

## **Pensando gestalticamente a contemporaneidade**

**Thinking contemporaneity throught the Gestalt-therapy approach**

**Lauane Barocelli Nunes**

## RESUMO

Este trabalho busca desenvolver uma reflexão sobre o contexto contemporâneo a partir da visão de homem e de mundo subjacente ao paradigma que sustenta a abordagem gestáltica. Inicialmente, o artigo busca focalizar a contribuição que este paradigma, com a complexidade que lhe é inerente, pode oferecer para a compreensão acerca dos problemas do mundo atual. Num segundo momento do artigo, descrevo algumas características fundamentais de nosso tempo, dentre os quais se destaca a ênfase contemporânea nos valores da economia de mercado capitalista, pautada no consumo. A partir disto, busco desenvolver a discussão sobre as implicações destes aspectos para o indivíduo-no-mundo, segundo o olhar da Gestalt-Terapia. Como conclusão, ressalto a necessidade de que o psicólogo gestáltico empreenda uma reflexão crítica acerca do contexto em que vivemos na contemporaneidade, resgatando a perspectiva relacional que marca a Gestalt-Terapia e concebe o indivíduo-em-relação indicotomizável com o contexto em que se constitui.

**Palavras-chave:** Contemporaneidade; Gestalt-terapia; Indivíduo-em-relação;

---

## ABSTRACT

This work aims to develop a reflection about the contemporary context starting from the vision of man and world behind the paradigm that supports the gestalt-therapy approach. The first part of the article focuses on the contribution that this paradigm, with the complexity inherent to it, can offer for understanding the problems of the today's world. In the second part of the article, we describe some fundamental characteristics of our time, among which stands out the contemporary emphasis on the values of the capitalist market economy, based on consumption. From this, we come to the discussion on the implications of these aspects for the individual-in-the world, under the perspective of Gestalt therapy. In closing comments of the article, it is stressed the need for the gestalt-therapist undertake a critical reflection on the context in which we live in contemporary world, rescuing the relational perspective that is the signature of Gestalt therapy and conceives the individual-in-relationship useparable with the context that constitute himself.

**Key words:** Contemporary context; Gestalt-therapy; Individual-in-relationship;

---

A palavra "Gestalt" tem o sentido de totalidade, configuração, interdependência entre partes que formam um 'todo'. Para além do mero significado do termo, a abordagem gestaltica assume uma ótica que ainda hoje pode ser considerada ousada e, talvez, revolucionária: qualquer todo – uma obra de arte, uma pessoa, o mundo - só pode ser compreendido pela interação complexa entre as partes que o compõem, interação esta que não é da ordem da acumulação, mas da superação. Ou seja, ao interagir no todo, cada parte é superada ao ser afetada e transformada pelas outras 'partes' com que se relaciona. Da mesma forma, o próprio 'todo' supera a soma das partes que o compõem, transcendendo-as.

Tal perspectiva – inspirada, em Gestalt-terapia, no holismo de Smuts<sup>1</sup> - põe em cheque as dicotomias históricas às quais temos sido, artificialmente, submetidos: natureza x cultura, corpo x mente, razão x afetividade, indivíduo x sociedade e outras. Para a Gestalt-terapia, estes aspectos não são vistos de maneira isolada. Além disso, nenhum deles se impõe ao outro em relação de superioridade, oposição e hierarquia: a cultura não é mais marcante que a natureza, a mente que o corpo, o indivíduo que as determinações históricas e sociais, bem como também são falsos os contrários destas hipóteses e até mesmo a simples separação entre tais aspectos. O homem integra todas estas dimensões, numa perspectiva complexa e global com faces nunca inteiramente objetivas nem subjetivas, sociais ou biológicas, individuais ou culturais.

Tal complexidade que, desde a gênese, marca a Gestalt, é apontada hoje, mais de cinqüenta anos depois, por diversos autores do âmbito das Ciências Sociais como uma resposta necessária e acurada para os problemas do mundo contemporâneo (Morin, 2000; Plastino, 2005; e outros).

