

Hades e Perséfone: A elaboração simbólica da separação amorosa a partir da Psicologia Analítica

Maria Elayne da Silva Cipriano* 

Resumo

Este artigo é fundamentado na Psicologia Analítica, que utiliza o mito grego de Hades e de Perséfone como eixo interpretativo para refletir sobre o término de relacionamentos amorosos. Considera-se que os mitos constituem expressões arquetípicas do inconsciente coletivo, capazes de oferecer caminhos simbólicos para a elaboração de experiências de perda, de luto e de transformação. Por meio da revisão de literatura e do método comparativo, articulam-se elementos narrativos do rapto, da descida ao submundo e do retorno à superfície com dinâmicas emocionais presentes na ruptura afetiva, compreendendo-a como morte simbólica e como oportunidade de renascimento psíquico. A análise destaca aspectos relacionados à individuação, às projeções e à integração da sombra, indicando que a leitura simbólica do mito favorece a ressignificação da dor e o amadurecimento emocional. A trajetória de Perséfone, que retorna do submundo transformada em rainha, é tomada como metáfora do reencontro com o Self após o rompimento, apontando o término amoroso como rito de passagem arquetípico. ■

Palavras-chave: relacionamento, psicologia analítica, psicoterapia analítica, mitologia grega.

Recebido: 15/08/2025

Aprovado: 24/11/2025

Revisado: 23/01/2026

Como citar: Cipriano MES. (2026) Hades e Perséfone: A elaboração simbólica da separação amorosa a partir da Psicologia Analítica. Revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Analítica, 2026;44:e01 <https://doi.org/10.70435/junguiana.v44.302>

Financiamento:

Sem financiamento a declarar.

Conflito de interesses:

Sem conflito de interesses a declarar.



* Pesquisadora independente. São Paulo, São Paulo, Brasil.

Picóloga clínica (Universidade Santo Amaro – UNISA. São Paulo – SP, Brasil). E- mail: elayne.silva77@hotmail.com

Hades and Persephone: The symbolic elaboration of romantic separation from the perspective of Analytical Psychology

Abstract

This article is grounded in Analytical Psychology, which employs the Greek myth of Hades and Persephone as an interpretive framework to reflect on the ending of romantic relationships. Myths are understood as archetypal expressions of the collective unconscious, capable of offering symbolic pathways for the elaboration of experiences of loss, grief, and transformation. Through a literature review and the comparative method, narrative elements of the abduction, the descent into the underworld, and the return to the surface are articulated with the emotional dynamics present in affective rupture, understood as symbolic death and an opportunity for psychic rebirth. The analysis highlights aspects related to individuation, projection, and the integration of the shadow, indicating that the symbolic reading of the myth facilitates the re-signification of pain and emotional maturation. Persephone's journey, in which she returns from the underworld transformed into a queen, is taken as a metaphor for the reunion with the Self after separation, revealing the end of a relationship as an archetypal rite of passage. ■

Keywords: relationship, analytical psychology, analytical psychotherapy, Greek mythology.

Hades y Perséfone: La elaboración simbólica de la separación romántica desde una perspectiva de la Psicología Analítica

Resumen

Este artículo se fundamenta en la Psicología Analítica, que utiliza el mito griego de Hades y Perséfone como marco interpretativo para reflexionar sobre el fin de las relaciones románticas. Considera que los mitos constituyen expresiones arquetípicas del inconsciente colectivo, capaces de ofrecer caminos simbólicos para procesar experiencias de pérdida, duelo y transformación. A través de la revisión bibliográfica y el método comparativo, se articulan los elementos narrativos del rapto, el descenso al inframundo y el regreso a la superficie con las dinámicas emocionales presentes en la ruptura afectiva, entendiéndola como muerte simbólica y como oportunidad para el renacimiento psíquico. El análisis destaca aspectos relacionados con la individuación, las proyecciones y la integración de la sombra, indicando que la lectura simbólica del mito favorece la resignificación del dolor y la maduración emocional. La trayectoria de Perséfone, quien regresa del inframundo transformada en reina, se toma como metáfora del reencuentro con uno mismo tras la ruptura, señalando la ruptura romántica como un rito de paso arquetípico. ■

Palabras claves: relación, psicología analítica, psicoterapia analítica, mitología griega.

Introdução

As separações amorosas, embora comuns à experiência humana, mobilizam intensos movimentos psíquicos e emocionais que frequentemente desorganizam a identidade e a trajetória de vida do indivíduo.

O término de um relacionamento não envolve apenas o luto pela perda do outro, mas também a desconstrução de ideais, de expectativas e de imagens inconscientes projetadas sobre o parceiro. Sob a perspectiva da Psicologia Analítica, esse momento de ruptura pode

ser compreendido como uma experiência liminar — um espaço simbólico situado entre a morte do que era e o surgimento do que ainda não se tornou, frequentemente representado em mitos de descida, de morte simbólica e de renascimento psíquico.

