



A espiritualidade na Gestalt-terapia como estratégia de ajustamento criativo

Spirituality in Gestalt-therapy as a creative adjustment strategy

*Alexandre Borges**

Recebido em: 03/08/2019. Aceito em: 22/11/2019.

Resumo: *Nascemos dotados de espiritualidade como nascemos dotados de inteligência, de vontade, de sexualidade. A espiritualidade é uma dimensão humana. É o caminho do contato pleno por meio do qual tudo pode ser ressignificado. O presente artigo tem como objetivo fazer um estudo de revisão bibliográfica identificando a relação que existe entre a Gestalt-terapia com o fenômeno da espiritualidade e sua função de ajustamento criativo. A Gestalt-terapia se mostra aberta a esta interação e possui ferramentas próprias para interagir com a espiritualidade, ajudando o cliente a ajustar-se a partir desta figura tão importante no contexto existencial e cultural. A espiritualidade aparece como uma verdadeira estratégia de ajustamento na relação figura-fundo permitindo ao sujeito estabelecer um ajustamento criativo e saudável para suas questões.*

Palavras-chave: *Ajustamento criativo. Espiritualidade. Gestalt-terapia. Psicologia.*

Abstract: *We are born endowed with spirituality as we are born endowed with intelligence, will, sexuality. Spirituality is a human dimension. It is the path of full contact from which everything can be redefined. This article aims to make a bibliographic review study, identifying the relationship that exists between Gestalt-therapy and the phenomenon of spirituality and its function of creative adjustment. Gestalt therapy is open to this interaction and has its own tools for interacting with spirituality, helping the client to adjust yourself from this important figure in the existential and cultural context. Spirituality emerges as a true adjustment strategy in the figure-background relationship, allowing the subject to establish a creative and healthy adjustment to their issues.*

Keywords: *Creative adjustment. Gestalt-therapy. Psychology. Spirituality.*

* Mestre em Teologia Moral (Pontifícia Universidade Lateranense – Academia Alfonsiana, Roma, 2008). Graduado em Filosofia (Instituto de Filosofia e Teologia Mater Ecclesiae, Ponta Grossa, 1998). Graduado em Teologia (Instituto Teológico de Santa Catarina, Florianópolis, 2003).

E-mail: alexandreborges.psi@gmail.com



Introdução

A busca pelo sentido da vida e pela cura para os sofrimentos do corpo e da mente são uma constante na história da humanidade. O ser humano difere dos outros seres vivos, vegetais e animais, pela sua capacidade intelectual, possui vontade, liberdade e capacidade de significação de seu próprio existir. É esta capacidade intelectual que o torna capaz de autorregulação sobre sua existência biopsicossocial.

O ser humano é um animal simbólico, “em vez de definir o homem como *animal rationale*, deveríamos defini-lo como *animal symbolicum*. Ao fazê-lo, pode-se designar sua diferença específica, e entender o novo caminho aberto para o homem – o caminho para a civilização”.¹ A antropologia passou por vários reveses no decorrer da história, especialmente no período moderno.² Os desdobramentos deste novo antropocentrismo foram a dessacralização da natureza, o progresso científico-técnico, o descobrimento da subjetividade do ser humano, o processo de secularização, o sentido da história, a crise de autoridade, a transcendência convertida em imanência³, dentre outros, fatos que obnubilaram a realidade da espiritualidade humana enquanto fator legitimamente antropológico.

São muitas as antropologias, e cada abordagem de psicologia também tem a sua. Desde a filosofia grega muitos conceitos sobre o ser humano foram propostos. Em quase todos eles, porém, pode-se encontrar uma abertura para algo que supera o próprio ser.⁴ O ser humano não é apenas matéria, não está circunscrito apenas ao seu mundo fenomênico. Ele não é redutível a qualquer um dos fatores que o compõe.⁵ Ele é capaz de transcender, ele se pergunta sobre si, sobre os outros e sobre o universo. Ele é aberto ao infinito.

Atualmente observa-se na literatura da área da saúde mental, ênfase crescente ao tema espiritualidade. Peres⁶ afirma que os prin-

¹ CASSIRER, Ernst. *Ensaio sobre o Homem: Introdução a uma filosofia da cultura humana*. São Paulo: Martins Fontes, 1997. p. 50.

² RUBIO, Alfonso Garcia. *Unidade na Pluralidade: O ser humano à luz da fé e da reflexão cristãs*. São Paulo: Paulus, 2001.

³ RUBIO, 2011.

⁴ CASSIRER, 1997.

⁵ SANNA, Ignazio. *L'antropologia Cristiana tra modernità e postmodernità*. Biblioteca di teologia contemporanea. Brescia/Italia: Queriniana, 2004.

⁶ PERES, Julio Fernando Prieto. *Espiritualidade e Saúde Mental: Espiritualidade e Psicoterapia*. São Paulo: Segmento Farma, 2009. Disponível em: <<http://www.espiritua->



cipais domínios discutidos em psicoterapia de indivíduos americanos incluíram o trabalho, a família, os amigos e a sexualidade, neste contexto a religião e a espiritualidade foram consideradas como temas de igual importância.

