de sonhos.

A força da imaginação não apenas nos traz o passado, na forma de lembrança, e nos permite imaginar o futuro nas mais lindas cores, mas também revela o que tememos, quais conflitos se escondem por trás de nossa ansiedade. Além disso, abre novos espaços, transmite-nos esperança e, assim, ajuda-nos a sobreviver, ou melhor, a viver, pois é um recurso fundamental. E aqui me refiro ao termo “recurso” de maneira muito ampla, como fontes que existem dentro de nós e às quais podemos recorrer, que nos dão acesso ao aprimoramento pessoal e a autoeficácia, bem como à regulação dos sentimentos e a ideias novas, ainda que em conjunto com um sentimento de esperança temerosa. A qualidade de vida melhora, podemos voltar a experimentar sentido, tornamos a confiar em nós mesmos e nos sentimos competentes.

### ***1.3.1 Alguns exemplos***

- Crianças num ambiente pouco estimulante devoram livros, vivem no mundo propiciado por eles. Desses livros, elas extraem conhecimento e prática de vida: não existe apenas uma família, existem muitas composições familiares, muitas maneiras de ser criança, muitos destinos. Elas podem escolher, tomar decisões! Um mundo de imaginações interessantes é tão significativo quanto o mundo cotidiano, se não mais significativo ainda. Aqui, a imaginação é estímulo mental, representação de possibilidades, e assim dá amplitude ao projeto de vida pessoal, provoca um sentimento de liberdade.
- De repente, um executivo estressado se vê em uma expedição nas montanhas, ele se “observa” lutando na montanha – algo que, como ele mesmo diz, lhe “sobreviveu” fazendo-o distanciar-se dos muitos trabalhos que precisava executar. Então, esse homem se convenceu de que, assim como na montanha, com toda a calma e todo o empenho, conseguiria concluir bem seu trabalho e superar seu medo de não dar conta dele. A imaginação aliviou o estresse e colocou esse homem em contato com suas competências.
- Uma mulher com câncer, pouco antes de sua morte muito precoce, queixou-se de que, embora houvesse escalado montanhas no Himalaia, já não conseguia fazer uma curta caminhada sem perder o fôlego. Ela descreveu as imagens que tinha do Himalaia: como escalava, como era o cheiro nas barracas, a sensação de estar no cume de uma montanha na companhia de poucas pessoas e poder contemplar aquela paisagem majestosa. Ela havia “treinado” essa imaginação de modo sistemático, lembrando-se de imagens e impressões originadas

durante suas excursões nas montanhas; ao fazê-lo, ela se sentia cada vez mais viva. Poucos dias antes de falecer, essa mulher afirmou que ainda conseguia acessar tais imagens, as quais chamava de “imagens da vida densa”. A imaginação lhe permitira trazer, da lembrança para o tempo presente, uma experiência que considerava muito importante; mais do que isso, permitira a ela reviver essa experiência de forma muito vivaz e robusta. A imaginação a lembrara de que ela era também “aquilo”, o que lhe ofereceu uma perspectiva positiva em relação à vida.

- Viktor Frankl, em seu livro *Trotzdem Ja zum Leben sagen: Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager* [Um psicólogo no campo de concentração] (2005), descreve como, já sem forças, imaginava sua esposa e falava com ela:

Mas agora meu espírito estava preenchido pela figura, à qual se agarra àquela fantasia incrivelmente vívida que, na vida normal, eu nunca tinha vivenciado. [...] Compreendo que o ser humano, quando nada mais lhe resta neste mundo, pode ser bem-aventurado, mesmo que apenas por alguns instantes, em seu íntimo entregue à imagem da pessoa amada (p. 71).

É claro que aqui não se trata apenas da imagem, mas também do amor e, portanto, de uma experiência de sentido.

- E existem ainda exemplos muito mais comuns: a vida está muito cansativa, e então a pessoa se lembra de como é possível vivenciar uma linda tarde: fazer uma caminhada, assistir a um filme interessante; em suma, dedicar-se a algo que costuma lhe fazer bem ou gerar uma expectativa positiva. Essa rápida imaginação ocasiona uma mudança na emocionalidade. A vida, antes restrita, volta a se abrir, e a pessoa torna a ter espaço para respirar.