Dentre os diversos mitos que expressam essa dinâmica, a narrativa de Hades e de Perséfone se destaca como uma imagem arquetípica da travessia entre mundos, do encontro com a sombra e da reintegração da totalidade psíquica. O mito narra a transformação de Coré, a donzela, em Perséfone, a rainha do submundo, por meio de sua convivência com Hades, o deus do mundo inferior. Embora tradicionalmente interpretado como um rapto, o mito adquire nova potência quando abordado sob a ótica simbólica. Ao descer ao Hades, Perséfone não apenas se separa da figura materna e do mundo solar, como também adentra um processo profundo de individuação, no qual assume sua soberania e reconstrói sua identidade (Woolger & Woolger, 1997).

Nesse contexto, o mito fornece uma linguagem simbólica eficaz para compreender os processos subjetivos desencadeados pelo término de um relacionamento amoroso. Assim como a descida de Perséfone, a separação amorosa convoca o indivíduo a enfrentar a dor, a sombra, a solidão e os aspectos esquecidos de si mesmo. Como ressaltam Cipriano e Souza, “passamos por descidas e subidas cíclicas, repletas de sofrimentos e vitórias, como retrata o mito (...) permitindo assim o vislumbrar da sabedoria resultante do mergulho nas próprias feridas” (2024, p. 15).

O presente artigo tem como objetivo analisar o mito de Hades e Perséfone como recurso simbólico para compreender e para elaborar o término de um relacionamento amoroso. Para isso, propõe-se percorrer a trajetória mítica do casal, explorando sua dinâmica relacional à luz da Psicologia Analítica, distinguindo os elementos de vínculos afetivos saudáveis daqueles presentes em relacionamentos tóxicos. A intenção é compreender o término não como falha ou fracasso, mas como rito de passagem arquetípico — uma travessia dolorosa, porém fecunda, em direção à maior consciência, à autonomia emocional e à reconexão com o self.

Metodologia

A elaboração deste artigo fundamenta-se em uma revisão de literatura teórica e simbólica, associada à aplicação do método comparativo, amplamente utilizado nas ciências humanas e sociais desde o século XIX. Essa abordagem metodológica permite o confronto entre dados culturais e psicológicos, buscando identificar semelhanças estruturais e diferenças de sentido entre narrativas míticas e fenômenos psíquicos contemporâneos.

Para Jung (2000b/1954), a comparação entre conteúdos mitológicos e dinâmicas inconscientes contemporâneas é mais do que uma busca por paralelos ilustrativos: trata-se de um processo de amplificação simbólica, em que o símbolo é explorado em sua multiplicidade de sentidos e contextualizado historicamente. Como afirmam Santos e Serbena (2017), por meio de um tema central, o raciocínio simbólico se desdobra em imagens, em analogias e em comparações, utilizando-se para sustentar-se de elementos provenientes das diversas áreas das ciências humanas: como a arte, a mitologia e a religião. Nessa perspectiva, os arquétipos manifestam-se como expressões do inconsciente coletivo. Para Jung, o método comparativo aplicado aos mitos contribui significativamente para a compreensão da psique humana, ao revelar a presença de estruturas simbólicas comuns entre diferentes culturas (2011/1912, p. 45, § 28). Essa perspectiva reforça a noção de que o inconsciente coletivo possui um núcleo criativo e formador, capaz de produzir imagens universais que expressam conteúdos psíquicos profundos.

A trajetória do mito: da origem arcaica à contemporaneidade

A trajetória do mito acompanha a própria história da consciência humana. Desde os primórdios da humanidade, as narrativas míticas emergiram como formas simbólicas de interpretar a existência, de explicar os fenômenos naturais e de dar sentido às experiências interiores e coletivas. Nas sociedades arcaicas, o mito integrava-se à experiência cotidiana como uma verdade sagrada e operante. Não era concebido como invenção, mas como expressão de uma

realidade profunda, transmitida por meio da oralidade, dos rituais e das imagens simbólicas.

Mircea Eliade (2001) ressalta que, nas culturas tradicionais, o mito tinha uma função fundadora: ele narrava como o mundo foi criado, como os deuses agiram e como os seres humanos deveriam se comportar para manter o equilíbrio cósmico. Essa dimensão sagrada do mito fornecia um eixo orientador para a vida, garantindo coesão social, identidade e continuidade. O tempo mítico era cíclico, eterno e regenerador, contrastando com a linearidade histórica moderna.