A este respeito, diz Morin (2000a):

*“Unidades complexas como o ser humano ou a sociedade são multidimensionais: dessa forma, o ser humano é ao mesmo tempo biológico, psíquico, social, afetivo e racional. (...) O conhecimento pertinente deve reconhecer este caráter e nele inserir seus dados: não apenas não se poderia isolar uma parte do todo, mas as partes uma das outras (...).” (p.38).*

De maneira congruente a esta perspectiva, a Gestalt-terapia transcende a visão dicotômica, reducionista e pouco complexa do mundo, delineando uma visão de homem e de mundo que substitui a conjunção alternativa 'ou' – que separa e fragmenta - pela aditiva 'e' – que relaciona e integra. Ou seja, gestalticamente, o homem é a um só tempo, individual **e** social, livre **e** determinado, biológico **e** cultural, singular **e** dotado de regularidades no coletivo. Com isso, devolve ao homem e aos problemas do mundo a complexidade que lhes é inerente, substituindo o vício reducionista de

---

<sup>1</sup> Conceito implicado a uma visão sistêmica que, ao contrapor-se às concepções atomistas sobre o mundo, abraça uma perspectiva que considera as totalidades dos fenômenos.

dicotomização do real pela valorização do global. Deste modo, evita-se a polarização que desenvolve uma parte e aliena a outra, insistindo em ver incompatibilidade e hierarquia onde há complexidade, 'unidualidade' e inter-relações entre partes de um todo único.

Nesta perspectiva, ainda que estejamos lidando com aspectos polares de uma questão, gestalticamente enxergamos, através da aparente oposição, correlações implícitas. Lima (2005) remetendo-nos a Capra, Morin e a Prigogine, observa que tal compreensão gestáltica, ao conceber a relação entre polaridades, se alia ao questionamento que vem sendo realizado no campo científico contemporâneo acerca do reducionismo presente no pensamento da ciência clássica que, ao abordar a realidade de forma estática, aliena a visão integrativa capaz de abarcar a interação dinâmica entre os opostos.

Morin (2000b), analisando a questão, observa que ao separarmos, artificialmente, o que está 'tecido junto', polarizando a energia na análise de partes isoladas e negligenciando a sistematicidade destas no todo, podemos, ainda que involuntariamente, desordenar a estrutura com a qual estamos lidando.

Para servirmo-nos de uma questão atual que dê materialidade a estas reflexões, os progressos históricos que conhecemos na contemporaneidade, ao mesmo tempo em que amplificam nosso conhecimento e domínio das partes, nos torna, por vezes, pouco sensíveis para a interação que estas partes estabelecem no todo (Morin, 2000c).

Neste cenário, podemos dizer que, historicamente, sempre foi do interesse da economia, considerada isoladamente, o crescimento da produtividade, a substituição de trabalhadores por máquinas etc. Entretanto, sob uma ótica mais holística, mexer apenas nesta parte sem cuidar das conseqüências que gera, tal crescimento pode se revelar – como infelizmente vem acontecendo –, um desastre para os interesses globais da Humanidade. Desta maneira, não se trata de invalidar o crescimento do domínio sobre "as partes" (neste caso, representado pelas forças produtivas e automação do mundo), trata-se de posicioná-las num contexto mais amplo que torne visível suas interações e sua sistematicidade (Plastino, 2005a).

Assim, é a sabedoria de uma visão holística que poderia 'casar' com a ótica cartesiana - que apesar de tão execrada, também é útil e necessária para determinados aspectos da vida humana - de modo a substituímos um olhar fragmentador por uma visão ampla e conseqüentemente mais lúcida do mundo. A meu ver, a Gestalt-terapia, se ainda não atingiu a maturidade nesse processo, possui bases fundamentais para a operação deste olhar.

A despeito da carga de pessimismo que acompanha a maioria de nossas análises sobre a contemporaneidade, assistimos nos dias de hoje ganhos construtivos para a experiência dos indivíduos no mundo - alguns deles, aliás, calcados exatamente na ótica cartesiana sobre o conhecimento -. Para apenas mencionar alguns deles: tornamo-nos, em certo sentido, menos vulneráveis às

catástrofes naturais; assistimos a progressos médicos importantes para a vida humana; com o computador, os meios de comunicação em massa, aumentamos nosso *potencial* de comunicação e informação; no domínio íntimo, somos mais autônomos, mais livres de prerrogativas e protocolos tradicionais...

Entretanto, complexificando a questão, todos estes avanços, como sabemos, não estão todos igualmente disponíveis, nem foram somente benéficos para as pessoas do mundo. Junto com eles, crescemos também em desemprego, miséria, esvaziamento ideológico, alienação, solidão, banalização, virtualização do *contato*<sup>2</sup> e insegurança.

Diante disto, sob o paradigma da racionalidade moderna determinista e parcial, nas malhas de um sistema sócio-econômico específico, desenvolvemos uma fantástica capacidade de produzir e de individualizar o mundo, às custas, por outro lado, da miséria e da alienação das massas, bem como das necessidades mais subjetivas do humano.

