

GESTALT-TERAPIA

Por outros caminhos

Jorge Ponciano Ribeiro

GESTALT-TERAPIA

Por outros caminhos

Copyright © 2022 by Jorge Ponciano Ribeiro

Direitos desta edição reservados por Summus Editorial

Editora executiva: **Soraia Bini Cury**

Capa: **Alberto Mateus**

Revisão: **Raquel Gomes**

Foto da capa: **Valdir Peyceré**

Diagramação: **Crayon Editorial**

Summus Editorial

Departamento editorial

Rua Itapicuru, 613 – 7º andar

05006-000 – São Paulo – SP

Fone: (11) 3872-3322

<http://www.summus.com.br>

e-mail: summus@summus.com.br

Atendimento ao consumidor

Summus Editorial

Fone: (11) 3865-9890

Vendas por atacado

Fone: (11) 3873-8638

e-mail: vendas@summus.com.br

Impresso no Brasil

SUMÁRIO

<i>Prefácio</i>	11
<i>Apresentação</i>	17
1. Fritz Perls: o mestre	19
2. Meu corpo, minha morada	45
3. Gestalt-terapia: um estudo epistemológico de suas bases teórico-vivenciais	47
4. Gestalt-terapia: configuração teórico-experiencial que nasce no caos da pós-modernidade.	65
5. Gestalt-terapia: a busca de ir às coisas mesmas	83
6. “E a Palavra tornou-se carne”: uma visão humano-existencial do conceito de pessoa	101
7. Sofrimento humano e o cuidado terapêutico	119
8. Relação ambiente-corpo como unidade sagrada: Gestalt-terapia como morada da espiritualidade	131
9. Gestalt-ecopsicoterapia, ecoespiritualidade e ecologia profunda: caminhos de sustentabilidade humana	143
10. Ambientalidade, coexistência e sustentabilidade: uma Gestalt em movimento.	165
11. Do sagrado, da estética, da ética e os cinco sentidos: à luz da Gestalt-terapia	181
12. Quando o hífen faz diferença	209

13. Relação complementar: a pessoa como ser-no-mundo — Um estudo sobre relações humanas	.213
<i>Jorge Ponciano Ribeiro e Celana Cardoso Andrade</i>	
14. Culpa e vergonha: “a tarefa de dar conta do impensado”	.227
15. Nudez social e o corpo re-vestido na perspectiva da abordagem gestáltica.	.237
<i>Jorge Ponciano Ribeiro e Marta Azevedo Klumb Oliveira</i>	
16. As bem-aventuranças: uma demanda para hoje	.257

PREFÁCIO

Sentada diante do computador, vejo que se descortina pela janela uma paisagem de rara beleza. Dois pássaros gorjeiam na araucária, o sol brilha no gramado, o horizonte do cerrado se amplia à minha frente, lembrando-me do fluxo da eterna renovação da vida. Trata-se de um eterno renovar do qual, para mim, Jorge é o exemplo vivo, sendo sua vida uma gestalt de conhecimentos e sabedoria. Sua formação religiosa lhe traz a conexão com o mistério maior da existência; a formação de filósofo o convida a buscar profundamente o sentido das coisas, a formação de psicólogo lhe traz a compreensão sobre o comportamento humano; sua alma de poeta o faz cultivar o encantamento pelas coisas simples da vida; sua dimensão humana lhe permite, com suas palavras, tocar nossa humanidade e ajuda-nos a nos reconhecermos naquilo que ele escreve e diz.

Essa gestalt que é Jorge nos brinda com mais um livro – que, aliás, não é mais um livro, mas o fruto maduro de toda uma trajetória de vida e reflexões. Ao analisar o sumário de *Gestalt-terapia – Por outros caminhos*, o leitor se vê diante de uma diversidade de percursos sobre temas variados. Qual desses temas, nesse momento, se destaca para cada um como figura? Cada capítulo é, em si, uma gestalt, um caminho, e Jorge, com o seu dom de expressar os conceitos mais complexos e profundos com clareza ímpar e linguagem poética, vai guiando cuidadosamente o leitor na sua peregrinação pelos meandros do caminho escolhido.

