

Experiência Estética e corporeidade: fragmentos de um diálogo entre Gestalt-Terapia, Arte e Fenomenologia¹

Aesthetic Experience and embodiedness: fragments of a dialogue between Gestalt-Therapy, Art and Phenomenology

Mônica Botelho Alvim

Doutora em Psicologia. Pesquisadora da Universidade Católica de Brasília e do Instituto de Gestalt-Terapia de Brasília

[Endereço para correspondência](#)

RESUMO

Neste trabalho, construímos relações entre a Gestalt-Terapia, a corporeidade (MERLEAU-PONTY, 2000) e a estética fenomenológica (DUFRENNE, 2004). Partindo da ênfase da Gestalt-Terapia no caráter criativo do self, consideramos a existência como criação, um tipo de obra que pode ser colocada em diálogo com a obra de arte. A psicoterapia pode ser vista como um lugar de contemplação da obra, desvelamento de significados e instauração de sentidos. Seu objetivo é ampliar a experiência aqui-agora para significar a ação criativa do indivíduo no processo de lidar com o mundo. Tomando a proposta gestáltica de atenção à forma e de orientação por critérios estéticos, construímos um diálogo entre a relação terapeuta-cliente e a relação espectador-obra. Consideramos a experiência do terapeuta uma experiência estética, que busca a verdade ou essência do objeto, assim como é dada imediatamente no sensível (Dufrenne 2004), e que toma como ponto de partida a corporeidade.

Palavras-chave: Gestalt-terapia, Corpo, Experiência estética, Relação terapêutica, Psicoterapia, Arte.

ABSTRACT

In this article we discuss gestalt therapy relationship with aesthetics (Dufrenne, 2004), and embodiedness (Merleau-Ponty, 2000). Gestalt therapy emphasizes primarily and centrally the creative nature of the self. From this we consider existence as creation, establishing a dialogue with a work of art. Psychotherapy can be seen as a space of contemplation of the work, of disclosure of meanings and of senses instauration. Psychotherapy seeks to amplify the client's experience in the here-and-now of the therapeutic encounter to demonstrate that the individual, in interacting with the world, is acting creatively. Taking gestalt emphasis on form and configuration and its interest in aesthetic criteria, we open a dialogue between the therapist-client relationship and the viewer — work of art relationship. We consider the therapist experience an aesthetic experience a kind of perception that seeks the truth of the object as it is immediately given to the senses (Dufrenne 2004) and that has its roots on embodiedness.

Keywords: Gestalt-therapy, Body, Aesthetic experience, Psychotherapeutic relationship, Psychotherapy, Arts.

Não falar primeiro, mas
esperar que (a obra)
nos interpele.
Schopenhauer

Nosso objetivo neste trabalho é fazer algumas aproximações teóricas entre a noção de experiência estética e a noção de corporeidade, tendo como contraponto a Gestalt-Terapia.

A estética é uma disciplina que traz em sua origem a discussão do dualismo. Razão ou sensibilidade? Ao ser consolidada no século XVIII, quando foi considerada Ciência e Filosofia da arte, circunscreveu um espaço teórico e epistemológico. Marc Jimenez, um esteta francês contemporâneo, argumenta. A fundação da estética como disciplina autônoma significa que o domínio da sensibilidade torna-se objeto de reflexão e obtém direito de cidadania; a intuição e a sensibilidade não são mais as “mestras do erro e da falsidade”.

Ainda assim, a sensibilidade é liberada e reabilitada, mas permanece sob o controle da razão, única faculdade que dá acesso a um conhecimento puro, pois ainda predomina o que podemos chamar de ideal da Razão. A invenção da estética no século XVIII absolutamente não se opõe ao avanço do racionalismo. E ainda mais: apesar da explosão romântica do séc. XIX, que concretiza a então recente insurreição contra as luzes e a razão, o racionalismo segue com o progresso tecnológico.

Trata-se, então, para a estética, de conciliar o dualismo fundamental do homem constituído de natureza e de cultura.