Com o advento da escrita e das primeiras civilizações organizadas, os mitos começaram a ser sistematizados em textos, como os poemas homéricos na Grécia, o *Popol Vuh* entre os maias e as epopeias da Mesopotâmia, como *Gilgamesh*. Nesse processo, os mitos passaram a coexistir com a racionalidade filosófica nascente. Enquanto a mitologia buscava o sentido por meio da imagem e da metáfora, a filosofia emergente pretendia explicações lógicas e conceituais. A cisão entre mito (*mythos*) e razão (*logos*) acentuou-se no pensamento grego clássico, especialmente a partir de Platão que relegou os mitos ao plano da ficção pedagógica (Vernant, 1990).

Contudo, mesmo marginalizado pelo racionalismo, o mito continuou a se manifestar em diferentes expressões culturais. Durante a Idade Média, os mitos cristãos — narrativas de criação, de queda, de salvação e de apocalipse — substituíram os mitos pagãos, cumprindo função semelhante: oferecer sentido à vida humana e orientação moral às pessoas. A modernidade por sua vez, caracterizou-se pela profunda desmitologização do mundo, que equivale ao processo de “desencantamento” da realidade, em que os mitos foram substituídos pela ciência, pela técnica e pela racionalidade instrumental (Weber, 2004).

Contudo, o mito não desapareceu; transformou-se e adaptou-se aos novos imaginários culturais. A Psicologia Analítica resgata seu valor psicológico ao destacar que suas imagens não são meras relíquias do passado, mas emergem continuamente do inconsciente coletivo como símbolos que expressam experiências humanas universais. Assim, os mitos constituem linguagens arquetípicas vivas, manifestando-se nos sonhos, nas narrativas artísticas, nas

religiões, na literatura e na cultura de massa contemporânea. Essencialmente, o mito é uma narrativa simbólica que revela verdades psíquicas profundas, atuando como um potente organizador de sentido capaz de traduzir o indizível da experiência humana em imagens acessíveis à consciência. Serbena destaca que o mito não é uma criação arbitrária da fantasia, mas uma elaboração arquetípica: “O mito é um início de racionalização da experiência simbólica na forma de narrativa (...), na qual os símbolos traduzem-se em palavras e os arquétipos em ideias, conceitos, esquemas de pensamento e visões racionais do mundo.” (2010, p. 5).

Como aponta Campbell (2007), os mitos são “sonhos públicos”, estruturados por arquétipos que se repetem de modo simbólico em diferentes culturas e épocas, oferecendo ao indivíduo um mapa existencial diante das transições, das perdas e dos renascimentos.

A função do mito, portanto, não se restringe à explicação do mundo externo, mas se estende à organização da vida interior. Segundo Eliade (2001), o mito coloca o sujeito em contato com o “tempo primordial” oferecendo uma experiência simbólica que o reconecta com os fundamentos de sua existência. No contexto psicológico, essa reconexão opera como uma via de restauração da identidade ferida, especialmente diante de eventos traumáticos, como o término de um relacionamento amoroso. O mito ao simbolizar o sofrimento, possibilita ao indivíduo a travessia psíquica do luto e a reconfiguração de si.

Campbell (2007) propôs que o mito cumpre quatro funções: a mística, que desperta o sentido do mistério da existência; a cosmológica, que explica a ordem do universo; a sociológica, que sustenta as estruturas e os valores culturais; e a pedagógica, que guia o sujeito pelas etapas da vida. Esta última se revela particularmente relevante quando aplicada ao processo de separação amorosa, uma vez que fornece narrativas simbólicas que ajudam o sujeito a atravessar o caos emocional e a construir um novo enredo para sua história.

Por meio do mito, é possível entrar em contato com imagens arquetípicas que representam morte e renascimento, perdas e transformações. No mito de Hades e Perséfone, por exemplo, a descida ao mundo

inferior e o retorno à superfície configuram um ciclo simbólico de ruptura e reintegração, que pode ser compreendido como um modelo psíquico para enfrentar o término de vínculos afetivos. O mito oferece não apenas consolo, mas também estrutura para o sofrimento, convertendo a dor em rito de passagem.

Assim, compreender os mitos não é um exercício de resgate do passado, mas um modo de escutar a linguagem profunda da alma. O mito resgata o elo entre a narrativa coletiva e o drama subjetivo, permitindo ao indivíduo não apenas sobreviver às perdas, mas também transmutá-las em movimento de autoconhecimento e de transformação.

Hades e Perséfone a partir da perspectiva mítica grega

Na cultura grega antiga, o mundo dos mortos possuía um rei e uma rainha: Hades e Perséfone.