Neste sentido, o problema não está, como algumas análises sobre o nosso mundo contemporâneo parecem sugerir, nos avanços da ciência ou da tecnologia, vistos de forma isolada, nem mesmo na derrocada da religião e da família tal como eram representadas. Aliás, gestalticamente, a pergunta certa para compreendermos melhor nossa experiência cotidiana na contemporaneidade, não é 'por que' e sim: 'como'. Sendo assim, o cenário social que assistimos hoje não é um efeito mecânico de *causas* como a tecnologia, a ciência, a produtividade da economia e a diluição dos princípios tradicionais, mas é o resultado de como tal cenário foi se construindo, sob que bases, que *fundo*, que contexto, que tipo de racionalidade e configuração de forças políticas e econômicas.

Neste sentido, o processo capitalista e neoliberal de crescimento da produtividade e da economia, sem uma racionalidade mais holística que considere a existência de todas as outras dimensões da vida, induz, como tem acontecido, à desorganização do todo social e humano e garante, apenas, o processo de enriquecimento que interessa apenas a algumas partes dominantes no mundo (Plastino, 2005b).

Lyotrad (1979) pode nos ajudar a pensar a questão ao observar que, na contemporaneidade, num processo engendrado a partir da emergência do saber científico – que assume o centro do palco social contemporâneo - os saberes narrativos, que fazem parte da liga cultural, das histórias dos antepassados, assim como os saberes intuitivos, nossos afetos e espiritualidade perdem grande parte do crédito. O cientista interroga a validade

---

<sup>2</sup> Segundo Fonseca (2008) *contato* é um conceito calcado no paradigma fenomenológico existencial e se traduz pela 'vivência pré-reflexiva e pré-teórica, pré-conceitual, presentativa e não re(a)presentativa' (p. 2), num modo de ser que supera a dicotomia entre sujeito-objeto e a relação objetivista com a experiência na medida em que se dá na vivência fenomenológica existencial do ser enquanto se desdobra para as suas possibilidades. Polster & Polster (2001a) acrescentam que na experiência do ser-no-mundo, o contato é 'o sangue vital do crescimento, o meio para mudar a si mesmo e a experiência que se tem do mundo' (p. 113).

destes saberes e constata a ausência de argumentação e prova, desqualificando-os como primitivos, selvagens, carregado de opiniões, preconceitos, ideologias. Com isso, acaba por descartar, sem o saber, dimensões constitutivas do ser, como às referentes ao campo de sua história singular e cultural, de seu imaginário, espiritualidade e também de seu mistério ou daquilo que não pode ser dito em palavras, nem negado, nem afirmado: nem mesmo pelos cientistas.

A Gestalt-terapia, fundada na filosofia existencialista, se aproxima da crítica do autor, apostando no caráter misterioso, surpreendente e inexplicável da vida humana. Além disso, contesta a primazia da razão conceitual, valorizando, a seu lado, outras linguagens e funções de contato<sup>3</sup> com o mundo que não falam, necessariamente, a língua dos números, mas a língua de nossos sentidos, sentimentos, imaginação, afeto e intuição, sendo estas, outras '*partes*' igualmente valiosas para compor o todo único que é o homem.

Neste ponto, levanto a questão: que tipo de discussão a Gestalt-terapia, com sua visão holística de homem e de mundo, pode suscitar sobre a experiência contemporânea?

Sem a pretensão de respondê-la em definitivo, pretendendo apenas, no âmbito deste artigo, levantar e alimentar a discussão podemos começar lembrando que a Gestalt-terapia focaliza no centro de suas preocupações, o ser-no-mundo, buscando salvaguardar sua natureza relacional e contextualizada e seu potencial transformador. Sendo assim, a análise do contexto histórico e social é, por princípio, importante e necessária para a Gestalt-terapia.

Além disso, a abordagem gestaltica tem, no conceito de *contato*, um dos cerne de sua proposta teórica. Trabalhamos então pelo contato mais satisfatório do indivíduo consigo mesmo, com suas necessidades organísmicas<sup>4</sup>, com o outro e com a vida, na busca de um sentido mais pleno de ser e estar no mundo. Neste sentido, é uma abordagem que se orienta para além da patologia, centrando-se na existência, com as angústias e maravilhas de ser humano. Como analisam Polster & Polster (2001a), o trabalho do gestalt-terapeuta é demasiadamente rico, não se limitando à doença, ou à cura desta. Assim, para além da doença, focalizamos a vida, valorizamos a autenticidade e a realidade das emoções humanas, acreditamos em relações significativas, na vivacidade do aqui-e-agora, do *encontro*<sup>5</sup> e do diálogo.

---

<sup>3</sup> Polster & Polster (2001b) descrevem sete funções de contato: olhar, ouvir, tocar, falar, mover-se, cheirar e provar. Através da fluidez destas funções, o contato pode ser conseguido e, pela sua interrupção, evitado ou bloqueado.