Uma história da estética [...] conta a história da sensibilidade, do imaginário e dos discursos que procuraram valorizar o conhecimento sensível dito inferior, como contraponto ao privilégio concedido, na civilização ocidental, ao conhecimento racional (JIMENEZ, 2000, p.25).

Essa também é a busca da fenomenologia. E, em certo sentido, a da Gestalt-Terapia, uma psicoterapia da totalidade.

Tenho buscado a arte e a estética para dialogar. Minha escolha tem sido trabalhar com a estética fenomenológica de Mikel Dufrenne, um filósofo contemporâneo francês, influenciado por Sartre e Merleau-Ponty. Assim, se coloca para nós, que trabalhamos na perspectiva fenomenológica, uma identidade que funciona como ponto de partida.

Sua obra marcante é a “Fenomenologia da experiência estética”, que se refere à experiência estética do espectador. Nela, apresenta a distinção entre obra de arte e objeto estético; a obra de arte, por meio da percepção estética, se torna objeto estético. Ao descrever o objeto estético, o filósofo aponta três níveis: presença – onde salienta o tratamento dado ao papel desempenhado pelo corpo na percepção, clara influência de Merleau-Ponty -, representação e sentimento (FIGURELLI apud DUFRENNE, 2004, p.11).

Partindo do pensamento de Mikel Dufrenne, poderíamos sintetizar a idéia de experiência estética como o ato de o sujeito exprimir o objeto tornado estético para si, buscando recriá-lo e situá-lo num plano de sentido que é para a consciência.

Percebe-se aqui a intencionalidade que liga sujeito e objeto e isto aponta para o que gostaria de destacar aqui: a diferença radical, nesse processo de experiência, do que se chama uma leitura meramente intelectual. Na leitura meramente intelectual, há um distanciamento do sujeito e do objeto e, como tal, o objeto é reduzido a alguma coisa pensável ou manipulável. Na experiência estética, há a inauguração de uma intimidade entre os pólos objetivo e subjetivo, permitindo, assim, a redução da distância entre eles (OLIVEIRA, 2004). Ela é fundada na percepção primordial, pré-reflexiva.

A percepção estética é, de fato, a percepção real, aquela que só quer ser percepção, sem se deixar seduzir pela imaginação, que convida a vaguear em torno do objeto presente, ou pelo intelecto que, para dominar o objeto, procura reduzi-lo a determinações conceituais; enquanto a percepção ordinária – sempre tentada pela intelecção desde que tem acesso à representação – procura uma verdade sobre o objeto (DUFRENNE, 2004, p. 80).

E a Gestalt-Terapia? A teoria da Gestalt-Terapia é formulada em grande parte a partir de categorias usualmente associadas à arte. De acordo com Miller (1980), afirmar isso significa mais que amoldar-se às categorias das artes, ou fazer analogias com elas. Gestalt é um conceito estético, afirma Laura Perls (2002), uma de suas fundadoras. Ela e Paul Goodman são responsáveis por trazer uma preocupação com a natureza da arte para formular a Gestalt-Terapia. Ela é uma abordagem plantada firmemente em um contexto de valores estéticos tanto quanto de idéias psicológicas (MILLER, 1980).

A Gestalt-Terapia foi concebida por pensadores e clínicos que eram envolvidos em disciplinas artísticas: poesia, música e dança, teatro. Eles “encontraram nas artes uma visão de funcionamento ideal, a qual eles estenderam a toda atividade humana. Essa visão tornou-se a sua medida de saúde e doença e guiou sua prática em psicoterapia” (MILLER, 1980, p.87).

A Psicologia da Gestalt dedica uma enorme atenção ao estudo dos problemas da forma. Dirige seu esforço primordialmente à percepção e faz uma abordagem que busca superar a dicotomia sujeito-objeto, fazendo propostas que envolvem a premissa básica da percepção das formas em todos significativos. Dela (da psicologia da gestalt) fica a contribuição mais pontual, que diz respeito às qualidades estéticas. Nos estudos sobre percepção, a psicologia da gestalt demonstrou que os indivíduos tendem a realizar a experiência em todos significativos caracterizados pela forma, estrutura e unidade (MILLER, 1980, p.87). Ela deixa de herança para a Gestalt-Terapia a noção de boa forma ou de pragnância da forma, que se consolidou como um importante guia conceitual. Isso decorre da idéia de se considerar a forma como totalidade, ou seja, a percepção se dá como um todo que se organiza da melhor forma possível, de acordo com as condições dadas no campo.