Retratado na *Teogonia* como sendo filho de Cronos e de Reia, Hades tinha cinco irmãos: Deméter, Hera, Héstia, Poseidon e Zeus. Hades e seus irmãos, exceto Zeus, foram engolidos pelo pai. Mais tarde, eles se uniram para lutar contra os Titãs. Finalizada a batalha, coube a Hades o submundo, onde passou a desempenhar a função de deus dos mortos.

Durante seu governo silencioso nas profundezas da terra, Hades raramente se envolvia com o mundo dos vivos. No entanto, um dia, ao passar por uma fenda localizada entre o submundo e a superfície ele viu Coré, filha de Zeus e de Deméter, portanto sobrinha de Hades, colhendo flores em um campo. Sem revelar seus sentimentos aos demais deuses no Olimpo, procurou Zeus, que, segundo algumas versões do mito, consentiu com seus planos.

No dia do rapto, Zeus fez surgir, entre as flores que Coré colhia, um narciso encantador, cuja beleza singular chama a atenção da moça. À medida que ela se inclina para colhê-lo, a terra subitamente se abre, e Hades irrompe das profundezas em uma carruagem dourada puxada por cavalos imortais. Sem que Coré possa reagir, ele a agarra e a leva consigo contra sua vontade. Ela grita por socorro, invocando o nome do pai, mas seus clamores não são ouvidos. Apenas Hécate, deusa da magia e das

encruzilhadas, escuta seus lamentos, embora não consiga vê-la. Hélio, o deus do sol, testemunha o rapto e, mais tarde, revela o ocorrido a Deméter.

Desesperada, a deusa da colheita inicia uma busca incansável por sua filha, vagando pela terra com tochas acesas em ambas as mãos. Durante nove dias e nove noites, Deméter recusa alimento e descanso, consumida pela dor. No décimo dia, Hécate a encontra e compartilha o que ouviu. Juntas, elas procuram Hélio que confirma a verdade: Coré foi levada por Hades com o consentimento de Zeus.

Tomada pela fúria e pela dor, Deméter abandona o Olimpo e assume a forma de uma anciã, dirigindo-se à cidade de Elêusis. Lá, é acolhida pela família real e, em agradecimento, promete tornar o príncipe Demofonte imortal. No entanto, ao tentar purificá-lo no fogo, é interrompida pela rainha Metanira. Deméter então revela sua identidade divina e exige que um templo lhe seja erguido em Elêusis, onde permanece reclusa, recusando-se a permitir que a terra produza frutos até que sua filha lhe seja devolvida.

Com a terra mergulhada em fome e os humanos em sofrimento, Zeus envia Hermes ao submundo para negociar com Hades. Este consente em devolver Coré, mas antes oferece a ela sementes de romã. Ao comê-las, ainda que em pequena quantidade, Coré sela seu vínculo com o mundo dos mortos. Um acordo é então estabelecido: ela passará parte do ano ao lado da mãe, e a outra parte ao lado de Hades. Esse ciclo eterno simboliza as estações do ano. Quando Perséfone está com Deméter, a terra floresce em abundância; quando retorna ao submundo, a natureza adormece, mergulhando no inverno.

O Hino Homérico não narra o que ocorreu com Coré e Hades durante o tempo em que Coré permaneceu “desaparecida” no submundo. O que se sabe é que, após esse período, ela deixa de ser chamada Coré — a donzela — e passa a ser Perséfone, a rainha dos mortos.

Perséfone teve que, literalmente, adentrar o submundo. Autores como Koltuv (1990) afirmam que ela aceitou comer a romã e também as sementes porque reconheceu que, naquele momento, já não era mais a mesma. Muitos autores crucificam Hades por ter sido o “monstro” que tirou Coré de Deméter, desmanchando tão bela relação entre mãe e filha.

No entanto, poucos percebem Hades como o agente de transformação de Perséfone. Woolger e Woolger (1997) afirmam que:

O verdadeiro salvador não é Zeus, e sim, paradoxalmente, o irmão sombrio de Zeus, Hades. A sabedoria deste mito extraordinário é que a fonte de transformação de Perséfone vem de baixo, das profundezas abissais da alma, não dos confins mais elevados do espírito (p. 190).

Apesar de sua importância, Hades é o deus menos presente nos mitos gregos e aparece em situações muito pontuais, como no hino de Homero que narra o rapto de Perséfone. Nele, o foco está mais nela do que propriamente em Hades, que a raptou (Barbosa, 2012).

Alvarenga (2010) conta que Hades deixou o submundo em duas ocasiões: na primeira vez, para raptar Coré, com quem se casou. Na segunda, em razão de um ferimento provocado em uma luta mantida com Hércules que, em cumprimento de uma de suas tarefas, tentava capturar, a mando de seu primo Euristeu, o cão Cérbero. No conflito, o ombro direito de Hades foi atingido por uma flecha envenenada com a peçonha da Hidra de Lerna. A dor foi tão forte que o deus dos mortos pediu amparo a Apolo para curar sua ferida.