A jornada começa reverenciando o mestre. Volto no tempo e escuto o Jorge, na abertura de um dos congressos nacionais – não lembro qual –, nos rerepresentando a trajetória de Fritz. Na sua voz, Perls se faz vivo, sua humanidade e genialidade se presentificando em um diálogo entre suas palavras e a cuidadosa análise do Jorge, na sua tentativa de

[...] descer às profundezas de teu ser à sombra de tuas palavras. A tua luz intensa ofuscou meu pensamento e, muitas vezes, ao ler os teus relatos, a emoção perturbou minha procura. [...] Curvo-me ante tua clareza, tua força, tua obstinação, tua coragem ante a busca desesperada de tua verdade. (p. 41)¹

¹ Ao longo deste prefácio, os números entre parênteses nas citações correspondem às páginas em que aparecem neste livro.

Na sequência, um desafio no caminho: debater a natureza da Gestalt-terapia num estudo epistemológico de suas bases teóricas. O leitor desavisado pode pensar: “Já conheço as bases teórico-filosóficas da Gestalt-terapia, será que pulo este trecho da jornada?” Ledo engano; com a profundidade do psicoterapeuta e do filósofo, Jorge nos leva, a partir “das teorias que compõem [...] a natureza funcional da Gestalt-terapia” (p. 53), a repensar a epistemologia do processo terapêutico e a natureza do psicodiagnóstico.

A peregrinação é retomada e vai se aprofundando no capítulo 4, com o diálogo entre Gestalt-terapia e pós-modernidade. Ao descrever cada tema que caracteriza esse período, Jorge traz, como contraponto e saída, um aspecto do arcabouço teórico-metodológico da Gestalt-terapia, das suas bases teóricas e filosóficas, pois “ter nascido na e da pós-modernidade permitiu à Gestalt-terapia e à abordagem gestáltica conviver com algumas de suas mais importantes dimensões e, a partir delas, desenvolver sistemas de uma melhor compreensão da problemática humana” (p. 81).

Esse olhar para a Gestalt-terapia como “filha da esperança”, em diálogo com a pós-modernidade, continua no capítulo 5. E, ao propor o método fenomenológico “como um contraponto à modernidade” (p. 89), Jorge, inspirado em Merleau-Ponty, presenteia-nos com os passos necessários para se trabalhar com o método. Peregrinos aliviados por termos encontrado, nesse momento, o mapa que pode conduzir-nos com segurança pelos meandros da relação terapêutica, continuamos, animados, nossa jornada.

Somos, então, chamados a continuar o trajeto iniciado no capítulo 3, ampliando ainda mais nosso olhar sobre a natureza da Gestalt-terapia, com as pontes feitas com a ecologia profunda e a espiritualidade. Pensar nossa abordagem como morada da espiritualidade nos convida a compreender os mundos do profano e do sagrado como dimensões constitutivas do humano, e a psicoterapia como uma possibilidade de encontro com o espiritual.

Olhamos para o céu. Os raios de sol atravessando as nuvens parecem trazer a confirmação dessa possibilidade em uma *awareness* unitiva, cósmica, em que o encontro terapêutico pode constituir um “espaço intermediário entre a psicoterapia e a espiritualidade” (Delacroix, 2009, p. 410)². Os temas da ecologia profunda e da espiritualidade continuam a ser discutidos e aprofundados nos capítulos 8 a 10.

O conceito de pessoa, visto no capítulo 3, é retomado no capítulo 6, sendo discutido da perspectiva fenomenológico-existencial. Nesse trajeto do caminho, uma surpresa: ao apontar as dimensões ambiental-racional-animal como essenciais ao ser humano, Jorge apresenta o conceito de ambientalidade como a terceira

2 DELACROIX, J.-M. *Encuentro con la psicoterapia*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos, 2009.

dimensão que nos constitui. Cada um de nós é uma gestalt biopsicosociocultural-ambiental-espiritual e, como seres do e no mundo, somos “parte constituinte, fundante do universo” (p. 106).