Nesse sentido, a psicoterapia se dirige mais à forma que ao conteúdo, busca conhecer a estrutura, o fundo que constitui e sustenta a figura. Olhar para a existência como totalidade viva que se mostra no presente organizada da melhor forma, diante daquelas condições, a partir daquele fundo. E é a forma que apela para a sensibilidade.

Esse olhar se dá a partir de uma experiência perceptiva, que em muito se aproxima da experiência estética, sensibilizada, em estado bruto, pré-reflexiva. "É (justamente) a forma que se revela na experiência estética", afirma Dufrenne (2004, p.27).

Isso desperta emoção e admiração. Admiração pelo que? A Gestalt-Terapia vê a existência individual como criação, os arranjos possíveis como formas criativas conferidas ao existir, ao relacionar-se. A vida como a construção de uma obra, que instaura um sentido para si e para o mundo, sentido este sempre incompleto, imperfeito, em processo.

Como essa obra se coloca na terapia? A obra pode ser um sonho, uma lembrança, uma estória, uma fantasia, enfim, o fragmento da experiência existencial que ali se coloca como uma obra de arte.

É importante apontar a ênfase primeira e central da Gestalt-Terapia no caráter criativo do self – a experiência existencial é vista como um processo eminentemente criativo de um corpo-sujeito-do-mundo. A psicoterapia visa ampliar a experiência do cliente no aqui e agora do encontro terapêutico, para significar a ação criativa do indivíduo no processo de lidar com o mundo. Pode, assim, ser vista como um lugar de contemplação da obra, de desvelamento de significados e de instauração de sentidos.

Nessa direção, podemos construir um diálogo entre a relação terapeuta-cliente e a relação espectador-obra, recorrendo a algumas idéias de Mikel Dufrenne (2004).

O cliente traz uma existência a ser decifrada. Isso implica um conhecer por uma relação intencional. O que quer dizer isso? Não é uma análise intelectual, em nossa perspectiva, mas a busca do desvelamento de uma essência por meio do fenômeno que aparece no encontro terapêutico. Podemos pensar nessa relação como uma relação intencional, que envolve um momento aquém da reflexão, que se dá no nível da percepção.

A Gestalt-Terapia propõe uma relação terapêutica que propicie e preconize um espaço de liberdade criativa. Nesse sentido, valoriza um tipo de percepção que se aproxima em muito da percepção estética, compreendida por Dufrenne (2004, p.80) como aquela que busca a verdade (ou essência) do objeto, assim como ela é dada imediatamente no sensível.

O terapeuta convida o cliente a fazer isso em relação a si próprio, quando o incita a um olhar-se a si mesmo com os olhos do sensível e buscar na sensação do corpo (o lugar originário da percepção, do Ser Bruto, do pré-reflexivo) a matéria-prima para o seu re-conhecimento.

Aqui nos inspiramos na obra de Merleau-Ponty, especificamente em sua abordagem da noção de corpo. Como estão relacionadas corporeidade e experiência estética? Diretamente, a meu ver. A experiência do corpo pode ser vista como o principal “veículo” da experiência estética. A corporeidade é aqui compreendida (a partir do pensamento de Merleau-Ponty) como unidade mente-corpo, como totalidade de experiência do corpo. Mais que consciência do corpo, uma experiência bruta, em estado bruto. Proposta que supera as idéias de consciência ou representação corporal e de esquema corporal.

A idéia de consciência corporal (ou representação corporal) reduz a experiência do corpo à categoria de fato psíquico; a de esquema corporal se restringe às partes do corpo, à tomada de consciência de posturas, imagens mentais e modelo postural.