<sup>4</sup> Termo herdado da Teoria Organísmica de Goldstein, referindo-se às necessidades (não somente no domínio biológico) que o organismo busca atender nas suas relações com o meio através de processos de homeostase e auto-regulação (Rodrigues, 2007).

<sup>5</sup> O conceito de Encontro é, em Gestalt-terapia, inspirado na filosofia buberiana que observa duas atitudes básicas de ser-no-mundo: as atitudes *Eu-Tu* e *Eu-Isso*, as quais se alternam e se mesclam dinamicamente na existência humana. A atitude *Eu-Tu* possibilita a vivência do

Mas como é viver a perspectiva gestáltica nos dias de hoje? Que ambiente nosso meio sócio-cultural tem oferecido para a realização da proposta gestáltica? A quantas anda, em nosso contexto atual, a promoção do contato autêntico e real consigo, a realização do encontro pleno com o outro, a valorização da experiência presente e a discriminação de necessidades organísmicas?

## **O ambiente contemporâneo**

A fim de ingressarmos, aqui, na discussão sobre tais questionamentos, gostaria de apresentar uma definição esquemática, porém sensível, acerca do conceito 'contemporaneidade', também denominada, por alguns autores, de 'pós-modernidade'.

“O fantasma pós-moderno invadiu o cotidiano: com a tecnologia eletrônica de massa e individual, visando à sua saturação com informações, diversões e serviços. Na Era da Informática, que é o tratamento computadorizado do conhecimento e da informação, lidamos mais com signos que com coisas. Na economia, ele passeia pela ávida sociedade de consumo, agora na fase do consumo personalizado, que tenta a sedução do indivíduo isolado até arrebanha-lo para sua moral hedonista. A fábrica, suja, feia, foi o templo moderno; o shopping, frenético em luzes e cores, é o altar pós-moderno. Mas foi na arte que o fantasma, ainda nos anos 50 começou a correr mundo. Os pós-modernistas querem rir levianamente de tudo (...). Encarna também nos estilos de vida e filosofia, com o niilismo, a ausência de valores e de sentido para a vida. Mortos Deus e os grandes ideais do passado, o homem moderno valorizou a arte, a história, o desenvolvimento, a consciência social para se salvar. "Dando adeus a estas ilusões, o homem pós-moderno já sabe que não existe céu nem sentido para a história e assim se entrega ao presente e ao prazer, ao consumo e ao individualismo” Santos, (1997a, p. 19).

Neste contexto, a contemporaneidade especializa, na cultura ocidental, uma progressiva diluição das referências tradicionais do passado – preconizadas, sobretudo, pela religião e as correlatas leis inflexíveis da tradição social – enquanto desenvolve uma nova, fugaz e sutil referência: o mercado, e sua

---

Encontro, onde se experimenta, de modo fugaz e pré-reflexivo, a integração com o mundo e com o outro (Boris, 1987).

correlata lógica do consumo.

Diante do vazio de modelos a serem seguidos o mercado é o único ‘modelo’ que resta e que possui as características necessárias para não ser nem percebido como um modelo impositivo e externo ao indivíduo, mas que, por isso mesmo, se imiscui na existência social de maneira sutil, mas perturbadora.

Segundo esta lógica, que passa sob os meandros do pensamento neoliberal, a contemporaneidade proclama que somos e devemos ser livres. Livres para sermos o que quisermos. Surgem os lemas nos livros de auto-ajuda e na mídia: ‘você é a pessoa mais importante da sua vida’ ‘tudo é possível’; ‘o sucesso é ser feliz’ dentre outros slogans recorrentes. Com isso, é fácil notar uma polarização em relação ao passado no que diz respeito ao que é socialmente desejável. Isto é, se anteriormente éramos atados por obrigações coletivas com ligas fortes demais e, portanto, limitantes, acabamos desbancando para um individualismo igualmente limitante que renega a pertença do indivíduo à coletividade. Com isso, negligencia-se o fato de que o humano, ao mesmo tempo em que é livre, único e particular, necessitando efetivamente ter sua individualidade valorizada e respeitada, também é, e sempre será, um ser *em-relação*.

Neste sentido, se antes o indivíduo<sup>6</sup> estava alienado num mundo de obrigações coletivas segundo as quais, precisava seguir a-criticamente os dogmas da religião e da tradição, hoje, corre o risco de alienar-se na filosofia do ‘cada um por si’, na qual, também a-criticamente, repete de forma mecânica uma lógica estranha ao humano e, paradoxalmente, ao cuidado de si. Ao invés disto, muito mais do que livres e *por si*, os indivíduos, não raro, se encontram perdidos e isolados, tornando-se presas fáceis *para o mercado*.