Como não mergulhar na delicadeza com que Jorge, no capítulo 7, trata do sofrimento humano e do cuidado terapêutico? O Gestalt-terapeuta, como um “companheiro de caminho na exploração dos aspectos mais profundos do comportamento e da consciência humana” (Polster e Polster, 2001, p. 11)³, é convocado a uma entrega à relação, fazendo a inclusão da dor e do sofrimento do(a) cliente. Com a compreensão dos movimentos do ciclo do contato que nos são apresentados nesse capítulo, acompanhamos como esses movimentos podem ser transformados nos primeiros passos do caminho para a saúde, para o resgate do que ficou interrompido.

A estrada se amplia e, no capítulo 9, nós, peregrinos, somos introduzidos ao conceito de Gestalt-ecopsicoterapia, uma alternativa de saúde para esse momento planetário em que o ser humano está tão desconectado de si como parte dessa gestalt maior que é o planeta. Nas palavras de Jorge, “Gestalt-ecopsicoterapia é uma proposta de experimentar e de vivenciar a natureza enquanto um compromisso pessoal de nossa conexão amorosa com o universo e enquanto um processo interior de cuidado e de pertencimento à mãe terra” (p. 144).

Esse tema é aprofundado no capítulo 10, no qual Jorge traz de volta o conceito de ambientalidade. Ao discuti-la em diálogo com os conceitos de sustentabilidade e ecologia profunda, ele nos convida a quebrar a ilusão de separatividade tão presente na modernidade e pós-modernidade, resgatando e dando nova dimensão à nossa base epistemológica holística e fenomenológica. Nessa perspectiva, enfatiza o humano realmente como uma relação de campo organismo-ambiente, no qual o ambiente constitui parte da gestalt que cada um de nós compõe. Com base nessa apropriação de cada um de nós como uma célula desse campo maior, Jorge apresenta a Gestalt-terapia como uma contribuição para a solução da crise planetária, convocando-nos a cocriar

um mundo em coexistência, [...] no qual nossas dimensões ambientalidade, animalidade, racionalidade [...] possam ser vividas como uma totalidade estruturante de um novo paradigma, de um novo modelo no qual a relação mundo-pessoa se constitua na ética e na estética que moverão as necessidades humanas. (p. 178-179)

A jornada continua, e a nova estação de pouso nos convida ao inusitado: qual é a relação entre as funções de contato, a ética, a estética e o sagrado? É por

3 POLSTER E; POLSTER, M. *Gestalt-terapia integrada*. São Paulo: Summus, 2001.

meio das funções de contato que nos apropriamos de nós mesmos e do mundo e a existência adquire, fenomenologicamente, sentido. Nesse vivido, as dimensões da ética e da estética se entrelaçam. Passeando por cada um dos cinco sentidos, caminhos para se chegar às coisas mesmas – como diz um trecho de um poema de Fritz⁴ –, Jorge, em linguagem gestáltica, vai resgatando o sagrado que habita na experiência de cada uma dessas funções.

O poeta se revela nos capítulos 2 e 12. Um refrigério nessa jornada que nos convoca a reflexões profundas, desafiando e ampliando nossos conhecimentos como peregrinos na abordagem. Como em um tapete mágico, dançando ao sabor do vento com as palavras-imagens, de repente nos damos conta de que estamos sendo presenteados com conceitos fundantes para nós, Gestalt-terapeutas. Na leveza da poesia, o que era conhecido adquire uma nova roupagem – e, nessa nova configuração, tudo fica mais colorido e claro.

Em um trecho da estrada, Celana Cardoso Andrade se junta a Jorge para, caminhando, conversarem sobre o conceito de relação complementar da perspectiva da Gestalt-terapia. Seres de relação, existimos em contato, “nos constituímos através de complementações, nenhum de nós é uma totalidade” (p. 216). Fruto do encontro das diferenças, da busca do que falta a cada um, a relação complementar pode ser disfuncional ou saudável. Vêm-me à mente imagens de árvores diferentes, entrelaçadas; penso que são exemplos de relações complementares saudáveis, pois ambas estão plenas, vivas, uma dando suporte à outra, existindo plenamente em uma interdependência autorreguladora. Escuto as palavras de Jorge: “Olha uma confluência saudável!” Ao nos apresentar os tipos de relação complementar, esse capítulo contribui para a compreensão das relações estabelecidas pelos nossos clientes e, conseqüentemente, para a nossa práxis como Gestalt-terapeutas.