O reino de Hades era composto por cinco rios: Aqueronte (dor), Cócito (lamentação), Flegetonte (fogo), Lete (esquecimento) e Estige (ódio). O Estige delimitava a fronteira entre o mundo dos vivos e o submundo. O Aqueronte, conhecido como rio da dor, constituía a via de entrada das almas ao Hades. O Cócito, associado à lamentação, refletia o sofrimento das almas em trânsito. O Flegetonte, identificado como rio do fogo, simbolizava a punição e o tormento nas regiões mais profundas do submundo. No Lete, as almas comuns bebiam de suas águas para apagar a memória da existência anterior.

Em frente ao palácio de Hades e Perséfone, sua esposa, sentavam-se os três juízes do submundo: Minos, Radamanto e Eaco, em um trívio consagrado à deusa Hécate. Nesse lugar, as almas eram julgadas: aquelas que não eram más nem boas retornavam para os Campos de Asfódelos; as almas más

seguiram para o Tártaro; e as boas eram enviadas aos Campos Elísios, para se juntarem aos heróis e às pessoas boas.

Foi Hades que permitiu que Coré se tornasse uma mulher forte e independente e que possibilitou, inclusive, que ela assumisse a posição de rainha do mundo subterrâneo, governando os espíritos dos mortos, ao lado dele. Hades representa o término do ciclo da vida e, portanto, o início de uma nova etapa.

Relacionamento saudável x relacionamento tóxico

A qualidade dos vínculos afetivos representa um dos elementos mais significativos da saúde psíquica e do processo de individuação. Em um contexto de alta idealização do amor romântico, compreender as dinâmicas que sustentam relacionamentos saudáveis em contraste com relacionamentos tóxicos é fundamental para a elaboração emocional de termos amorosos e para a reconstrução subjetiva do indivíduo após a separação.

Os relacionamentos afetivos saudáveis são construídos com base na reciprocidade, na comunicação clara e na valorização da individualidade. São vínculos em que há respeito pelas fronteiras psíquicas de cada parceiro, abertura para o diálogo e apoio mútuo frente aos desafios da vida. Segundo Emma Jung (2003), a possibilidade de convivência íntima com o outro exige uma permanente autorreflexão e a disposição para confrontar os aspectos inconscientes que o relacionamento mobiliza. Nesse sentido, amar conscientemente é um trabalho psíquico contínuo.

No âmbito da Psicologia Analítica, um relacionamento saudável favorece a integração das polaridades internas. A convivência íntima oferece oportunidades para projetar e para reconhecer aspectos inconscientes da própria psique, como a sombra, a anima ou o animus, desde que haja disposição para o autoconhecimento e o enfrentamento das próprias limitações. Jung (2011) salienta que o verdadeiro encontro com o outro só é possível quando o sujeito está disposto a diferenciar-se de suas próprias projeções.

Por outro lado, os relacionamentos tóxicos se estruturam a partir da dependência afetiva, da

manipulação emocional e da desvalorização subjetiva. Neles, observa-se a tendência à simbiose psíquica, em que o indivíduo se perde na tentativa de sustentar a relação a qualquer custo. As relações desse tipo frequentemente envolvem padrões de dominação, de ciúme patológico, de chantagens emocionais e de controle, os quais comprometem a autonomia e o senso de identidade do parceiro envolvido.

Na linguagem da Psicologia Analítica, os vínculos afetivos são muitas vezes atravessados por repetições inconscientes ligadas a complexos não elaborados. Quando essas relações são sustentadas por projeções arquetípicas, há o risco de confundir a imagem idealizada com o parceiro real, o que pode levar à frustração e ao colapso da relação. Conforme destaca Rocha, as projeções “não resulta[m] apenas na sucessão dos conflitos internos do indivíduo, mas pode[m] dificultar cada vez mais a convivência social, já que a projeção leva a medidas agressivas ao impedir cada sujeito de ver o outro real e a si mesmo” (2017, p. 41). A dificuldade em diferenciar a pessoa real da figura simbólica projetada sobre ela perpetua o sofrimento e impede o desenvolvimento de uma relação consciente.

De acordo com Bauman (2004), nas relações líquidas da contemporaneidade, a fragilidade dos vínculos torna os relacionamentos permeáveis, inseguros e ansiosos. Ao mesmo tempo que se anseia por conexão e por estabilidade, teme-se a entrega e o comprometimento, fomentando-se relações marcadas por ambivalência e pelo medo da perda.

