

A Gestalt-terapia e a questão do sagrado.

The Gestalt-therapy and the matter of the sacred.

Cibele Mariano Vaz

Universidade do Estado do Rio de Janeiro - Rio de Janeiro (RJ)
cibelevez@gmail.com

RESUMO

Com o intuito de despertar a atenção para a sacralidade da existência e do mundo o presente estudo enfatiza a experiência do sagrado como detentora da possibilidade de integração do existir. Norteados pelos pressupostos da Gestalt-terapia, entende-se que a psicoterapia funda ambiente facilitador dessa integração, por ser seu objetivo a interação das dissociações vivenciadas pelo cliente. A abertura para a entrada do sagrado oportuniza que o processo psicoterapêutico desfrute das potencialidades de ressignificação e *cura* inerentes a ele.

Palavras-chave: sagrado; psicoterapia; Gestalt-terapia.

ABSTRACT

With the intention of awakening the attention for the sacredly of the existence and the world the present study it emphasizes the experience of the sacred as detainer of the possibility of integration of existing. Guided for the estimated ones of the Gestalt-therapy it understands that the psychotherapy constitute surrounding easier of this integration, for being its objective the interaction of the fragment lived deeply for the customer. The opening for the entrance of sacred possibility that the psychotherapy process enjoys of the potentialities of inherent meaning and cure it.

Keywords: sacred; psychotherapy; Gestalt-therapy.

Fenômenos sociais facilmente observáveis, os relacionamentos norteados pela separação, a ansia em manter a individualidade e conseqüentemente a fragmentação do viver, aumentam a discussão acerca da importância da integração da existência humana. Tema alvo de discussão desde o pensamento dos filósofos da existência como Sartre, Marcel, Merleau-Ponty, Martin Heidegger, Jaspers e Kierkegaard (HALL & LINDZEY, 1984; PENHA, 1990), chegou a atualidade presente em teóricos como Eliade (1992), e se mantém em autores contemporâneos como Hycner (1995) e Cavalcanti (2005). De maneira geral, tais autores asseguram que a

dificuldade no contato com um sentido maior do ser provoca uma atitude de preservação e restrição em relação ao que é desconhecido, um retraimento em relação ao outro e, em consequência, impede o contato com uma forma mais profunda de existir. E é na busca pela psicoterapia, ambiente tido como favorável a momentos transformadores e transcendentais, que as pessoas inseridas no mundo contemporâneo tentam resgatar a totalidade de seu existir.

O presente artigo considera ser possível ampliar o processo psicoterapêutico, orientado na abordagem gestáltica, por meio da abertura para reconhecer e considerar a existência do sagrado na vida, por ser parte da totalidade da existência humana. Como já enfatizado por Buber (2004), a pessoa separada do sagrado conhece o mundo e a vida no mundo de forma incompleta. Nesse sentido, Cavalcanti (2005) afirma que o reconhecimento do sagrado constitui a abertura para possibilidade da consciência da unidade, da totalidade e da identidade mais intensa com o *self*, através de uma experiência, terapêutica em si, e capaz de promover a *cura*. Cabe ressaltar que a possibilidade do sagrado vivenciada de forma saudável e integrada, isto é, afastada do fanatismo presente em alguns espaços de religião institucionalizada, possibilita à pessoa tornar-se aberta, em contato com o mais íntimo dela mesma e também pode incitar a manifestação de seu verdadeiro *eu*, enfatiza Müller (2004). Sendo esta a perspectiva adotada no decorrer do texto.

Lentamente, observa-se o mundo passando por um processo de dessacralização, por intermédio das mudanças sofridas na relação do homem com o ambiente. De acordo com Pinto (2004), percebe-se uma falta de atenção do homem à necessidade de olhar profundamente as relações. Para sobreviver em um mundo dessacralizado, surge a necessidade do homem se forjar, ser forjado e forjar o mundo, da forma que lhe é possível, em um contexto que, alerta Ribeiro (1998), favorece o desenvolvimento de defesas, desconfianças e ausência de fé em si mesmo, no outro e no mundo. Buber (2004) assegura que a pessoa distancia-se do sagrado ao relacionar-se com o outro com o simples objetivo de usá-lo ou predominar sobre ele, afastando-se da relação e da presença (trans)formadora do outro em sua vida.