A pesquisa trata da espiritualidade de modo geral, sem se apegar a um conceito definido dentro de uma religião específica. Partir-se-á do fato de que não há religião sem espiritualidade, mas pode existir espiritualidade sem religião. Sendo assim, considerar-se-á a espiritualidade como elemento autenticamente antropológico, seja pela manifestação dos povos que replicam suas religiosidades presentes por séculos na história da humanidade, seja pelas novas pesquisas, desde a neurociência até às abordagens de psicologia que abrem espaço para esta condição da vida humana, e de modo particular na Gestalt-terapia.

1 A espiritualidade como fenômeno antropológico e religioso

A espiritualidade manifesta-se em um desejo profundo que o ser humano tem pelo significado da própria existência e também pela cura de seus sofrimentos. Na história da humanidade este desejo profundo de sentido se identificou com a busca do que muitos autores chamam de sagrado.⁷

A experiência do sagrado e sua conseqüente postura existencial, identificada com uma prática particular e motivada pela espiritualidade que nasce desta experiência, é descrita por Eliade⁸ como um “sentimento de pavor”. Ele chama este sentimento de “*mysterium tremendum*” que gera um temor religioso diante do que ele concebe como “*mysterium fascinans*”.⁹

Eliade afirma que a experiência com o sagrado não é uma invenção humana, antes, é algo que se lhe impõe, “o homem toma conhecimento do sagrado porque este *se manifesta*, se mostra como algo absolutamente

idades.com.br/Artigos/P_autores/PERES_Julio_tit_Espiritualidade_e_Saude_Mental.htm>. Acesso em: 23 ago. 2018.

⁷ ELIADE, Mircea. *O Sagrado e o Profano*. A essência das religiões. São Paulo: Martin Fontes, 2001.

⁸ ELIADE, 2001, p. 16.

⁹ ELIADE, 2001, p. 16.



diferente do profano”.¹⁰ Para o estudioso do assunto, o sagrado não é uma construção social, nem uma neurose coletiva, tão pouco uma projeção inconsciente, mas “um elemento na estrutura da consciência, e não uma fase na história dessa consciência”.¹¹

Otto¹² ao falar do sagrado afirma que a religião não consiste nas suas expressões racionais, e sim na experiência do sagrado (mistério terrível e fascinante), a experiência de uma realidade outra, que se manifesta na consciência do crente, antes mesmo de ser incorporada nos ritos e nos mitos, e preservada por um grupo de especialistas. Tais sentimentos não são produzidos pela consciência, mas são o efeito subjetivo da presença, no eu, de uma realidade diferente do próprio eu, que o autor chama de “numinoso”.¹³

O problema da espiritualidade, na história da humanidade, brotou em dois pontos da terra, afirma Zubire¹⁴, muito diferentes e muito distantes: na Índia e na Grécia. Segundo ele, os povos mais maduros com relação a esse problema. Na Índia, partindo dos deuses védicos, a casta sacerdotal, os brâmanes, elabora as primeiras especulações, sobretudo de caráter ritual, em torno da relação dos deuses védicos com a força dos rituais de sacrifícios. “É daí que sairá, depois, a primeira especulação dos Upanishads, para desembocar finalmente na elaboração especulativa representada pelos sistemas do Vedanta: a sabedoria, o Veda, é salvação e deificação humana pelo saber”.¹⁵

Outro tipo de espiritualidade que aparece no oriente e que constrói a cultura ocidental é o cristianismo. Na espiritualidade cristã Jesus é o Verbo de Deus encarnado, o próprio Filho de Deus. A espiritualidade cristã é a busca de uma vivência íntima com a Pessoa de Cristo e a configuração total de sua vida a ele. As experiências mais densas dos povos antigos foram produzidas pela filosofia grega, pelo direito romano e pela moral judaica. O cristianismo conseguiu unir estas três realidades, díspares e distantes

¹⁰ ELIADE, Mircea. *História das crenças e das ideias religiosas*, I. Da Idade da Pedra aos mistérios de Elêusis. Rio de Janeiro: Zahar, 2010. p. 16.

¹¹ ELIADE, 2010, p. 13.

¹² OTTO, Rudolf. *O Sagrado*, Os aspectos irracionais na noção do divino e sua relação com o racional. 3. ed. Rio de Janeiro: Est, Sinodal, Vozes, 2007.

¹³ OTTO, 2007, p. 37.

¹⁴ ZUBIRI, 2010.

¹⁵ ZUBIRI, 2010, p. 388.



entre si e gerar uma só cultura e uma inteira civilização.¹⁶ Por outro lado, ainda, da parte da Pérsia, iranianos islamizados e mulçumanos darão o grande impulso criador da filosofia islâmica, que transmite a filosofia grega e cria um novo quadro da sistematização da problemática do transcendente.