O término de um relacionamento amoroso, sobretudo quando atravessado por elementos tóxicos, pode ser vivido como uma experiência de morte simbólica. Representa a desconstrução de projetos, a perda do outro investido de idealizações e, muitas vezes, a necessidade de reconstrução do próprio eu. Conforme Hillman (1993), é no colapso das formas conhecidas de vida que a alma encontra abertura para um novo sentido.

O término de um relacionamento pode ser compreendido como uma etapa arquetípica da jornada psíquica, uma descida ao mundo interior, amplamente simbolizada em mitos como o de Perséfone.

A separação, embora dolorosa, traz em si a semente do renascimento, desde que o sofrimento seja acolhido e transformado em significado. Jung (2013) destaca que o confronto com a dor e a solidão pode desencadear um processo de individuação, no qual o sujeito deixa de buscar no outro a própria completude e passa a construir um vínculo mais autêntico consigo mesmo.

Portanto, mais do que um fracasso, o término pode ser visto como uma passagem — uma travessia necessária entre a desilusão e a retomada do próprio eixo psíquico. Quando o sujeito compreende as dinâmicas inconscientes que sustentaram a relação e acolhe o luto com escuta simbólica, abre-se um espaço interno para o nascimento de novos significados e de novas formas de amar.

Hades e Perséfone — um mito de individuação e retorno ao self após o término amoroso

A união entre Hades e Perséfone não apenas simboliza, na tradição grega antiga, o ciclo das estações e a transição da inocência à maturidade, como representa, de acordo com a perspectiva da Psicologia Analítica, a jornada arquetípica do ego em direção ao Self. Trata-se de um mito que pode ser compreendido como uma metáfora profunda da transformação que se dá após uma ruptura amorosa. O fim de um relacionamento é, para muitos, uma descida simbólica ao submundo, o confronto com a perda, a solidão e o vazio. Porém, é nesse mergulho nas profundezas da psique que se pode emergir, assim como Perséfone, mais inteiro, mais consciente e mais próximo da própria essência.

A descida ao submundo como morte simbólica do amor idealizado

Segundo a Teogonia de Hesíodo, Perséfone, antes chamada Coré, era a donzela filha de Deméter e de Zeus. Enquanto colhia flores, foi subitamente raptada por Hades, que irrompeu da terra e a levou para o submundo. Embora essa imagem possa ser lida literalmente como um ato de violência, simbolicamente ela representa um rompimento abrupto com o estado

infantil da alma — a fase em que o amor é vivido de maneira idealizada, fusional e inconsciente.

O rapto nesse sentido, manifesta-se como uma experiência que não é escolhida pelo ego, mas imposta pela dinâmica arquetípica da psique. Trata-se de um movimento que escapa ao controle consciente e atua como força transformadora, desestabilizando estruturas psíquicas que sustentavam uma identidade anterior. Para Jung (2011), todo processo de individuação exige uma descida ao inconsciente, um confronto com a sombra. O rapto de Coré, portanto, não é apenas um evento mítico, mas uma metáfora para o colapso do ego diante da irrupção do inconsciente, o início de uma jornada de transformação. “A individuação começa com o colapso e a dissolução de uma imagem de vida que antes sustentava o ego. É a perda da identidade baseada na persona” (Edinger, 1991, p. 45).

O término de um relacionamento amoroso pode ser exatamente esse colapso: quando o vínculo se desfaz, o ego, privado do objeto amado, é compelido a descer às profundezas da própria psique. O que emerge dessa descida não é apenas dor, mas a oportunidade de se confrontar com conteúdos sombrios, com feridas e com projeções antes negadas. Assim como Coré é levada por Hades, o sujeito é conduzido, ao ser arrebatado pelo inconsciente, muitas vezes contra sua vontade, ao encontro de aspectos desconhecidos de si mesmo.

Ao chegar ao submundo, Coré passa por um processo de transformação. O que ocorre entre ela e Hades não é narrado em detalhes nos hinos homéricos, mas a simbologia sugere que essa convivência a transforma. É a convivência com Hades, arquetipo da sombra, do fim, do que é esquecido, que permite a ela integrar aspectos antes renegados.

Para Jung (2000a, p. 36, § 40), “a autonomia do inconsciente coletivo se expressa nas figuras da anima e do animus. Eles personificam os seus conteúdos, os quais podem ser integrados à consciência, depois de retirados da projeção”. A convivência amorosa, quando verdadeira, exige esse confronto com o que se evitava. Por isso, o relacionamento entre Hades e Perséfone pode ser compreendido como saudável em sua forma arquetípica: ele não exige

dela uma máscara, mas permite que ela se torne o que verdadeiramente é — uma mulher que rege os mortos, consciente da vida e da morte.