A tendência humana atual de busca de síntese e totalidade urge da necessidade de reverter esse contexto contemporâneo de dessacralização. Busca que se dá, segundo Müller (2004), em função do desejo de experienciar o sagrado, sempre presente a lembrar a pessoa que falta completude em sua vida. Deste modo, o sagrado espera, deseja ser tocado e ser fonte de transformação na vida da pessoa. Pensamento também confirmado por Buber (2004), que entende que a pessoa que conhece o sagrado torna-se capaz de conhecer também o sofrimento e a angústia de estar afastada dele, e ao mesmo tempo sabe que, de algum modo, ele está presente.

Ribeiro (2004) ressalta, entretanto, que há no ser um movimento natural de rejeição ou indiferença em relação àquilo que ele não compreende. No entanto, tal atitude conserva o modo usual de ver as coisas, mantém a pessoa no mundo profano, que Eliade (1992) define como aquele que ainda não foi sacralizado. Mas é neste que se encontra a iminência do sagrado, que pode se manifestar sobre qualquer forma material (Eliade, 1998). Como conclui Ribeiro (2005a) "o profano é a semente e o sagrado é a vida dentro dela que espera pelo momento da transcendência" (p. 79).

Eliade (1998) esclarece que a contradição entre sagrado e profano é apenas aparente, apesar de serem duas atitudes diante do mundo intensamente diferentes mas, ao mesmo tempo, não opostas. O autor considera ainda desconhecer algum objeto, ser ou planta que em algum momento não possa assumir sua sacralidade e, assim, desvendar algo além dele mesmo, embora continue a ser ele mesmo. O que significa dizer que uma planta sagrada não difere em nada das demais plantas; entretanto, para quem a vê como uma planta sagrada, sua realidade transcende para algo além dela. Como o sagrado se manifesta no profano, Piazza (1976) reitera que ele inevitavelmente voltará a ser profano. O que a afirmação de Buber (2004) confirma: “a contemplação autêntica é breve” (p. 63).

O sagrado não se expõe com clareza, é uma vivência inefável, surge pleno de mistério, acende perplexidades e arrebatava o ser, exerce fascínio e temor. Sua existência não é passível de comprovação, devido ao seu caráter irracional, o que impede também que sua riqueza seja expressa por palavras ou sentimentos comuns, assegura Giovanetti (2004). E Ribeiro (2005a) conclui: “o lugar do sagrado implica em acreditar que as coisas são maiores do que aquilo que vejo ou que o que eu vejo é infinitamente menor que a essência que se esconde sob a aparência das coisas” (p. 81).

O sagrado manifesta-se categoricamente diferente do que é profano, em relação a objetos ou pessoas pertencentes a esse mesmo mundo, como declara Eliade (1992). Ribeiro (2004) assinala que reconhecer o sagrado plenifica as potencialidades humanas, uma tendência natural para a totalidade do ser, está relacionada com a plenitude da existência, dando sentido à vida. Para o autor, trata-se da eterna busca humana de seu sentido e significado pessoal.

Compreender que o ser humano faz parte de uma totalidade maior e está invariavelmente integrado aos outros seres permite compreender o sentimento de irresistível atração pelo mistério do outro e o desejo de aproximar-se dele, que a seus olhos, de acordo com Giovanetti (1999), é tão belo e diferente. É por intermédio do diálogo e no contato com outro humano, a *alteridade*, que o ser consegue conhecer-se mais intimamente, pois cresce quando nutrido por algo maior que ele mesmo, o *entre*. Buber (2004) acredita que os momentos de encontro interpessoal profundo, a relação Eu-Tu, levam o indivíduo ao encontro do sagrado. Quando a relação Eu-Tu, o *entre*, tem papel de destaque na vida da pessoa, ela consegue ampliar sua consciência e o sentido de seu lugar no mundo. O contato com o sagrado ilumina e mobiliza a existência, ao ampliar a percepção do mundo.

Buber (2004) sustenta que o mundo das relações conjectura-se a margem do sagrado, seja na esfera da vida com a natureza, ou da vida com o homem ou da vida com os seres espirituais. Nessa mesma direção, Moraes (2002) entende o sagrado em todos os meios em que a pessoa consegue atingir a experiência transcendente, por exemplo, no contato com a natureza, com as pessoas ou com a arte.