Que peregrino da estrada da vida não viveu um momento de culpa e/ou vergonha? Esses sentimentos tão humanos, que se fazem presentes “quando a consciência moral se interpõe imediatamente entre a liberdade humana e a objetividade da ação” (p. 227), são discutidos no capítulo 14. Passeando pelas interrupções do contato na sua relação com a culpa e a vergonha, somos mobilizados por nossas lembranças e damos uma pausa na nossa jornada para respirarmos. Esses são temas que mexem profundamente com nosso modo de funcionar *self* como personalidade, sendo reguladores do nosso contato na relação de campo organismo-ambiente. Voltamos ao texto, e as palavras de Jorge nos chegam como um bálsamo:

4 “Volta a teus sentidos. Vê com clareza. Observa o real, não teus pensamentos”. In: PERLS, F.; BAUMGARDNER, P. *Terapia Gestalt – Teoría y práctica / Una interpretación*. Cidade do México: Pax México, 2003, p. 140.

Por mais estranhos que possam ser nossos sentimentos e emoções, a experiência da vergonha e da culpa são processos de travessia e nos ensinam, às vezes através da dor e do sofrimento, caminhos que nos conduzem ao encontro de nossa máxima verdade: transformarmo-nos em nós mesmos. (p. 233)

Quase chegando ao fim dessa jornada, Marta Azevedo Klumb Oliveira se agrega ao Jorge e, juntos, eles nos levam a refletir sobre a nudez social e o corpo *re-vestido* como um processo de ampliação da *awareness* de si na relação com o próprio corpo, com o mundo, com os sentidos do vestir-se. Partindo de uma reflexão fenomenológica, e do conceito de corpo-presença de Merleau-Ponty, somos chamados a rever nossos introjetos, nossas fronteiras de valor. E, mergulhando nos nossos corpos *des-vestidos* e sociais, retornarmos às coisas mesmas e reencontrarmos a inocência perdida. O naturismo traz, assim, um

campo de força que emerge da relação das pessoas com a natureza em estado de homeostase, no qual a realidade relacional é produzida por variáveis psicológicas ligadas ao sentimento de conexão com a paz, a tranquilidade e a alegria de simplesmente existir. (p. 253)

Chegamos à última estação e somos abençoados com uma reflexão tocante e profunda sobre o amor. Com essa bênção, mergulhamos nas bem-aventuranças, os oito mandamentos da ecologia humana, como nos explica Jorge com maestria ao detalhar cada um deles. Um fechamento inspirado para essa rica jornada “na construção do amor, puro e simples, por nós mesmos” (p. 274).

Com esse ato de amor encerro este prefácio, desejando que você, leitor, leitora, saboreie cada passo dessa jornada, assim como o fiz. Em alguns trechos, talvez você queira parar à sombra de uma árvore e degustar o que leu; em outros, você caminhará lentamente, apreciando a paisagem que vai se descortinando com cada parágrafo; em outros momentos, talvez você apresse o passo na ânsia do que está por vir. Mas o caminho se faz caminhando, já dizia o poeta, e o importante é que você possa “se entender como um presente da vida e, sobretudo, entender que a vida é única, singular, não delegável” (p. 128).

Fazenda Capão do Negro, Alto Paraíso de Goiás.

MARIA ALICE QUEIROZ DE BRITO (LIKA QUEIROZ)

Mestre em Psicologia Social, professora
da Universidade Federal da Bahia

APRESENTAÇÃO

Ter escrito *Gestalt-terapia – Refazendo um caminho* e agora *Gestalt-terapia – Por outros caminhos* foi uma façanha humana, pois passei a limpo o mais íntimo do que senti, pensei, fiz e, de fato, falei.

Um livro é uma longa conversa com o outro que nos habita, que dialoga conosco, conhece nossas mais íntimas intenções; é quase uma confissão, na qual penetramos os meandros do possível, abrindo nossa caixa-preta para o mundo.