Pensamos - a partir da noção de carne proposta por Merleau-Ponty - em uma corporeidade intencional, em um corpo-sujeito, no sentido de que não tenho um corpo, mas sou um corpo e, ainda mais, um corpo que está dirigido para e comprometido com a situação presente.

De acordo com Dufrenne, “a experiência estética se situa na origem, naquele ponto em que o homem, confundido inteiramente com as coisas, experimenta sua familiaridade com o mundo” (2004, p.13). Nota-se, aqui, a noção merleau-pontyana de carne fortemente presente, visto que tal noção expressa justamente essa inseparabilidade homem-mundo, uma aderência do homem ao lugar e ao agora (MERLEAU-PONTY, 2000). Isso vai ainda mais longe, ao indicar o caminho da intencionalidade que liga homem e mundo, sujeito e objeto: “a percepção estética procura a verdade do objeto, assim como ela é dada imediatamente no sensível” (DUFRENNE, 2004, p.80).

A Gestalt-Terapia é uma abordagem de inspiração fenomenológica; é definida por seus criadores como a abordagem original, não-deturpada e natural da vida: isto é, do pensar, agir e sentir do homem originariamente inteiro e mergulhado no mundo. Desenvolveu uma visão relacional a partir de uma teoria que se baseia no conceito de contato, definido aqui como a capacidade de alguém, partindo de uma corporeidade intencional (alguém que é um corpo dirigido para e comprometido com a situação presente), reconhecer suas necessidades (engajado na situação) e manipular essa situação para satisfazê-las e retornar ao estado de equilíbrio.

A experiência estética faz referência ao belo, a uma sensibilidade ao belo. Em Dufrenne, o belo é um valor. Afirma que um valor não é só o que é procurado, mas também aquilo que é encontrado:

É o próprio de um bem, de um objeto que responde a algumas de nossas tendências e satisfaz algumas de nossas necessidades. A exigência de valor está enraizada na vida e o valor está enraizado em certos objetos. Aquilo que vale absolutamente não vale no absoluto, mas em relação a esse absoluto que é um sujeito, quando ele se sente ou se quer satisfeito por um objeto, real ou imaginário, que aplaca sua sede de bebida, de justiça ou de amor (DUFRENNE, 2004, p.24).

Nesse sentido, contato pleno, esse conceito central da gestalt que trata da ligação do homem com o mundo, é “beleza pura”. O trajeto do contato se inicia pelo pré-contato, lugar do ser bruto, onde não há separação, de onde emerge tudo, a origem. Esse é o lugar do corpo e das sensações. Nosso processo psicoterápico está sempre se remetendo à totalidade e, portanto, ao corpo, às sensações, ao bruto da experiência. Quando o terapeuta convida o cliente a um olhar-se a si mesmo com os olhos do sensível e buscar na sensação do corpo a matéria-prima para o seu re-conhecimento, está fazendo um convite à percepção estética, no sentido de que evita, nesse momento, as armadilhas do intelecto de reduzir-se a determinações conceituais.

Estamos interessados na experiência tal como se dá - mais que na leitura intelectual da experiência, por acreditarmos que não há parâmetros ideais para o comportamento ou para a

existência humana. Por isso estamos “mais interessados” na forma que no conteúdo. Não como ao invés do que, no presente ao invés do passado. Aqui-e-agora indica um interesse na configuração que se mostra. Na Gestalt. Na forma.

O psicoterapeuta (também) se sente implicado nesse processo de apreciação estética. Seu convite ao outro se dá, sobretudo, na sua própria (do terapeuta) presença e no seu olhar admirativo. Uma percepção atenta, interessada, que se diferencia do olhar indiferente do mundo.

Utilizamos critérios estéticos para, a partir de um olhar que se aproxime de uma experiência estética (do terapeuta diante da obra) transformá-la em objeto estético. Tais critérios estão relacionados à sensação: brilho, harmonia, fluidez, à elasticidade das figuras em sua relação com o fundo. “O belo não estimula como um estímulo qualquer, ele inspira, mobiliza a alma inteira e a torna disponível” (DUFRENNE, 2004, p.26)

Quando a existência do outro (cliente) se torna um objeto estético para mim (terapeuta), a essência do outro se revela, vem à tona o seu mundo transformado em obra, que como obra de arte se ressignifica no encontro comigo (terapeuta). Para Dufrenne (2004), o espectador não é só a testemunha, é de algum modo executante, porque o objeto estético precisa do espectador para aparecer.