Além disso, como observa Bauman (2004a), a contemporaneidade assiste a uma mercantilização da auto-realização, o que, podemos dizer, vai pouco a pouco nos distanciando do sensível e difícil ajuste de nossas necessidades orgânicas às demandas do meio enquanto se torna atrelada às necessidades criadas e induzidas pela lógica mercadológica do mundo e da vida.

## **Contemporaneidade e contato**

“Com a televisão, a mídia, a publicidade, a internet, vamos progressivamente apagando a diferença entre o real e o imaginário, ser e aparência. Fica apenas o simulacro passando por real. Mas o simulacro, intensifica o real. Ele fabrica um hiper-real, espetacular, um real mais real e mais interessante que a própria realidade. Com isso, somos levados a exagerar nossas expectativas e modelamos nossa sensibilidade por imagens sedutoras.” (Santos, 1997b).

---

<sup>6</sup> Estamos falando aqui de ‘indivíduo’ a partir de uma perspectiva sociológica, ou seja, em como cultura modela, de forma generalista, os indivíduos, sem desconsiderar, com isso, singularidades e rupturas dentro deste processo.

Na cultura contemporânea da imagem, descrita pelo autor, a experiência de contato corre o risco de se diluir como um recurso disponível ao indivíduo contemporâneo 'médio'.

Num mundo em que as imagens têm mais valor e recebem mais atenção do que a realidade em si, esta relação rica com a experiência imediata – subjacente a um bom contato consigo e com o mundo - entra em cheque.

Para começar, a valorização da imagem, fundada, como apontado acima, nas leis de consumo e na espetacularização da vida pela mídia, inclui ritmo e propriedades diferentes da experiência de contato. Contato exige aproximação e afastamento, um envolvimento pessoal e suscetível na experiência presente. Diferentemente, consumo e captação de imagens possuem ritmos acelerados, impulsivos, no mesmo compasso das tais frenéticas luzes e cores dos shoppings centers. Além disso, não supõem envolvimento pessoal na experiência presente, mas, ao contrário, estão baseadas em fantasias e *introjeções* do imaginário social acerca do que é ou não necessário, bonito, útil, valioso.

O calor das experiências e a discriminação das próprias necessidades individuais que, por sua vez, exigem o tempo e energia disponível para o reconhecimento, acabam, portanto, por esmorecer diante da sedutora e imediata manipulação da aparência. Neste processo, o contato está em cheque-mate. No lugar da vivacidade do contato, ficamos com o espetáculo, um hiper-real, aparentemente mais sedutor e atraente que a realidade em si. Como não temos tempo para seguir além das aparências, avaliando de maneira *aware* e crítica o que está “*por detrás*” dela, escolhemos o espetáculo e negligenciamos o real. Para complicar, na experiência interna, ao negligenciar o real, o *si-mesmo* também é negligenciado.

Ao lembrarmos a célebre frase de Fritz “*esqueça a mente e recobre os sentidos*” atestamos, mais uma vez, o quanto a cultura do simulacro nos afasta desta proposta. Ao contrário do que pode ser compreendido através de uma leitura superficial do significado desta frase, a defesa gestáltica não é por uma liberalização inconseqüente e irresponsável. A valorização dos sentidos, não é, tampouco, valorização da imagem e da aparência, mas de um contato atento e *aware* com o mundo onde procuramos utilizar nossos sentidos de maneira rica, semelhante ao movimento do artista ou do monge que realmente vê o que está olhando, ouve o que escuta, sente o que se toca e, assim, permanece com o que é.

No cenário contemporâneo, tendemos a estabelecer um contato imediatista, utilitário e superficial com o mundo, no qual, bem antes de recobramos os sentidos, somos cooptados, sem nos dar conta, pela imagem que, sedutora e habilmente, se faz de real e nos leva a fantasiar o que, de fato, não está ali.

Vale lembrar que a imagem que pode nos seduz não é qualquer imagem, nem tampouco a imagem que escolhemos. A imagem que seduz já ‘está em nosso sangue’, nos tendo sido vendida e sutilmente imposta. Sendo assim, quando

escolhemos uma bijuteria, uma roupa, ou até uma pessoa, muitas vezes não o fazemos numa opção existencial, com contato e *awareness*<sup>7</sup>, ou seja, com uma consciência mais global do que estamos fazendo e querendo. É, comumente, uma escolha condicionada e impulsiva, ou ainda, como diria Bauman: uma escolha boa para o consumo.