Já no mundo moderno o tema da espiritualidade sofre sensíveis variações. Com o Iluminismo o ser humano crê ter chegado ao clímax da sua evolução, e dispensa a espiritualidade e suas atribuições, submerge em sua razão e em suas próprias perspectivas. Esta razão especulativa se restringe às coisas tais como nos são dadas nos fatos ditos científicos.

A presença do fenômeno religioso em todos os períodos da história, e em todos os povos, garantiu que o fenômeno da espiritualidade fosse constante e onipresente. A espiritualidade pode ser compreendida como a busca de significado e sentido para a vida, em dimensões que transcendem o tangível, que elevam o coração e o sentir humanos à experiência com algo maior que o eu existencial e que pode ou não estar relacionada a uma prática religiosa formal.

Sendo a espiritualidade um fenômeno especificamente humano e onipresente na história da humanidade justifica-se estudá-lo no contexto da psicologia clínica. No próximo capítulo faremos uma análise de como a espiritualidade pode ser utilizada como ferramenta de ajustamento criativo dentro da abordagem da Gestalt-terapia.

2 A espiritualidade na Gestalt-terapia como estratégia de ajustamento criativo

A Gestalt-terapia é caracterizada como uma abordagem psicológica na perspectiva fenomenológica humanista e existencial que reconhece e valoriza o ser humano em sua existência. Foi iniciada na década de 40 nos Estados Unidos e criada por Frederick Perls junto com grandes colaboradores como: Paul Goodman, Laura Polsner, e Ralph Hefferline que foram inspirados por diversas correntes filosóficas e outras teorias, como o Existencialismo, a Fenomenologia, a Psicologia da Gestalt, a Teoria Organísmica de Goldstein, a Teoria de Campo de Lewin, o Holismo, o Psicodrama, Reich e filosofias orientais.¹⁷

¹⁶ ZUBIRI, 2010.

¹⁷ GINGER, Anne; GINGER, Serge. *Gestalt: uma terapia do contato*. 5. ed. São Paulo: Summus, 1987.



O que se entende em Gestalt-terapia por “ajustamento criativo”? O ser humano está sempre buscando equilíbrio, seja fisiológico, seja psíquico. É o que, em Gestalt-terapia, chama-se, utilizando um termo da fisiologia, de homeostase. Perls afirma que “todos os comportamentos são governados pelo processo que os cientistas chamam de homeostase e que os leigos chamam de adaptação [...] é o processo pelo qual o organismo mantém seu equilíbrio e, conseqüentemente, sua saúde sob condições diversas”.¹⁸ É como o organismo satisfaz suas necessidades. Um processo que perdura o tempo todo. Quando o processo falha aparece o desequilíbrio.

Na visão fisiológica o ajustamento criativo depende exclusivamente do funcionamento metabólico do organismo, ele se autoajusta criativamente. O corpo nem se dá conta deste processo. A homeostase é um processo de autorregulação, como o organismo reage com o seu meio.¹⁹ A novidade neste processo é que Perls apresenta a necessidade de ajustamento tanto do ponto de vista fisiológico quanto psicológico, precisamos de contato psíquico como precisamos de contato físico.

Para Ribeiro²⁰, gestalt-terapeuta brasileiro, a pessoa não é fruto de um individualismo ou de um determinismo biológico ou existencial. Ao contrário, é parte do SER e por isso o ser é coletivo. O objetivo da psicoterapia é a mudança, que significa “re-significar coisas, pessoas, e, sobretudo, a própria existência. Não é um ato da vontade apenas, é um ato integrado, envolvendo a pessoa na sua relação com o mundo como uma totalidade consciente”²¹, ou seja, todo o processo envolvendo uma mudança real passa, necessariamente, por três aspectos, o sensório, o motor e o cognitivo.

O contato pleno, e concomitante a isso, a mudança real, só acontece quando a pessoa vivencia estes três momentos no seu processo. Para ele estes três sistemas se relacionam diferentemente com cada um dos campos: geobiológicos, psicoemocional, sócio-ambiental e sacro-transcendental. A atenção desta pesquisa voltar-se-á para o campo sacro-transcendental que se remete a uma esfera espiritual, fora do mundo das

¹⁸ PERLS, 1988, p. 20.

¹⁹ PERLS, 1988.

²⁰ RIBEIRO, Jorge Ponciano. *O ciclo do contato: Temas básicos na abordagem gestáltica*. São Paulo: Summus, 1997.

²¹ RIBEIRO, 1997, p. 20.



contingências. Ribeiro²² afirma ainda que tanto transcendência quanto a espiritualidade são condições humanas de existência, não são realidades acidentais, mas constitutivas.

Sendo o contato a ferramenta por excelência da autorregulação e ajustamento criativo, a espiritualidade (campo sacro-transcendental) aparece como uma estratégia de enfrentamento plena para o crescimento e a mudança. Já que “self é contato, contato é self e, portanto, o self só existe quando se está em contato”.²³ Desta forma, o self pleno será o contato com o campo sacro-transcendental. A espiritualidade assume, portanto, um papel preponderante já que estabelece a possibilidade de um contato com a plenitude, fazendo assim com que a mudança aconteça em todos os níveis da subjetividade da pessoa (biopsicosocial e espiritual).