Essa obra está inacabada, em processo de mudança, na maior parte das vezes. Pelo menos é isso que motiva, em um primeiro momento, a busca por um terapeuta. Muitas vezes o terapeuta é visto como um restaurador, aquele que vai operar algo na obra, mas em absoluto aceitamos esse papel. Nosso papel primordial é o de espectador, aquele espectador que se conecta com a obra e se co-responsabiliza.

Ser co-responsável implica essencialmente entrega e admiração, na busca da beleza, da boa forma. Não estamos interessados em análises simbólicas, causais, em explicar os motivos que levaram àquela forma, mas sobretudo no valor intrínseco da obra, na plasticidade da forma.

E como se justifica esse interesse na forma, na plasticidade?

Mário Pedrosa (1979, p.107) afirma a respeito da forma: “A vida é uma hierarquia de formas (Prinzhorn). Só estas nos oferecem base para um julgamento preciso, para uma avaliação sensível e concreta das relações das coisas entre si”. Discute os fundamentos psíquicos desses fenômenos formais que se concentram nessa “incoercível necessidade de expressão presente em todo ser humano” (PEDROSA, 1979, p.107) e conclui que, por mais que se justifique em outros planos dessa fenomenologia, o finalismo é inteiramente estranho à essência da forma. O sentido dessa encontra-se nela mesma. “A perfeição de uma obra se enquadra nesta equação: a vitalidade mais alta na estrutura mais inevitável. Tudo o mais é secundário” (PEDROSA, 1979, p.107).

A totalidade da forma oferece o acesso à essência. Ou seja, uma necessidade expressiva de um mundo psíquico se organiza por meio de uma estrutura que tem forma, inevitavelmente. A criança, ao brincar, acaba descobrindo uma dança rítmica agradável; o primitivo com a máscara de dança dá expressão ao seu mundo afetivo, povoado de imaginações demoníacas e mágicas (PEDROSA, 1979, p.107). O sonho conta uma história por meio de uma imagem. Através dessas manifestações de pura forma é que alguém enquadra a sua vivência subjetiva.

Desse modo, nossa tarefa primordial é dar licença. Espaço. Autorizar a expressão. Para ver a forma. Mário Pedrosa, enquanto um crítico de arte que se dedicou ao estudo da forma, chama nossa atenção para o fato de que

Só pressentimos a presença de uma obra plástica, em sua essência e segredo, se recebemos o seu impacto por assim dizer passivamente, ou se para nós ela se apresenta como uma estrutura ou um todo complexo em si mesmo, sem outro objetivo ou interesse particular (PEDROSA, 1979, p.108).

Ele prossegue:

Ai daquele que não sente, que não consegue viver uma obra de arte simplesmente contemplando-a, e precisa recorrer deliberadamente, intelectualmente, a elementos extrínsecos de justificação e decifração! Pode ser um sábio, um gênio da psicopatologia, nem por isso terá entrevisto sequer o cerne do fenômeno (PEDROSA, 1979, p.108).

Isso implica uma vontade de “afirmação da existência” (FONSECA, 1989, p.4). A ação de um terapeuta que afirma a existência. Quando a experiência existencial se expressa de modo saudável, a forma da expressão é clara, graciosa, bela, harmônica.

Para a Gestalt-Terapia, neurose é fixação, repetição, perda da capacidade criativa, da disposição para a improvisação, para o novo. Tentativa de controle, de agarrar-se ao conhecido, medo do desconhecido.