A auto-exigência por beleza, além de, em muitos casos, ser excessiva, é calcada em critérios apriorísticos do que é belo, critérios estes dados pelo sistema. Com tanta preocupação com a própria aparência e com a dos outros, o potencial de presença efetiva e real do ser no mundo é minimizado, e conseqüentemente o estar humanamente presente, única maneira de relacionar-se com os outros e com a vida, se torna um desafio para o homem / mulher contemporâneo(a).

Desta forma, se adotamos a metáfora gestáltica e pensarmos que o mundo nos alimenta, este alimento pode estar virando um 'bloco indigesto' no organismo do ser contemporâneo. Ao invés de mastigar o alimento que o mundo dá - o que favoreceria a discriminação e 'destruição' da substância recebida a fim de verificar, por seus próprios meios, se vamos aceita-la ou rejeita-la - o indivíduo contemporâneo *introjeta* o alimento do mundo como uma criança engole o leite da mãe, de maneira a-critica e passiva, com insuficiente habilidade de envolvimento e com baixa responsabilidade na experiência.

Até porque, como foi apontado anteriormente, a capacidade crítica do indivíduo contemporâneo foi, progressivamente, sendo diluída no reino do imediatismo. Sendo assim, o envolvimento com qualquer assunto ou experiência mais existencial é evitado. Na contemporaneidade, prefere-se rir. Rir levemente de tudo. Neste sentido, as participações, em qualquer assunto e experiência serão participações brandas, frouxas, sem um envolvimento mais autêntico, contínuo e deliberado e, se alguma situação ou tema existencialmente mais complexo começa a rondar, a *deflexão* freqüentemente marca presença de modo a 'cortar o assunto' e manter, inalterado, o *status quo*.

Na lógica do chamado "neo-individualismo pós-moderno" (Santos, 1997c, p.17), no qual o sujeito vive com poucos e raros projetos e ideais, a não ser cultivar sua auto-imagem e buscar sua satisfação no aqui e agora, a consideração do passado, bem como os projetos para o futuro que exigem esforços significativos são ilusões e perdas de tempo nos quais não se deve incorrer. O *aqui e agora* é tudo. Entretanto, a valorização deste *aqui e agora* não tem, em absoluto, nenhuma congruência com a valorização do *aqui e agora* gestáltico. Muito pelo contrário. Como mencionamos anteriormente, a Gestalt-terapia trata da valorização da **experiência** presente, e não de um imediatismo no qual a experiência organísmica efetiva fica, na realidade, encoberta. Mais do que na imediatez da experiência, a contemporaneidade se funda na rapidez: tudo deve ser impulsivamente consumido e descartado no agora.

---

<sup>7</sup> O conceito de *awareness*, embora inclua o conceito de consciência, vai além dele, referindo-se a uma compreensão global da experiência presente não limitada ao âmbito cognitivo.

## Contemporaneidade e intimidade

No campo das relações e do encontro com o outro, as circunstâncias que vimos descrevendo até aqui se refletem de forma marcante.

Como afirma o gestalt-terapeuta Michael Miller (1995a), se a intimidade no séc. XIX sofreu por repressão demasiada, na atualidade, talvez esteja sofrendo por demasiada expressão. A liberdade conquistada historicamente, ao mesmo tempo em que inclui ganhos, apresenta novos desafios. Não é tarefa simples ser livre. Dentre estes novos desafios, usufruir da liberdade sem sobrepor-se a dos demais e sem descambar num individualismo limitante, exige *auto-suporte*, de maneira que o indivíduo seja naturalmente capaz de entrar em contato, de forma fluida e sensível, tanto com as suas próprias necessidades, quanto com as do outro.

Assim, o casal contemporâneo que decide entrar num compromisso amoroso da ordem de longo prazo, o faz, não raro, dentro dos moldes capitalistas/neoliberais, encarnando, sem se dar conta, de forma mais ou menos ambígua, valores como competitividade e auto-referência, valores estes que podem ser considerados um retrato humano de nossa realidade econômica.

A este respeito, Miller (1995b) associa as relações amorosas contemporâneas ao que ele denomina “terrorismo íntimo”. A partir desta metáfora, o autor explica como, freqüentemente, casais contemporâneos, ao invés de estabelecerem um encontro com o outro no qual a afirmação mútua retro-alimente os envolvidos, o padrão estabelecido é o da disputa e competição pelo controle da relação e prevalência de suas próprias idéias e desejos. Neste sentido, ao contrário de um relacionamento ou parceria, o que acaba se desenvolvendo, é algo semelhante a uma guerra a dois, onde, nos moldes da cultura capitalista de mercado, cada um luta por seus próprios interesses, sem conseguir comunicar-se com os do outro.