Temos imaginações não só para nós mesmos, nós as compartilhamos com outros; nessa partilha, elas promovem proximidade e fortalecem os vínculos emocionais e sociais. Quando estamos apaixonados, por exemplo, relatamos nossas fantasias mais secretas – ou mesmo fantasias de “outros” em situação semelhante, como em livros e filmes. Nesse tipo de cenário imaginário, em que evidentemente falamos a nosso respeito, não há vergonha nem culpa, mas muito prazer. Então, juntos podemos decidir o que queremos encenar um com o outro. A imaginação possibilita uma proximidade inofensiva que pode ser regulada facilmente.

Quando nos referimos à imaginação ou ao poder de imaginação, tratamos de um espaço passível de ser construído por meio do consumo – quando lemos livros, assistimos a filmes ou contemplamos outras obras de arte (imaginações compartilhadas, por vezes ao longo de séculos) – ou da produção, quando somos os criadores dessas obras.

A imaginação cria histórias e, no caso dos artistas, cria obras de arte. Temos uma tendência natural para treinar nossa força de imaginação, deixá-la mais viva. Somos estimulados pelas obras criativas de outros, ou seja, pela imaginação tornada em matéria, e, em ressonância com esta, concebemos algo nosso – uma ideia, um pensamento, um sentimento ou um livro inteiro.

As pessoas se interessam bastante pelo mundo da fantasia, do faz de conta, da mobilidade possível nesse espaço. Elas querem ser estimuladas a adotar outras pers-

pectivas, sustentadas, sobretudo mediante incentivo mútuo, pela certeza de que tudo pode ser diferente, de que sempre existem outras possibilidades ainda que não se consiga enxergá-las.

Damasio acredita que o cérebro produz constantemente uma “abundância” de imagens causada pela percepção sensual, as quais, por sua vez, provocam lembranças (2011, p. 185ss.). Imagens explícitas são acompanhadas por outras que “representam o estado do corpo durante o desdobramento de todas essas imagens” (Damasio, 2011, p. 185). O cérebro tende a organizá-las como faz um diretor de cinema. Em determinado momento, só podemos voltar nossa atenção para um pequeno número de imagens. “Imagens especialmente valiosas foram ‘destacadas’ por fatores emocionais devido à sua grande importância para a sobrevivência” (Damasio, 2011, p. 186). Para esse autor, a consciência é “retardatária” no gerenciamento da vida (2011, p. 188). Quanto à importância evolucionária da consciência: “O mecanismo de processamento de imagens passou a ser controlado pela reflexão, servindo para *antecipar mentalmente algumas situações, prever possíveis consequências, orientar-se em um possível futuro e inventar soluções práticas*” (Damasio, 2011, p. 188; grifo meu).

As imagens sempre existiram, e Damasio também acredita que elas compõem o inconsciente (2011, p. 188). Mas a consciência permite escolhê-las, processá-las e refletir sobre elas. Elas passam a ser úteis a serviço da sobrevivência, sendo, sob esse ponto de vista, igualmente um recurso.

## 1.4 Percepção e imaginação

O mundo da imaginação fascina e assusta; ela pode conferir novas dimensões ao nosso dia a dia, mas também pode ser um lugar onde nos perdemos. Na linguagem cotidiana, isso costuma ser designado pela expressão “tornar-se irrealista” ou “perder a conexão com a realidade”. Dizemos o mesmo sobre pessoas que desenvolvem ideias criativas quando não entendemos tais ideias.

Essa argumentação revela que temos a tendência de julgar a realidade exterior concretamente perceptível – que julgamos ser apreendida de forma semelhante por todas as pessoas, o que não é verdade – como real e o mundo interior como não real. Assim, somos encorajados repetidas vezes a fazer uma avaliação da realidade, a nos perguntar se aquilo que imaginamos está alinhado com ela, com o que é concreto. Certamente, faz sentido comparar o que percebemos de uma situação – percepção essa que, por sua vez, resulta também de muitas imaginações e representações pessoais – com o que outros percebem da mesma situação. Contudo, nunca ocorre de a percepção de uma pessoa ser totalmente “real” e a de outra ser totalmente “irreal”; o que acontece é que comparamos duas realidades, e elas podem influenciar uma à outra.