Escrever é também ir além de si mesmo, parar à beira de um rio, sentir suas águas nos levando, literalmente, para desembocar na imensidão do sentimento de ser lançado no mundo à procura de novos horizontes que se sucedem à nossa frente, numa interminável dança de possibilidades.

Às vezes, são meses e até anos para finalizar uma obra, pois ela depende da expectativa de sucesso do autor, de temas, conceitos e pensamentos que pululam a alma do escritor. Depende, sobretudo, de uma sensação desafiadora de que o livro valha a pena.

Nosso julgamento transcende nossa subjetividade, ancorando-se na nossa objetividade – que, em um lugar bem dentro de nós, diz que podemos liberar nossas âncoras, porque o mar nos permite sentir que o barco está firme, que podemos ver o amanhã e marchar na direção de um horizonte que nos conduzirá a um porto seguro, acolhendo-nos sedento por saber por onde temos navegado.

Este livro nasceu assim, de estradas percorridas ao longo da minha vida, de temas que povoaram minha mente e meu coração, de sensações que me apontavam um mundo melhor e uma crença inabalável de que nossa condição humana nos provê de tudo aquilo que necessitamos para, juntos, convivermos como irmãos na construção de uma terra melhor.

Para escrever este livro, percorri longas e complexas estradas, algumas delas pouco conhecidas. Acredito que sinalizei alguns caminhos para que aqueles que vierem depois de mim provem o gosto do risco, do diferente, da liberdade – e, com lógica e objetividade, sintam que a possibilidade de caminhos diversos é o que mais nos aproxima da realidade das coisas.

Escolhi temas que, segundo penso, mais se aproximam daquilo que meus possíveis leitores gostariam de encontrar, sem que deixassem de resgatar o sentido de

sua experiência imediata, num aqui-agora que lhes permitisse vivenciar a sensação de serem, de fato, pessoas à procura de si mesmas, em um mundo que parece estar perdendo seu sentido e significado em complexa desorganização.

Pensei, o tempo todo, numa possível estruturação deste livro em um duplo diálogo: 1) dos temas entre si, ou seja, da leitura de um tema para o outro, de tal modo que não produzisse no leitor um sentimento de estranheza por estarem juntos tantos assuntos distintos uns dos outros; 2) um diálogo provocativo num processo de inclusão sequencial, quase de confluência teórica, entre um e outro tema em busca de que o leitor alimentasse, desenvolvesse e criasse um conjunto harmonioso, gestáltico.

Na verdade, estou vivendo um sonho, que é escrever esta obra sem perder o sabor de um texto pensado epistemologicamente, de tal modo que leitores de diferentes áreas pudessem usufruir de nossa teoria de forma livre, num processo de socialização cultural e acadêmica.

Uma Gestalt-terapia para todos que desejem, por meio de uma teoria séria, competente e de qualidade, contribuir para o surgimento de um mundo melhor, sejam eles Gestalt-terapeutas, profissionais de outras áreas ou pessoas que, conscientes de seu papel, possam encontrar aqui respostas que os coloquem no caminho, seja de uma maior consolidação de nosso campo teórico, seja de um universo, cujos horizontes apenas começam a surgir, que receba de cada um de nós tudo aquilo que estamos necessitando.

E, em se tratando de Gestalt-terapeutas, que este texto sirva para expandir os limites de atuação da nossa abordagem em um mundo *des-norteado*, que se perdeu de si mesmo, mas que aspira, como mundo humano, à plenitude de uma configuração cujas partes, que somos nós, se apresentem como uma Gestalt plena.

Brasília, 10 de fevereiro de 2022.

JORGE PONCIANO RIBEIRO

1. FRITZ PERLS: O MESTRE¹

*Dentro e fora da lata de lixo
Ponho a minha criação
Seja ela vívida ou rançosa
Tristeza ou exaltação.*

*O que tive de alegria e aflição
Será reexaminado
Sentir-se sadio e viver na loucura
Aceito ou rejeitado.*

*Basta de caos e sujeira!
Em vez de confusão sentida
Que se forme uma gestalt inteira
na conclusão de minha vida.*

Confesso que tenho profunda consciência da minha responsabilidade ao fazer contato com Friedrich Salomon Perls no seu centenário.