Neste cenário, a satisfação buscada, que, na contemporaneidade, representa fator fundamental para a permanência da relação, é desejada, muitas vezes, com a complicada condição de que não envolva de forma considerada excessiva, valores estranhos a esta lógica consumista, como esforço, disciplina e ‘doação de si’ (Bauman, 2004b). Sendo assim, se uma relação amorosa não gera mais satisfação instantânea, após algumas tentativas mal-sucedidas, o horizonte mais próximo e tentador, é descartá-la, em busca de um novo ‘produto’, mais ‘fácil de usar’ e satisfatório. Há também a possibilidade da escolha pela permanência na relação. De uma forma ou de outra, sem uma reconfiguração que possibilite que cada participante da relação possa abdicar da luta íntima e competitiva por poder, cada qual continuará ocupado demais consigo para compartilhar e efetivamente encontrar o outro.

Entretanto, quando mencionamos anteriormente a ambigüidade desta nova posição do indivíduo, queremos marcar que ao mesmo tempo em que a experiência amorosa contemporânea acompanha a lógica de consumo de

nossa cultura, perseguindo o produto pronto para uso imediato, o prazer passageiro e resultados que não exijam esforços demasiados, a garantia de um futuro e de permanência do relacionamento amoroso no tempo é, como observa Bauman (2004c), algo tão temido quanto apreciado.

Sendo assim, seria equivocado pensar que a independência e liberdade tão valorizadas na atualidade eximem o sujeito da busca pela proteção, segurança e êxtase do encontro com o outro. Ao contrário: diante da insegurança provocada pelos princípios fluidos e móveis da vida a amorosa contemporânea, onde uma relação só se sustenta em si mesma, os indivíduos buscam, além de liberdade e 'espaço pessoal' - expressão que passa a marcar presença no discurso social -, relacionamentos tecidos de compromissos duradouros. Através deles, pretendem conseguir o amparo e a cumplicidade duráveis que consintam a elaboração de projetos de futuro, nos quais possam se equilibrar em meio à abertura e flexibilidade da vida cotidiana.

No pólo da busca pela individualidade inatacável, que pode acabar redundando em individualismo incapacitante, torna-se difícil para o indivíduo usufruir a alegria do *Encontro* e do contato revitalizante com o outro. Um indivíduo que, embora possa até dizer que ama, introjeta a lógica individualista de maneira a ocupar-se somente com a defesa de suas próprias necessidades e expectativas, pode não ter energia orgânica para acolher, amorosamente, as necessidades e expectativas do parceiro. Deste modo, segue o casal contemporâneo numa conhecida e recorrente solidão a dois, freqüentemente projetando um no outro a fonte de suas insatisfações e vazios.

### **Contemporaneidade e ajustamento criativo**

Cada indivíduo particular e único vai encontrar, segundo a Gestalt-terapia, seus próprios mecanismos para lidar com as experiências no mundo. Neste sentido, os indivíduos não reagem da mesma forma aos processos de mercantilização que vimos descrevendo, inerentes a contemporaneidade. Ao contrário: gestalticamente importa muito saber como cada experiência partilhada socialmente nos dias de hoje, interatua na particularidade da experiência de cada indivíduo.

Sendo assim, as reflexões que levantamos neste artigo, se referem à porção da experiência social que vem sendo partilhada entre os indivíduos contemporâneos, sem desconsiderar que cada qual irá internalizar de maneira própria tais experiências e, criativamente, fazer coisas diferenciadas com elas. Deste modo, ao mesmo tempo em que encontramos indivíduos que se ajustam criativamente às condições sociais dadas na contemporaneidade através de variados tipos de estruturas defensivas e/ou compensatórias, depressão, pânico, transtornos alimentares, uso de drogas, violência, egotismo, alienação de si e do outro etc., há também aqueles que poderão ajustar-se de outros modos, mais satisfatórios para si mesmos e para a coletividade.

Além disso, como mencionamos anteriormente, estaríamos contrariando a complexidade do pensamento gestaltico se ignorássemos que, se por um lado

a contemporaneidade expropria, por outro, torna possível, como também defende Giddens (2002), formas de atuação sobre as circunstâncias da vida que não estavam disponíveis em situações pré-modernas. Para dar um exemplo reconhecível, ao mesmo tempo em que nossas relações pessoais se tornam potencialmente afetadas pela lógica do consumo, oferecem oportunidades de intimidade e auto-expressão ausentes em muitos contextos mais tradicionais, abrindo espaço para o próprio desenvolvimento da psicoterapia.

Desta maneira, vale ressaltar que através da discussão que propusemos neste artigo, não buscamos satanizar a contemporaneidade, tampouco defender que hoje estamos piores do que ontem. Entretanto, também não queremos “rir levemente de tudo”, desconsiderando os problemas e dificuldades que enfrentamos em nossa época, imobilizando-nos assim para uma reação possível e criativa que possibilite re-arranjos mais satisfatórios para nós mesmos e para a coletividade.