É problemático designar a realidade que se baseia essencialmente na percepção do que é externo e concreto como *a* realidade e ver aquela que se baseia predominantemente em imaginações como não realidade.

Para uma criança que tem medo de cachorros, no encontro com um deles, a imagem que ela tem do que

vê – “um cachorro grande que a ataca e derruba, coloca a pata em seu peito e abre a boca com aqueles numerosos dentes terríveis, enquanto a língua pende da boca” – é muito mais real e determinante do que a informação de que, no caso, trata-se de um animal amoroso, velho, um pouco devagar e banguela, que não precisa ser temido. Não importa se essa informação se aproxima muito mais da realidade do que a imagem fantasiada pela criança.

Mesmo assim, a informação de que esse cachorro não corresponde à imagem interna da criança pode despertar nesta a ideia de que talvez existam diferentes tipos de cachorros e, portanto, é preciso observá-lo para avaliar o risco.

Justamente o convívio e o trabalho com as imaginações sugere que não podemos partir da suposição de que uma pessoa consegue reconhecer a plena realidade daquilo que vivencia enquanto outra é incapaz de fazê-lo. Assim, faz muito sentido comunicar como avaliamos determinada situação e então entrar em um diálogo potencialmente frutífero em vez de brigar sobre quem está certo nessa situação – postura que, em geral, não soluciona os problemas e ainda é pouco estimulante.

A desconfiança em relação às imaginações, que se expressa claramente no temor de que o ser humano, com suas capacidades imaginativas, distancie-se demais da realidade perceptível a todos, mostra também a necessidade de manter o diálogo entre a percepção e a imaginação. Mas, de certo modo, essas duas noções formam uma unidade: percebemos estímulos externos, e quando os “desligamos” – como ao fechar os olhos –, conseguimos

imaginar o que acabamos de perceber. No entanto, sabemos que somos capazes de alterar facilmente o que foi percebido – por exemplo, uma região por onde caminhamos adota características levemente diferentes na imaginação; assim, quando voltamos a essa região, ficamos surpresos diante do fato de ela ser muito mais vasta do que em nossa lembrança. Com a ajuda dessa nova percepção, controlamos então a nossa imaginação.

Também completamos a percepção com imaginações. Quando a nossa percepção não nos permite reconhecer algo porque falta a ela nitidez, ou porque dispomos apenas de um modelo rudimentar daquilo que é percebido, nós completamos tal percepção com a nossa força de imaginação até conseguir reconhecê-lo de forma clara. Muitas pesquisas da psicologia da Gestalt (Katz, 1961, p. 30ss.) se ocupam desse assunto.

Há ainda aquelas brincadeiras em que uma pessoa começa a desenhar e as outras precisam adivinhar o que está sendo desenhado. Muitas vezes, adivinhamos qual é o objeto pouco depois dos primeiros traços; outras, porém, nós nos enganamos devido às nossas expectativas internas.

Quanto menos informações temos para criar uma imagem perceptiva, mais recorremos à nossa imaginação, à fantasia, para criar uma “imagem nítida” de uma dada situação. Fazemos isso para conseguir lidar com o medo, acalmando-nos internamente, porque essa estratégia nos dá senso de orientação e nos permite obter uma imagem geral da situação. Quando nos encontramos num estado psíquico em que conseguimos absorver poucas informações – por exemplo,

quando somos totalmente dominados pela raiva –, então a fantasia referente à situação passa a substituir a percepção.