Somente quando a pessoa atenta para o misterioso é que se torna capaz de ver o medíocre sacralizar-se. Como já citado por Eliade (1992, 1998) todas as coisas profanas podem tornar-se sagradas desde que olhadas com uma atitude reverencial.

Quando se considera a sacralidade de tudo pode-se entender que a contemplação do sagrado está em cada coisa, na beleza de cada ação que seja pura. Sendo possível reconhecê-lo em si mesmo, em uma flor, em uma pedra, em um animal, em cada amanhecer, em cada pôr-do-sol, na chuva ou na neve; para Ribeiro (2004), o sagrado acontece em qualquer hora do dia para aquele que o aceita.

A essência do sagrado está no absoluto diferente existente em todo ser e no mundo; para Ribeiro (2005a), "... o sagrado está em perceber a si e o outro como único, singular, irrepetível..." (p.84). Quando a pessoa é capaz de proferir um olhar diferente, ela transcende o significado comum e consegue notar no que era apenas material um significado pessoal, sagrado, capaz de transformar a existência. Da mesma maneira, Alves (2004) acredita que a alegria, a energia, o amor, a descoberta do outro se tornam tão imperiosos que se revestem de um significado sagrado para quem os experiencia. Cada pessoa encontra suas maneiras singulares de vivenciar o sagrado, encontro que para Müller (2004) se dá no aqui e agora, na presença, e independe do espaço e do tempo. Posição que está de acordo com o pensamento de Buber (2004), que assegura: o sagrado não encerra coerência com o tempo ou com o espaço.

A Gestalt-terapia, segundo Holanda (1998), encontra seus alicerces fundados em influências filosóficas humanistas, existenciais e fenomenológicas; desse modo, torna-se imprescindível e inevitável que sua visão seja holística. O que é confirmado pelo objetivo da Gestalt-terapia traçado pelo seu mais difundido pensador: para Perls (1973), a Gestalt-terapia objetiva que o cliente não se interrompa mais ao alcançar a interação de suas partes dissociadas; portanto, como complementa Ribeiro (2004), há a necessidade de não *dicotomizar* ou *atomizar* as experiências do cliente.

Para Maciel (2004), a psicoterapia se baseia em uma abordagem compreensiva e fenomenológica, em que a escuta do psicoterapeuta permite o desvelamento do horizonte existencial do cliente. E não considerar o cliente em sua totalidade, segundo Pinto (2005), significa cuidar dele de forma parcial. Ribeiro (2004) concorda ao relatar que sem o compromisso com a totalidade da existência a psicoterapia fica empobrecida, torna-se parcial, incompetente, podendo chegar a ser dispensável.

Voltar-se para o homem, na tentativa de compreendê-lo em sua totalidade, significa para Giovanetti (1999) compreender melhor sua existência e auxiliá-lo na descoberta do caminho para integrá-la. Colaborando com a discussão, Pinto (2005) afirma que é esta atitude que propicia ao psicoterapeuta aproximar-se do *ser* do cliente e com isso, mediar a busca pela sua essência e então, ser capaz de *consagrar* sua existência.

O processo de autoconhecimento, assegura Alves (2004), torna-se possível somente quando a pessoa se permite ser conhecida pelo outro. Nessa mesma linha, Feldman (2004) apreende o encontro como o responsável por dar à vida o seu sentido e significado. Spangenberg (2004) assegura que para o encontro acontecer é necessário expor-se, mostrar-se, dispor-se à entrega e à perda do controle, o que muitas vezes torna-se ameaçador. Contudo, segundo Hycner e Jacobs (1997), apenas com o abandono do autocontrole é possível a emergência de uma realidade

maior. Da mesma forma, Yontef (1998) considera o encontro, o compartilhar profundo do *self*, como o portador da possibilidade de *cura*.