### **Considerações finais**

A Gestalt-terapia funda-se como uma abordagem que entende e valoriza a indivisibilidade entre indivíduo e *contexto*. A *Teoria de Campo*, um de seus fundamentos teóricos básicos, preconiza um homem ‘mutante’ que se reconfigura no tempo e no espaço. Além disso, a relação com o campo não é uma relação passiva. O indivíduo é, nesta troca, determinado e determinante.

Assim sendo, acredito que a prática da Gestalt-terapia, tanto no campo da clínica, quanto no campo institucional, em intervenções comunitárias e outros, exige uma reflexão crítica acerca do contexto social em que vivemos, sob a pena de estarmos desvirtuando a própria essência de nossa abordagem, que é, desde a sua origem, uma perspectiva engajada com o contexto e com uma visão estética do mundo.

Além disso, alienando a reflexão acerca de nossa condição contemporânea, corremos o risco de perdermos não só nossa capacidade crítica reproduzindo um modelo nem sempre congruente com nossas crenças gestálticas, mas a própria capacidade de um trabalho eficaz em nossa prática profissional.

Neste sentido, é fundamental e premente estarmos *aware* dos problemas vindos na esteira das soluções contemporâneas e, a partir daí, daquilo que podemos e devemos fazer enquanto profissionais e pessoas num cenário no qual, contato, encontro, valorização da dignidade humana e awareness, são conceitos, - e principalmente experiências-, estranhas e em desuso para grande parte dos indivíduos. *Apostar* e trabalhar por tudo isso é, hoje, de alguma forma, nadar contra a maré. Por outro lado, é atender ao apelo angustiado de nossa humanidade, que sofre, inevitavelmente, com a alienação e a distância de si mesmo.

Como afirmamos durante o artigo, nós, gestalt-terapeutas, acreditamos e valorizamos o humano. Um humano não somente rico em potenciais,

consciente de si e livre, mas um ser humano transformador. Por isso, vamos 'enfrentar a maré' e continuar apostando.

## REFERÊNCIAS

BAUMAN, Z. **Comunidade a busca por segurança no mundo atual**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editora, 2003.

\_\_\_\_\_. **Amor líquido - sobre a fragilidade dos laços humanos**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editora, 2004.

BORIS, G. D. J. B. **Uma reflexão acerca da consistência teórica das psicoterapias humanistas**. Disponível na internet em: [http://www.encontroacp.psc.br/uma\\_reflexao.htm](http://www.encontroacp.psc.br/uma_reflexao.htm). Consulta efetuada em 2008.

GIDDENS, A. **Modernidade e identidade**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editora, 2002.

LIMA, P.V.A. **A Gestalt-terapia no contexto científico e intelectual contemporâneo**. In Holanda, A F & Faria, N J (Org.). Gestalt-terapia e contemporaneidade - contribuições para uma Construção Epistemológica da Teoria e da Prática Gestáltica. Campinas: Livro Pleno, 2005.

FONSECA, A. H. L. **Sobre o sentido e o lugar do contato e de sua concepção na concepção e método da Gestalt-terapia**. Disponível na internet em: [http://www.gestalthoje.com.br/02\\_Artigos\\_GT\\_Afon\\_Sobre\\_o\\_sentido\\_02.html](http://www.gestalthoje.com.br/02_Artigos_GT_Afon_Sobre_o_sentido_02.html). Consulta efetuada em: 2008.

LYOTARD, F. J. **A condição pós-moderna**. Rio de Janeiro: José Olympio, 1979.

MILLER, M.V. **Terrorismo íntimo. A deteriorização da vida erótica**. Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1995.

MORIN, E. **Os sete saberes necessários à educação do futuro**. São Paulo: Cortez, 2000.

PLASTINO, C. A. **Os Horizontes de Prometeu. Considerações para uma Crítica da Modernidade**. *PHYSIS: Revista Saúde Coletiva*, 15(suplemento): 121-143, 2005.

POLSTER & POLSTER, E. e M. **Gestalt-terapia integrada**. São Paulo: Summus editora, 2001.

RODRIGUES, H. E. **Introdução à Gestalt-terapia: conversando sobre os fundamentos da abordagem gestáltica**. Petrópolis: Vozes Editora, 2000.

SANTOS, J. F. **O que é pós-moderno?** São Paulo: Editora Brasiliense, 1997.

**Endereço para correspondência**

**Lauane Barocelli Nunes**

Email: luaneb@ig.com.br

Recebido em: 18/09/2008.

Aprovado em: 02/07/2009.