Pode-se supor que percepção e imaginação se utilizam das mesmas vias cerebrais. Já foram realizadas várias pesquisas sobre essa questão (Singer, 1978, p. 207ss.); entre elas, muito conhecidas, simples e convincentes são as conduzidas por Hanna Segal (1978, p. 208), que verificou o chamado “fenômeno de Perky”. Em 1910, Perky descobriu que pessoas que imaginaram um objeto específico numa tela vazia não conseguiram perceber, algum tempo depois, um outro objeto fracamente projetado sobre essa tela. Em contrapartida, quem não tinha imaginado nada na tela, conseguiu perceber o segundo objeto quando projetado. Segal investigou esse fenômeno e constatou que se trata de um resultado comum, o que significa que a imaginação consegue bloquear a percepção de estímulos externos. No entanto, isso só funciona quando o sinal externo pertence à mesma modalidade da imaginação: quando esta é de natureza visual, estímulos visuais não são percebidos, mas estímulos auditivos, sim.

Pesquisas mais modernas foram realizadas por Wolf Singer (2006). Segundo esse pesquisador, com base em resultados obtidos por ressonância magnética, quando, de olhos fechados, imaginamos um objeto, entram em ação muitos mecanismos de atenção e áreas visuais que são ativados quando percebemos esse objeto de olhos abertos.

Também somos capazes de voltar a atenção para as nossas imaginações. Singer aponta para a existência de es-

truturas cognitivas cerebrais que refletem a “representação do exterior” (2006, p. 40). Relativamente às áreas do córtex cerebral frontal, existem agora indícios de que os sinais de entrada não têm origem direta nos órgãos sensoriais, mas em áreas cerebrais mais antigas que, por sua vez, estão conectadas com tais órgãos (Singer, 2006, p. 40). Trata-se, portanto, da representação de uma representação, ou seja, de uma metarrepresentação. O ser humano é capaz de construir modelos internos, brincar com eles, simular consequências de forma lúdica, perceber as emoções correspondentes e, assim, evitar perigos. Isso significa que as metarrepresentações são úteis do ponto de vista evolucionário. E basta que imaginemos determinado conteúdo para que áreas cerebrais mais elevadas produtoras de metarrepresentações também entrem em atividade. Esse é um resultado significativo (Singer, 2006, p. 42). “Cabe a essas áreas a tarefa de orquestrar a atividade nas regiões específicas em que ficam armazenadas as representações necessárias à imaginação” (Singer, 2006, p. 43). O que significa essa afirmação?

A percepção não é simplesmente uma representação passiva da realidade, mas o resultado de um processo ativo e construtivista. Existe uma grande atividade autogerada na forma de imaginações em processos perceptivos, nos quais o cérebro – no sentido de padrões arquetípicos, como diríamos em terminologia junguiana – assume a iniciativa. Constantemente, o cérebro desenvolve hipóteses e representações de como o mundo poderia ser, e os sinais emitidos pelos órgãos sensoriais são comparados com essas hipóteses.

Não existe aqui um agente que interpreta, controla e dá ordens. O comportamento coordenado e a percepção coerente (e, portanto, a representação coerente [a imaginação, V.K.]) devem ser compreendidos como qualidades emergentes ou processos de auto-organização, que incluem de igual modo todos esses centros intimamente interligados (Singer, 2006, p. 28).

e cria uma rede de muitos subsistemas. Esses processos acontecem em níveis distintos.

Tal descoberta indica que a força de imaginação é uma modalidade do processamento cotidiano de informações. Além disso, essas pesquisas nos encorajam a bloquear estímulos, fechando os olhos ou fixando o olhar num ponto específico, quando queremos nos entregar ao fluxo das imagens internas.

Podemos até supor que a força de imaginação seja a criadora de um todo sensato a partir das informações pontuais que o cérebro recebe dos órgãos sensoriais. Kant já suspeitava disso. Ele via a força de imaginação como um ingrediente necessário da percepção: “[...] a tarefa da força de imaginação é inserir, em uma única imagem, o múltiplo e diverso da percepção [...]”<sup>1</sup>.

---

1. “Que a imaginação seja um ingrediente necessário da própria percepção, certamente ainda nenhum psicólogo cogitou. Isto porque, em parte, limitava-se essa faculdade apenas às reproduções e, em parte, porque se acreditava que os sentidos não apenas nos forneciam impressões, mas também as encadeavam e assim formavam imagens dos objetos, o que, sem dúvida, exige algo além da receptividade das impressões, a saber, uma função que as sintetize” (Kant, 1998, p. 176, nota).