Quanto à eficácia da espiritualidade, enquanto estratégia de enfrentamento psíquico, Campos afirma que “estudos indicam que a espiritualidade pode ser um fator de promoção de saúde quando integrada como instrumento na metodologia terapêutica”.²⁴ A espiritualidade, assim, como estratégia de enfrentamento, demonstra, segundo estudos científicos, ter um poder de provocar um ajustamento criativo, já que age como elemento integrador da personalidade.

A espiritualidade é uma realidade que está no campo da pessoa. Faz parte dos seus elementos agregadores e fortificadores da personalidade. A visão de mundo e compreensão dos eventos, para muitas pessoas, está diretamente associada à concepção que têm da vida espiritual.

O holismo é um dos conceitos básicos da Gestalt-terapia. Enfatizando assim a visão de ser humano como um todo que inclui várias partes. Para Perls “o homem não percebe as coisas isoladas e sem relação, mas as organiza no processo perceptivo como um todo significativo”.²⁵ Enquanto abordagem existencial a Gestalt-terapia “não se ocupa somente

²² RIBEIRO, Jorge Ponciano. *Holismo, Ecologia e Espiritualidade*. São Paulo: Summus, 2009.

²³ RIBEIRO, 1997, p. 26.

²⁴ CAMPOS, Aline Ferreira; RIBEIRO, Jorge Ponciano. Psicoterapia e Espiritualidade: da Gestalt-Terapia à Pesquisa Contemporânea. *Phenomenological Studies: Revista da Abordagem Gestáltica*. XXIII(2): 211-218, mai-ago, 2017, p. 216. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1809-68672017000200009>. Acesso em: 28 ago. 2018.

²⁵ PERLS, Frederick Salomon. *A abordagem gestáltica e a testemunha ocular da terapia*. 2. ed. Rio de Janeiro: Lct, 1988. p. 18.



em lidar com os sintomas ou estrutura de caráter, mas com a existência total da pessoa”.²⁶

Para Pinto a “Gestalt-terapia tem um dos maiores potenciais para funcionar como facilitadora do diálogo entre a academia e a religião”.²⁷ É na fronteira de contato o lugar onde o indivíduo e a religião se contactam e se modificam. O contato é fundamental para a compreensão da espiritualidade humana.

Para falar de ajustamento criativo Perls²⁸ afirma que o processo psíquico não pode ser divorciado do fisiológico. O ajustamento criativo é um movimento que busca equilibrar-se a partir de uma escala de valores. Para ele “desde que seja incapaz de fazer, adequadamente, mais de uma coisa de cada vez, se encarrega da necessidade de sobrevivência dominante, antes de cuidar de qualquer das outras. Age, em primeiro lugar, de acordo com o princípio das coisas fundamentais”.²⁹ Estabelece a estrutura do funcionamento do ajustamento criativo com os termos “figura” e “fundo”. A figura é a necessidade mais agudamente a ser satisfeita, para que isso aconteça é necessário manipular a si mesmo e ao seu meio.³⁰

O ajustamento criativo acaba sendo um enfrentamento diante das situações vividas, ou seja, o modo como o sujeito se põe no aqui e agora para lidar com as demandas que lhe são apresentadas. É um processo de interação no campo organismo/ambiente.³¹ Faz parte do processo de contato, já que tudo na relação é enfrentamento e contato.³² Contato é sinônimo de encontro pleno, de mudança, de vida. É o cuidado. É uma função do campo e obedece às leis que regem o campo. O contato é teoria, mas também técnica e arte. É a forma pela qual a vida acontece e se expressa. Tudo o que existe é contato, e é o contato que torna as coisas existentes.³³

²⁶ PERLS, Frederick Salomon; HEFFERLINE, Ralph; GOODMAN, Paul. *Gestalt-Terapia*. 3. ed. São Paulo: Summus, 1997. p. 98.

²⁷ PINTO, Ênio Brito. As Ciências da Religião, a Psicologia da Religião e a Gestalt-terapia: em Busca de Diálogos. *Revista da Abordagem Gestáltica*. XIV(1): 70-79, jan-jun, 2008, p. 75. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672008000100010>. Acesso em: 29 ago. 2018.

²⁸ PERLS, 1988.

²⁹ PERLS, 1988, p. 23.

³⁰ PERLS, 1988, p. 24.

³¹ PERLS, 1997.

³² PINTO, 2008.

³³ Cf. RIBEIRO, 1997, p. 15.