É nesse sentido que o mito oferece uma imagem potente de superação amorosa. O fim de uma relação pode funcionar como o “rapto simbólico”, forçando o indivíduo a descer às suas profundezas, a encarar seus abismos, a ressignificar sua dor e a emergir fortalecido. O self como centro organizador da psique, só pode ser acessado quando o ego se desfaz de suas idealizações e enfrenta sua verdade interna (Neumann, 1995).

Ao aceitar as sementes da romã, Perséfone sela o vínculo com o submundo — não como prisioneira, mas como rainha. Ela agora transita entre os mundos, dividindo o tempo entre sua mãe, símbolo da vida fértil, e seu marido, símbolo do mundo psíquico profundo. Esse movimento cíclico é a imagem da integração dos opostos, consciência e inconsciente, luz e sombra, vida e morte.

Do ponto de vista terapêutico, o término amoroso pode ser vivenciado como essa passagem. Quando há elaboração simbólica da perda, o sofrimento se converte em solo fértil para o autoconhecimento. O luto, nesse caso, é uma travessia: o ego perde sua forma anterior para que uma nova identidade possa emergir. “A alma se expande na exata medida em que consegue suportar a dor da transformação” (Hillman, 1993, p. 112).

O mito de Hades e Perséfone nos ensina portanto, que amar não é buscar no outro a salvação, mas reconhecer que o verdadeiro encontro só acontece quando cada um pode ser quem é. Hades não exige de Perséfone que ela retorne à forma de filha, e Perséfone não tenta transformá-lo em alguém solar. Eles se reconhecem em sua alteridade e compartilham o trono da noite, governando o mundo simbólico da alma.

No mito, Perséfone não retorna para ser a mesma. Ela não é mais apenas filha — é também rainha. Da mesma forma, o sujeito que elabora um término amoroso por meio da escuta simbólica emerge com nova configuração psíquica. Ao deixar de buscar a completude no outro e ao passar a construir uma relação mais autêntica consigo mesmo, o ego amadurece.

Bolen (1990), ao estudar arquétipos femininos, descreve Perséfone como a deusa da iniciação, da

transformação e da reconexão com o inconsciente. Ela afirma: “A mulher que atravessa a dor e aceita a escuridão dentro de si torna-se senhora de seu próprio destino” (p. 132). Isso vale também para homens e para qualquer pessoa que, após um rompimento, precise fazer as pazes com sua dor e retomar seu eixo interno.

O mito, portanto, aponta que todo término amoroso verdadeiro é uma chance de retorno a si mesmo. É quando o sujeito deixa de viver em função das projeções que fez sobre o outro e começa a integrar em si o que buscava fora. Tal qual Perséfone, ao emergir das profundezas, o indivíduo pode carregar em si não apenas a dor da perda, mas a sabedoria adquirida pela travessia.

Conclusão

Superar o término de um relacionamento amoroso, especialmente quando este mobilizou projeções profundas da psique, não é um processo linear, tampouco isento de sofrimento. Na perspectiva da Psicologia Analítica, essa experiência pode ser compreendida como uma jornada arquetípica: uma descida simbólica semelhante à de Perséfone rumo ao submundo, na qual a dor do rompimento convoca à transformação interior. O mito de Hades e Perséfone, longe de ser apenas uma narrativa sobre raptos ou submissão, revela-se um modelo simbólico de individuação relacional, na qual o reencontro com o self se dá precisamente pela travessia da dor, da solidão e da sombra. O silêncio do mito não é ausência; é espaço fértil para a imaginação simbólica.

A partir dessa lente simbólica, é possível propor quatro etapas psíquicas para a superação do término amoroso, inspiradas na trajetória de Hades e Perséfone:

A ruptura como chamado à descida

Assim como a terra se abre para Perséfone, o fim de um relacionamento rompe o solo emocional do sujeito, expondo fragilidades, dependências e imagens idealizadas. Esta primeira etapa é marcada pelo choque da perda, pelo sofrimento e pelo colapso da persona relacional. Trata-se de aceitar o chamado para descer, em vez de resistir ou de negar a dor, permitindo-se viver o luto sem pressa.

O encontro com a sombra e com o outro interno

No submundo, Perséfone encontra Hades, arquétipo do inconsciente profundo. Neste momento, o indivíduo começa a confrontar aspectos de si que foram negados ou projetados no parceiro: medos, traumas, necessidades não reconhecidas. A convivência com a dor permite o reconhecimento da sombra e dos complexos ativados pela relação. Aqui, inicia-se o processo de diferenciação: o outro deixa de ser culpado ou idealizado, e passa a ser compreendido como espelho do próprio psiquismo.

A escolha simbólica: comer a romã e aceitar o vínculo com a experiência

Aceitar as sementes da romã, como faz Perséfone, simboliza a integração da vivência: não há como apagar a dor ou negar a história. Ao invés disso, escolhe-se assumir a experiência como parte do próprio processo de amadurecimento psíquico. A dor deixa de ser um fardo passivo e passa a ser um material simbólico a ser metabolizado.