A *cura*, na perspectiva dialógica da Gestalt-terapia, deriva da relação. O cliente se abre para relação, acredita Moraes (2002), a partir do momento em que sente o respeito a sua individualidade por parte do psicoterapeuta. Nesse percurso, torna-se essencial o psicoterapeuta voltar-se para a singularidade da pessoa que se apresenta a ele, ao estar presente, interessado e disponível, ao praticar a inclusão, a confirmação e suspender os *a priori*s. Tais atitudes tornam possível acessar a totalidade da pessoa, considerá-la como um *ser* responsável e dotado de poder sobre suas relações, assegura Holanda (1998). No entendimento de Ribeiro (2004), a Gestalt-terapia carece voltar sua atenção para o estudo do sagrado, como ele é experienciado e se revela agente de transformação na vida cotidiana, para assim, tornar-se capaz de penetrar no mistério do cliente.

A psicoterapia consegue acessar profundamente a sensibilidade humana, penetrar no mistério de suas incertezas sem tentar encontrar explicações para o sofrimento humano, quando o psicoterapeuta baseia seu contato com o cliente no fluir de sua própria humanidade. Yontef (1998) considera que, no encontro psicoterapêutico, quando cliente e psicoterapeuta desvendam e expressam seu ser autêntico, torna-se possível uma atitude de mutualidade e um fluxo livre de afetividade. O que permite concluir, de acordo com Moraes (2002), que o psicoterapeuta não está imune ao contato com o que o cliente tem de *melhor*, com o sentido maior de sua existência, pois o contato com o outro lhe possibilita encontrar o que tem de *melhor* nele mesmo, tanto como profissional quanto como pessoa. Portanto, há na relação um sentido de reciprocidade, em que o psicoterapeuta forma e é formado pelos seus clientes.

No processo psicoterapêutico, em que o foco está voltado para a busca da totalidade do cliente, o sagrado é uma graça que pode surpreender e arrebatá-lo psicoterapeuta e cliente, quando em contato profundo consigo e com o outro, alcançam o cerne de suas existências, expandindo suas possibilidades. Para Ribeiro (2005b), o sagrado surge como fruto do acaso existencial. Ao procurá-lo não há nenhuma garantia de encontrá-lo, sobre ele ninguém exerce poder, entretanto somente quando há abertura para essa busca é possível reconhecê-lo. Buber (2004) assegura que procurar o sagrado é uma atitude essencial da pessoa, porém há de se ter claro que não é a procura que possibilita o encontro, pois o sagrado encontra-se com a pessoa por graça. Ser capaz de contemplar o mundo como espaço sagrado deixa a pessoa na presença dele.

A abertura para o diálogo, no processo psicoterapêutico, possibilita tanto ao cliente quanto ao psicoterapeuta depararem-se com momento fértil para a manifestação do sagrado – possibilidade terapêutica transformadora. No entanto, garante Müller (2004), a abertura para deixar-se tocar pelo sagrado depende de cada um e é determinada pela disponibilidade pessoal. Então, o desafio do psicoterapeuta consiste em estar inteiramente presente diante do que possa emergir na sessão, reverenciar o cotidiano e ser capaz de reconhecer e favorecer a abertura para o sagrado em cada momento de seu cliente. Atitude que viabiliza o estabelecimento de um funcionamento mais saudável e integrado ao propiciar ao cliente um senso mais estável da identidade.

O cliente, e as pessoas em geral, conseguem perceber o mundo de forma sagrada quando estão integrados à sua totalidade. A perda da conexão consigo e com o outro inviabiliza a conexão com o sagrado. Dentro do processo psicoterapêutico, cliente e psicoterapeuta podem criar um espaço para transformarem-se, no contato íntimo e autêntico de entrega e perda do controle sobre o outro e sobre a vida, momento em que é possível perceber que tudo se ilumina de significado e sentido, instaura-se a possibilidade do cliente deixar de vivenciar apenas suas limitações e se tornar aberto para descobrir o sagrado e as possibilidades inerentes a ele. Müller (2004) conclui: quando a pessoa é tocada pelo sagrado surge nela a convicção de que sempre há possibilidade de poder recomeçar a vida.