Nascimento³⁴, afirma que nas principais obras de Perls, a saber, *Ego, Fome e Agressão*³⁵, *Gestalt-terapia*³⁶, *Gestalt-terapia explicada*³⁷, *Escarafunchando Fritz: Dentro e Fora da Lata de Lixo*³⁸ e *A Abordagem Gestáltica e Testemunha Ocular da Terapia*³⁹, vários termos relacionados à espiritualidade aparecem, tais como “Deus”, “religião”, “alma”, “espírito”, “zen”, “budismo”, “transcendente” e palavras afins. Nem sempre Perls considerou a experiência da religiosidade ou da espiritualidade. Especialmente nas obras iniciais, sua visão era psicopatologizante, mas, apesar disso, acaba reconhecendo o fator espiritual como abertura à existência.

A espiritualidade não era uma possibilidade fechada para o fundador da Gestalt-terapia, mas foi um tema que evoluiu em seu pensamento e escritos. Percebe-se isso quando, por exemplo, ele escreve em *Escarafunchando Fritz* “venero e admiro o judeu inteiro, uno com a sua religião, história e modo de vida”.⁴⁰

Vários outros autores já tem incutido o conceito de espiritualidade à prática psicoterapêutica da Gestalt-terapia, é o caso de Ginger⁴¹ que apresenta entre as cinco principais dimensões da atividade humana também a dimensão espiritual. Para ele a dimensão espiritual é o “lugar e sentido do homem no meio cósmico e no ecossistema global”.⁴² Campos⁴³ afirma que há uma relevância espiritual na psicoterapia, e que a espiritualidade é ela mesma terapêutica. Apresenta ainda que temas que são compartilhados pela espiritualidade e pela psicoterapia gestáltica, tais como a confiança na natureza, a orientação para o aqui-agora, o direcionamento e transcendência de polaridades.

³⁴ NASCIMENTO, Lázaro Castro Silva. *Perspectivas gestálticas sobre espiritualidade/religiosidade*. Dissertação de Mestrado em Psicologia. Universidade Federal do Paraná. Curitiba, 2015.

³⁵ PERLS, Frederick Salomon. *Ego, fome e agressão*. São Paulo: Summus, 2002.

³⁶ PERLS, Frederick Salomon; HEFFERLINE, Ralph; GOODMAN, Paul. *Gestalt-Terapia*. 3. ed. São Paulo: Summus, 1997.

³⁷ PERLS, Frederick Salomon. *Gestalt-Terapia explicada*. 11. ed. São Paulo: Summus, 1969.

³⁸ PERLS, Frederick Salomon. *Escarafunchando Fritz. Dentro e fora da lata de lixo*. São Paulo: Summus, 1979.

³⁹ PERLS, Frederick Salomon. *A abordagem gestáltica e a testemunha ocular da terapia*. 2. ed. Rio de Janeiro: Lct, 1988.

⁴⁰ PERLS, 1979, p. 113.

⁴¹ Cf. GINGER, 1987.

⁴² GINGER, 1987, p. 115.

⁴³ CAMPOS, 2017.



Ribeiro também afirma que muitos problemas presentes nos consultórios indicam “uma procura velada pelo espiritual”⁴⁴, e que cabe ao terapeuta perceber esta necessidade, oculta nas queixas e sintomas do cliente. O psicoterapeuta não precisa ser necessariamente um religioso para perceber esta dimensão, basta que ele esteja atento à revelação do sagrado que se faz na clínica.

O holismo é um dos conceitos básicos da Gestalt-terapia, enfatizando a visão de ser humano como um todo que inclui várias partes.⁴⁵ Gestalt-terapia e sentido religioso da vida tem estreita relação.⁴⁶ Nesta perspectiva a Gestalt-terapia assume um papel de destaque, devido à sua antropologia holística e integradora. Pinto ressalta que “a Gestalt-terapia é uma das que têm enorme potencial para funcionar como facilitadora do difícil diálogo entre a ciência e a religião, entre a religião e a ciência”.⁴⁷ Ele destaca que na Gestalt-terapia há sete caminhos, ou portas, que têm relação direta com a espiritualidade.

Os sete caminhos são: contato; fronteira de contato; fenômeno psicológico polar: figura e fundo; situação inacabada; campo e a concepção do ser humano como um todo. O primeiro caminho para a relação da Gestalt-terapia com a espiritualidade é o contato. Como já vimos⁴⁸ contato é sinônimo de encontro pleno, de mudança de vida, de cuidado. Contato é uma função do campo e obedece às leis que regem o campo. O contato é teoria, mas também técnica e arte. Contato é ainda a forma pela qual a vida acontece e se expressa. Tudo o que existe é contato, e é o contato que torna as coisas existentes, é a matéria prima da relação psicoterapêutica.⁴⁹

O contato é o que dá ritmo à vida. O contato se dá em movimentos de enfrentamento e retraimento, o que constitui o ritmo da vida.⁵⁰ Ele acontece na totalidade. Por isso o enfrentamento é um contato, o retraimento também é um contato, um voltado para fora, outro voltado para dentro.⁵¹ Como o contato é essa capacidade de síntese, de relação total,

⁴⁴ RIBEIRO, 2009, p. 16.

⁴⁵ PERLS, 1988.

⁴⁶ RIBEIRO, 2012, p. 125.