O retorno com consciência e autonomia

Por fim, como Perséfone retorna à superfície como rainha, o sujeito que atravessa conscientemente o luto emerge com nova configuração psíquica. Há maior clareza em relação aos desejos, aos limites e à autoestima. A pessoa deixa de buscar a plenitude no outro e inicia uma relação mais autêntica consigo mesma. Esse estágio não implica esquecer o amor, mas transformá-lo em sabedoria interior. A relação com o passado é reconciliada e o futuro se abre com maior liberdade e presença.

Portanto, a travessia do término amoroso, vista à luz do mito de Hades e Perséfone, revela-se como um rito simbólico de passagem: da dor à consciência, da dependência à soberania psíquica, da idealização do outro ao reencontro com o Self. É nessa jornada entre mundos: entre amor e perda, luz e sombra, superfície e profundidade, que se constrói o verdadeiro caminho de individuação. ■

Referências

- Alvarenga, M. Z. (2010). *Mitologia simbólica: Estruturas da psique e regências míticas*. (2a ed.). Casa do Psicólogo.
- Barbosa, L. M. (2012). Hades na Ilíada: A formação da morte no épico homérico. *Revista Trilhas da História*, 2(3), pp. 146-157. <https://periodicos.ufms.br/index.php/RevTH/article/view/375>
- Bauman, Z. (2004). *Amor líquido: Sobre a fragilidade dos laços humanos*. Zahar.
- Bolen, J. S. (1990). *Deusas em cada mulher: Uma nova psicologia feminina*. Paulus.
- Campbell, J. (2007). *O herói de mil faces* (3a ed.). Cultrix.
- Cipriano, E., & Souza, M. R. (2023). Hades: A morte como processo de transformação e renascimento na perspectiva da psicologia analítica. *Revista Self*, 8(22), pp. 109–124. <https://doi.org/10.21902/ReSelf2023.v8i22.661>
- Edinger, E. F. (1991). *O ego e os arquétipos: Uma visão junguiana da individuação*. Cultrix.
- Eliade, M. (2001). *O mito do eterno retorno: Arquétipos e repetição*. Martins Fontes.
- Hillman, J. (1993). *O código do ser: Uma busca pelo caráter e vocação pessoais*. Objetiva.
- Jung, C. G. (2000a). *Aion: Estudos sobre o simbolismo do si-mesmo*. (OC, Vol. 9/2). Vozes.
- Jung, C. G. (2000b). *Sobre os arquétipos do inconsciente coletivo* (OC, Vol. 9/1, p. 13-50). Vozes.
- Jung, E. (2003). *Animus e Anima: Contribuições ao conhecimento da psicologia do inconsciente*. Cultrix.
- Jung, C. G. (2011). *Símbolos da transformação* (OC, Vol. 5). Vozes.
- Jung, C. G. (2013). *O homem e seus símbolos*. Nova Fronteira.
- Koltuv, B. B. (1990). *A tecelã: Ensaio sobre a psicologia feminina extraídos dos diários de uma analista junguiana*. Cultrix.
- Neumann, E. (1995). *A origem do ego: Desenvolvimento da consciência*. Martins Fontes.
- Rocha, C. A. (2017). Processo de individuação de Jung: A projeção como barreira ao autodesenvolvimento. [Monografia de graduação, Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA]. <https://repositorio.unifaema.edu.br/jspui/handle/123456789/1202>
- Serbena, C. A. (2010). Considerações sobre o inconsciente: Mito, símbolo e arquétipo na psicologia analítica. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 16(1), pp. 10–24. https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672010000100010
- Santos, J. C. dos, & Serbena, C. A. (2017). Trabalho com sonhos em saúde mental na perspectiva da psicologia analítica. *Mental*, 11(21), pp. 501–526. <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/mental/v11n21/v11n21a13.pdf>
- Vernant, J. P. (1990). *Mito e pensamento entre os gregos: Estudos de psicologia histórica*. São Paulo: Paz e Terra.
- Von Franz, M. L. (1990). *A interpretação dos contos de fadas*. São Paulo, SP: Paulus.
- Weber, M. (2004). *Ensaio de sociologia*. Rio de Janeiro: LTC.
- Woolger, J. B., & Woolger, R. J. (1997). *A deusa interior*. São Paulo: Editora Cultrix.

Contribuição dos Autores: O artigo é de autoria única: CIPRIANO, MES.

Editora do artigo: Rosana Rubini <https://orcid.org/0009-0007-6208-7200>

Disponibilidade de dados: O estudo não utilizou dados empíricos ou materiais suplementares.