O sagrado e a psicoterapia, sustenta Maciel (2004), coincidem na intenção, comum a ambas, de religar a pessoa a si mesma e às suas fontes mais genuínas. Desta forma, o percurso do presente artigo visa apontar a possibilidade e as implicações de reconhecer o sagrado como parte integrante e integradora da vida e em especial da psicoterapia, como os autores citados vêm fazendo, ao mostrar a potencialidade de ressignificação e *cura* inerentes à abertura para entrada do sagrado na vida.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALVES, V. P. (2004). Fenomenologia da religião: pesquisas sobre experiência religiosa com universitários e suas implicações para o ensino religioso. In A. F. Holanda (Org.), *Psicologia, religiosidade e fenomenologia* (pp. 79 - 96). Campinas: Alínea.
- BUBER, M. (2004). *Eu e tu*. São Paulo: Centauro.
- CAVALCANTI, R. (2005). *O retorno do sagrado*. São Paulo: Cultrix.
- ELIADE, M. (1992). *O sagrado e o profano: a essência das religiões*. São Paulo: Martins Fontes.
- Eliade, M. (1998). *Tratado de história das religiões*. São Paulo: Martins Fontes.
- FELDMAN, C. (2004). *Encontro: uma abordagem humanista*. Belo Horizonte: Crescer.
- GIOVANETTI, J. P. (2004). A vivência religiosa no mundo (pós) moderno. In V. A. A. Camon (Org.), *Espiritualidade e prática clínica* (pp. 111-126). São Paulo: Pioneira.
- _____, J. P. (1999). O sagrado e a experiência religiosa na psicoterapia. In M. Mahfoud & M. Massini (Org.), *Diante do mistério: psicologia e senso religioso* (pp. 87-96). São Paulo: Loyola.
- HALL, C. S. & LINDZEY, G. (1984). *Teorias da personalidade* (vol. 2). São Paulo: EPU.

- HYCNER, R. (1995). *De pessoa a pessoa: uma psicoterapia dialógica*. São Paulo: Summus.
- _____, R. & JACOBS, L. (1997). *Relação e cura em Gestalt-terapia*. São Paulo: Summus.
- HOLANDA, A. F. (1998). Saúde e doença em gestalt-terapia: aspectos filosóficos. *Estudos de Psicologia* (PUC-Campinas), 15 (2): 29-44.
- MACIEL, J. C. (2004). O indisponível e a psicologia: a dimensão espiritual no pensamento de Viktor Frankl. In A. F. Holanda (Org.), *Psicologia, religiosidade e fenomenologia* (pp. 11-36). Campinas: Alínea.
- MORAES, C. C. (2002). *Trabalhando com os fenômenos religiosos e espirituais: uma proposta metodológica para avaliação da experiência de ampliação da consciência no processo grupal*. Tese de Doutorado, não publicada, Universidade de Brasília, Brasília.
- MÜLLER, W. (2004). *Deixar-se tocar pelo sagrado*. Petrópolis: Vozes.
- PENHA, J. (1990). *O que é existencialismo*. São Paulo: Brasiliense.
- PERLS, F. (1973). *A abordagem gestáltica e testemunha ocular da terapia*. Rio de Janeiro: LTC.
- PIAZZA, W. D. (1976). *Introdução à fenomenologia religiosa*. Petrópolis: Vozes.
- PINTO, E. B. (2004). Reflexões sobre solidariedade, educação e postura de vida. In A. F. Holanda (Org.), *Psicologia, religiosidade e fenomenologia* (pp. 147-162). Campinas: Alínea.
- _____, E. B. (2005). As realidades últimas e a psicoterapia. *Anais do XI Encontro Goiano da Abordagem Gestáltica*, 11, 91-98.
- RIBEIRO, J. P. (2005a). O sagrado para além da psicoterapia. *Anais do XI Encontro Goiano de Abordagem Gestáltica*, 11, 79-90.
- _____, J. P. (2005b). *A experiência religiosa do sagrado*. Trabalho apresentado, não publicado, no I Simpósio de Estudos da Religião da UnB, Brasília.
- _____, J. P. (2004). Religião e Psicologia. In A. F. Holanda (Org.), *Psicologia, religiosidade e fenomenologia* (pp. 11-36). Campinas: Alínea.
- RIBEIRO, W.F.R. (1998). *Existência → Essência*. São Paulo: Summus.
- SPANGENBERG, A. (2004). *Terapia gestáltica e a inversão da queda*. São Paulo: Livro Pleno.
- YONTEF, G. M. (1998). *Processo, diálogo e awareness*. São Paulo: Summus.