⁴⁷ PINTO, 2008, p. 76.

⁴⁸ Cf. RIBEIRO, 1997.

⁴⁹ Cf. RIBEIRO, 1997, p. 14.

⁵⁰ PINTO, 2008.

⁵¹ Cf. RIBEIRO, 1997, p. 17.



com capacidade de abertura a ulteriores possibilidades, pode-se afirmar que no âmbito da espiritualidade o contato é a ferramenta por excelência para provocar a mudança.

A fronteira de contato, segundo Perls⁵², é o elemento central da pesquisa em psicologia. Para ele o mais importante no estudo da psicologia é “a operação da fronteira de contato no campo organismo/ambiente”.

*O estudo da maneira como uma pessoa funciona em seu meio é o estudo do que acontece na fronteira de contato entre o indivíduo e seu meio. É nessa fronteira de contato que os eventos psicológicos têm lugar. Nossos pensamentos, nossas ações, nosso comportamento, nossa emoções são nosso modo de experiência e de encontro com esses eventos de fronteira.*⁵³

Polster e Polster⁵⁴ falam sobre o fenômeno psicológico polar. Pinto⁵⁵ afirma que este conceito auxilia a ter uma compreensão acerca de uma polaridade fundamental para a psicologia da religião, ou seja, a vivência dos aspectos sagrados e dos aspectos profanos do mundo. Na Gestalt-terapia pode-se, desta forma, afirmar que sagrado e profano são polares, codependentes e interdependentes.

São, portanto, figura e fundo, fundo e figura, de modo que um contém e define o outro, ao mesmo tempo em que o outro contém e define o um. Para ele “Sagrado e profano são polaridades presentes na maneira com que o ser humano entende e lida com o mundo, com a história, com o tempo, com o outro, com o sentido e o significado de suas experiências”.⁵⁶ Os conceitos de figura e fundo auxiliam na compreensão da experiência com o sagrado e com o profano.

Outro conceito útil para compreender a relação da Gestalt-terapia com a espiritualidade é o de situação inacabada. Situação Inacabada é uma das expressões mais conhecidas na Gestalt-terapia. Segundo Joyce, situação inacabada “se refere a situações no passado, especialmente situações traumáticas ou difíceis, para as quais o cliente não obteve uma

⁵² PERLS, 1997, p. 43.

⁵³ GINGER, 1987, p. 127.

⁵⁴ Cf. POLSTER, Erving; POLSTER, Mirian. *Gestalt-terapia integrada*. São Paulo: Summus, 2001. p. 76.

⁵⁵ PINTO, 2008.

⁵⁶ PINTO, 2008, p. 77.



resolução satisfatória”.⁵⁷ O trabalho do terapeuta será o de criar apoio para a expressão emocional, ação ou fechamento que irá permitir à pessoa seguir adiante. Na espiritualidade pessoas consideram situações inacabadas o fato de terem cometido erros morais, e esta situação sem fechamento acaba por roubar energia suficiente para que o sujeito não viva no momento presente. O fechamento de uma situação inacabada poderá ser o perdão dado e recebido, o encontro com Deus, a gratidão (louvor), a prática de uma devoção, a fé no sentido absoluto da vida, a prática da oração, a valorização do cotidiano, a compaixão, etc.

O campo é outro conceito da Gestalt-terapia que pode auxiliar na relação com a espiritualidade do sujeito. A pessoa que professa uma fé, ou tem uma espiritualidade pela qual pauta sua vida, está imersa em um universo próprio, recheado de valores e informações que advém do mundo da espiritualidade. Segundo a teoria de campo “uma pessoa nunca é fundamentalmente independente ou isolada, mas está sempre em contato e conectada com todas as outras coisas em um sentido muito real”.⁵⁸ Dentre todas essas “outras coisas” consideramos aqui os elementos frutos da espiritualidade pessoal, fatos e valores.

Na teoria de campo, aplicada à Gestalt-terapia, valoriza-se como potencialmente relevantes “todos os aspectos do corpo, da mente e da emoção, circunstâncias históricas, influências culturais, sociais, econômicas, espirituais e políticas”.⁵⁹ Fica claro assim, que no campo existe também a dimensão “espiritual”. É necessário reconhecer as redes de influência interconectadas que estão sempre presentes na vida da pessoa, embora muitas vezes sejam negligenciadas ou minimizadas e uma delas pode ser a situação espiritual da pessoa.

Por fim, a visão do ser humano como um todo em um mesmo campo. Pinto afirma que “implícita nessa noção do todo está a sempre presente questão acerca da compreensão do homem como polarizado entre corpo, mente e espírito e imerso em uma cultura”⁶⁰, ou seja, o ser humano é uma totalidade, uma unidade psicossocial, uma unidade psicossomática, um ente biopsicossocial, e, mais ainda, um ente estruturalmente

⁵⁷ JOYCE, Phil; SILLS, Charlotte. *Técnicas em Gestalt: Aconselhamento e psicoterapia*. Rio de Janeiro: Vozes, 2014. p. 167.