Sinto-me como um viandante, perplexo diante da simplicidade e majestade das pirâmides. De um lado, uma figura clara, gritante até; do outro, um fundo misterioso, que me coloca diante do enigma.

Percorri vários caminhos antes de começar esta fala. Pensei em um discurso puramente acadêmico. Pensei em um relato da Gestalt-terapia pelo mundo inteiro. Nada me satisfazia. Deparei, então e de novo, com *In and out the garbage pail* [*Escarafunchando Fritz – Dentro e fora da lata de lixo*] (Perls, 1969).

Li uma, duas, três vezes, para colher na clareza de sua fala seu enigma e seu mistério e, ao mesmo tempo, sua luminosidade e capacidade incontestável de criar. Decidi. Vou escarafunchar Fritz.

Esse livro tem características que fazem seu autor inconfundível. Ele se descreveu com tais minúcias que tornam sua figura intensamente iluminada, como um ator contracenando a própria vida.

¹ RIBEIRO, J. P. “Fritz Perls – 100 anos”. Conferência de Abertura do IV Congresso Nacional da Abordagem Gestáltica, Vitória (ES), 1995.

Nele Fritz percorre, lenta, cuidadosa e criativamente, todos os principais conceitos da Gestalt-terapia. Fala sobre eles, critica-os. Explica as teorias de fundo que sustentam sua proposta. Fala sério e brinca com seus conceitos.

Ao longo do livro, o autor adota, para expressar, clarear e criticar suas ideias, o sistema de diálogo entre dominador e dominado. Assim ele pode criticar-se, refazer seus caminhos e, sobretudo, expandir sua consciência a respeito de si e do mundo.

Além disso, ilustra a obra com 210 caricaturas. Para cada tópico, para cada gesto, para cada emoção, para cada pensamento uma caricatura. O humor, o movimento, a capacidade de sintetizar, num traço, o diálogo entre as partes tornam a leitura interessantíssima e a compreensão facilitada, demonstrando como Perls era atento à sua experiência imediata e como a permissão para criar era algo intuitivo e vivido por ele no calor do aqui-agora.

Fritz fala sem reservas de todas as suas experiências. Chega, assim, ao extremo de sua coragem. Revela os fatos mais íntimos de sua vida, mostra a plenitude de seus desejos. Não esconde nada: fala de seus amores, de suas amadas e amantes, das formas mais diversas, experimentadas por ele, de amar e ser amado, de seus amores públicos e constantes, de seus mais variados jogos sexuais, envolvendo homens e mulheres – enfim, ele se despe completamente numa área em que, normalmente, muitos de nós têm medo dos próprios pensamentos.

Ele fez o que desejou fazer, sem medo nem restrições. Como aponta Bob Hall no prefácio da obra: “Você veio e fez o que queria fazer, e muitos de nós nos apaixonamos por você e por sua forma de ser. Você era o que dizia, e isso é raro entre os homens”². Ou, como dizia ele mesmo, “Tenho de ser o meu laboratório, tenho de ser a prova viva da minha teoria”. Falando de seus jogos sexuais, diz que Freud o chamaria de “pervertido polimorfo”.

Raríssimas pessoas tiveram a coragem de se mostrar sem máscaras, exatamente como se viam por dentro e por fora, em virtude dos prejuízos pessoais que tal atitude poderia causar.

Neste momento, algumas pessoas estão se intrometendo neste livro, resmungando por causa das divagações, desprezando-me por causa de minha falta de controle, ficando chocadas com minha linguagem, admirando-me pela minha coragem, confusas pela grande quantidade de traços contraditórios e desesperadas por não poderem me classificar.

² Como, ao longo do texto, o autor referencia a obra em inglês e realiza traduções dos livros, optamos por não apontar as páginas de onde foram extraídas as citações. Já nas citações extraídas da edição em português as páginas estão anotadas. [N. E.].