⁵⁸ JOYCE, 2014, p. 45.

⁵⁹ JOYCE, 2014, p. 45.

⁶⁰ PINTO, 2008, p. 78.



“animobiopsicossocial”, um organismo, integrado por corpo, mente e espírito, o qual habita um lugar e uma cultura e vive em uma época.⁶¹

Para Perls é sempre uma pessoa unificada que age, uma pessoa completa, corpo e mente unidos. A diferença é que quanto maior a intensidade da energia externa, mais o físico aparece, quanto maior a intensidade da energia interna, mais o mental se sobressai, mas é sempre o mesmo e único ser humano a agir.⁶²

Desta forma, falar de espiritualidade é estar mais no campo da energia mental, dos valores, dos significados, das visões de mundo. E como na Gestalt-terapia o ser humano é uma totalidade unificada pode-se ir do corpo rumo à espiritualidade da pessoa, identificando na forma elementos específicos e devolvendo ao cliente as formas percebidas para que o próprio sujeito se dê conta de sua energia espiritual represada, e possa fazer o delineamento da figura que se apresenta, fechando a situação inacabada que percebe e realizando o devido ajustamento criativo de que necessita. Apostar na espiritualidade é considerar a vida mental e seus mais variados significados, já que a capacidade de significação dos eventos é a força motriz da psicoterapia⁶³, que vai além da racionalidade⁶⁴, que alcança os fundamentos da mitologia e dos arquétipos⁶⁵, além de poder respeitar o contato que a pessoa faz com o transcendente e o significado maior que dá a sua existência.

3 Método

Este estudo caracteriza-se como sendo uma pesquisa exploratória e descritiva. Conforme afirma Silva⁶⁶ a pesquisa exploratória tem como objetivo proporcionar maior familiaridade com o problema, com a intenção de torná-lo mais claro ao construir hipóteses. De acordo ainda com Silva⁶⁷, a pesquisa descritiva pode ser utilizada para a verificação

⁶¹ Cf. PERLS, 1973, p. 25.

⁶² Cf. PERLS, 1973, p. 28.

⁶³ FRANKL, Victor. *A presença ignorada de Deus*. Petrópolis: Sinodal, Vozes, 2013.

⁶⁴ ELIADE, 2001.

⁶⁵ JUNG, Carl Gustav. *Memórias, sonhos, reflexões*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2002.

⁶⁶ SILVA, Renata; URBANESKI, Vilmar. *Metodologia do trabalho científico*. Programa de Pós-Graduação EAD. INDAIAU: UNIASSELVI-PÓS, 2009.

⁶⁷ SILVA, 2009, p. 50.



de problemas, observando e realizando relações com a influência que o ambiente exerce sobre eles e está relacionada diretamente com a pesquisa qualitativa, de modo que levanta, interpreta e discute fatos e situações. O meio para a coleta dos dados caracteriza-se, como sendo uma pesquisa bibliográfica de revisão assistemática de literatura, de acordo com Fernández-Rios e Buela-Casal⁶⁸ esta deve apresentar estratégias de busca e os procedimentos analíticos utilizados de forma precisa onde foram selecionados os estudos que permitiram investigar como a Gestalt-terapia trata o fenômeno da espiritualidade enquanto estratégia de ajustamento criativo.

As buscas foram realizadas em livros, bem como artigos científicos encontrados nas bases de dados Scielo e Pepsic, com os seguintes descritores: espiritualidade, psicologia, Gestalt-terapia, Religiosidade, psicoterapia. Foram considerados para análise somente artigos brasileiros, também fizeram parte dos critérios de inclusão artigos completos e que fizessem menção das características propostas nos objetivos. Quanto aos critérios de exclusão, foram descartados os artigos que não contemplavam o proposto para atingir os objetivos da pesquisa. Quanto à análise dos dados, estes foram transcritos em meio digital e analisados à luz da fundamentação teórica aqui abordada.

Conclusão

O presente artigo mostrou sua relevância ao apontar a estreita relação entre espiritualidade, como uma ferramenta de ajustamento criativo na clínica de Gestalt-terapia e psicologia. O caminho realizado contou com uma leitura bibliográfica do tema da espiritualidade na história da cultura geral e também das obras mais importantes do fundador da Gestalt-terapia, Frederick Perls e ainda outras obras e artigos que tratam do tema. Para a prática clínica as conclusões deste trabalho revelaram, de maneira concreta, a importância de se considerar a espiritualidade como dimensão especificamente humana e por isso devendo ser observada e valorizada no contexto clínico.

⁶⁸ FERNÁNDEZ, Luiz Rios; BUELA, Gualberto Casal. Standards for the preparation and writing of psychology review articles. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 9(2), 329-344. doi:10.1177/0192513X13490279. 2009. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33712028010>>. Acesso em: 17 abr. 2018.



Desconsiderar a espiritualidade na clínica é alienar uma importante informação fenomênica que aparece no campo, fazendo com que o ajustamento criativo perca uma ferramenta essencial para sua autorregulação. Desta forma a espiritualidade não é, como outrora considerado, uma neurose, uma projeção inútil, mas, ao contrário, é um fenômeno integrador da personalidade.

A abordagem da Gestalt-terapia possui um arsenal de possibilidades para trabalhar a espiritualidade no contexto clínico: sua visão integradora da pessoa, sua consideração holística da vida, a importância que dá ao campo, a todos os aspectos do corpo, da mente e da emoção, das circunstâncias históricas, das influências culturais, sociais, econômicas, espirituais e políticas. É uma abordagem biopsicosocial e espiritual. Considera a capacidade humana de significar a vida no aqui e agora para gerar novas energias mentais para gerir sua vida e construir um novo futuro.

Na Gestalt-terapia a espiritualidade é vista como a realidade transcendente da vida, que pode ser chamada de Deus, de força vital, de fé, de crença, de sentido, mas que fundamentalmente aponta para algo superior ao próprio ser humano, transcendente e capaz de auxiliar no processo de fechamento de Gestalt, de situações inacabadas, para que o sujeito produza em si o ajustamento criativo necessário para sua saúde total.

Referências

CAMPOS, Aline Ferreira; RIBEIRO, Jorge Ponciano. Psicoterapia e Espiritualidade: da Gestalt-terapia à Pesquisa Contemporânea. *Phenomenological Studies: Revista da Abordagem Gestáltica*. XXIII(2): 211-218, mai-ago, 2017. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1809-68672017000200009>. Acesso em: 28 ago. 2018.

ELIADE, Mircea. *O Sagrado e o Profano*. A essência das religiões. São Paulo: Martin Fontes, 2001.

_____. *História das crenças e das ideias religiosas, I*. Da Idade da Pedra aos mistérios de Elêusis. Rio de Janeiro: Zahar, 2010.

FERNÁNDEZ, Luiz Rios; BUELA, Gualberto Casal. Standards for the preparation and writing of psychology review articles. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 9(2), 329-344. doi:10.1177/0192513X13490279. 2009. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33712028010>>. Acesso em: 17 abr. 2018.

GINGER, Anne; GINGER, Serge. *Gestalt: uma terapia do contato*. 5. ed. São Paulo: Summus, 1987.



JOYCE, Phil; SILLS, Charlotte. *Técnicas em Gestalt: Aconselhamento e psicoterapia*. Rio de Janeiro: Vozes, 2014.

NASCIMENTO, Lázaro Castro Silva. *Perspectivas gestálticas sobre espiritualidade/religiosidade*. Dissertação de Mestrado em Psicologia. Universidade Federal do Paraná. Curitiba, 2015.

OTTO, Rudolf. *O Sagrado: Os aspectos irracionais na noção do divino e sua relação com o racional*. 3. ed. Rio de Janeiro: Est; Sinodal; Vozes, 2007.

PERES, Julio Fernando Prieto. *Espiritualidade e Saúde Mental: Espiritualidade e Psicoterapia*. São Paulo: Segmento Farma, 2009. Disponível em: <http://www.espiritualidades.com.br/Artigos/P_autores/PERES_Julio_tit_Espiritualidade_e_Saude_Mental.htm>. Acesso em: 23 ago. 2018.

PERLS, Frederick Salomon. *A abordagem gestáltica e a testemunha ocular da terapia*. 2. ed. Rio de Janeiro: Lct, 1988.

_____. *Ego, fome e agressão*. São Paulo: Summus, 2002.

_____. *Escarafunchando Fritz. Dentro e fora da lata de lixo*. São Paulo: Summus, 1979.

_____. *Gestalt-terapia explicada*. 11. ed. São Paulo: Summus, 1969.

_____. HEFFERLINE, Ralph; GOODMAN, Paul. *Gestalt-terapia*. 3. ed. São Paulo: Summus, 1997.

PINTO, Ênio Brito. As Ciências da Religião, a Psicologia da Religião e a Gestalt-terapia: em Busca de Diálogos. *Revista da Abordagem Gestáltica*. XIV(1): 70-79, jan-jun, 2008. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672008000100010>. Acesso em: 29 ago. 2018.

POLSTER, Erving; POLSTER, Mirian. *Gestalt-terapia integrada*. São Paulo: Summus, 2001.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. *Gestalt-terapia: refazendo um caminho*. 9. ed. revista. São Paulo, SP: Summus, 2012.

_____. *Holismo, Ecologia e Espiritualidade*. São Paulo: Summus, 2009.

_____. *O ciclo do contato: Temas básicos na abordagem gestáltica*. São Paulo: Summus, 1997.

SILVA, Renata; URBANESKI, Vilmar. *Metodologia do trabalho científico*. Programa de Pós-Graduação EAD. Indaial: UNIASSELVI-PÓS, 2009.

ZUBIRI, Xavier. *Natureza, História, Deus*. Coleção filosofia atual. São Paulo: É Realizações, 2010.