É claro que, às vezes, enquanto psicoterapeutas, assumimos o papel de “críticos de arte”, no sentido de ser aquele que gosta ou desgosta, aprecia as qualidades estéticas ou enxerga sua monotonia. De acordo com Miller (1980, p 91):

Sintomas representam habilidades [...] que têm se tornado uma obrigação. Estão na parte conservadora do espectro criativo. Os sintomas dependem de técnicas já aperfeiçoadas de dar de cara com emergências de modo a controlar a ansiedade [...] sintomas são repetitivos e estagnados, como a desinteressante arte de má qualidade.

Ainda assim, diante do feio, do grotesco mesmo, buscamos olhar sua forma como aquela que revela a essência do fenômeno. Miller (1980, p. 91) nos lembra que ambas, doença e saúde, “provêm de um mesmo impulso criativo, o movimento inato no organismo humano para definir-se e modelar sua relação com o ambiente” e que “os sintomas, como a arte, originam-se num talento humano – a habilidade de fazer algo modificando a realidade”. O artista de sua própria neurose talvez precise de tanta paixão e disciplina, originalidade e astúcia para fazer um sintoma quanto para fazer uma pintura ou um poema (MILLER, 1980, p. 91).

A Gestalt-Terapia é uma abordagem que aceita o ilimitado e o imperfeito como forma de expressão e que trabalha justamente na valorização e no reconhecimento da plasticidade dessa forma, que foi a melhor forma possível de ser construída, em algum momento do passado. É somente a partir desse reconhecimento que, então, pode a forma ser plenamente assumida e vivida na relação com o terapeuta – havendo o que Dufrenne (2004) denominou fusão de horizontes - e assim pode ser re-significada, reconstruída a partir de uma nova imagem. A possibilidade de experimentar a sensação da totalidade hoje, aqui - agora, para ser capaz de perceber que as partes já se modificaram e que já existe uma nova totalidade. Isso instaura a possibilidade da mudança.

Na psicoterapia, as formas adotadas pela existência são vistas, re-vistas, re-significadas e re-arranjadas a partir de uma compreensão que transcenda o meramente intelectual, que resgate a corporeidade para alcançar a experiência em estado bruto e possibilite transformá-la em beleza, ou seja, em experiência sensível e significativa.

Dufrenne (2004) afirma: "O objeto belo nos envolve e nos emociona mais imediatamente do que qualquer outro objeto, porque ele é, ao mesmo tempo, sensível e significante: nessa experiência incomparável o sensível revela em lugar de ocultar" (p.37).

Trabalhamos, enfim, com um a priori específico: que o sujeito esteja presente como sensibilizado no sensível (OLIVEIRA, 2004) – com um conhecimento virtual das significações afetivas da forma assumida pela experiência (o objeto do conhecimento). Awareness.

O desafio da estética, de acordo com Jimenez (2000), é aquele da reconciliação. Entre a arte (que rompe com as tradições pelo ato de violência, pelo choque) e o público.

A Gestalt-Terapia também trata de uma reconciliação. Primordialmente entre uma obra existencial e o próprio autor, por meio da presença do terapeuta.

Olhar esta obra e com os olhos da experiência estética transformá-la em objeto estético significa reconciliar o autor com sua própria criação, que pode agora ser vista em outra perspectiva, ser re-significada, permitindo, então, uma reconciliação com si mesmo no mundo. Até mesmo – e quase sempre o é - quando essa reconciliação é transgressora: provoca choques e transgride o que está dado.

A Gestalt-Terapia é, desse modo, um convite à experiência estética.

Referências Bibliográficas

DUFRENNE, M. **Estética e Filosofia**. Trad. Roberto Figurelli. São Paulo: Editora Perspectiva, 2004.

FONSECA, A. **Psicoterapia e arte**: considerações sobre um nexos desencontrado. Maceió: texto não publicado, 1989.

JIMENEZ, M. **O que é estética?** Rio Grande do Sul: Editora Unisinos, 2000.

MERLEAU-PONTY, M. **O visível e o invisível**. São Paulo: Editora Perspectiva, 2000.

MILLER, M. V. Notes on Art and Symptoms. **The International Gestalt Journal**, New York, Gestalt Press, v. III, n. 1, p. 86-98, Spring 1980.

OLIVEIRA, L. C. B. **Experiência estética e objeto estético**. Texto não publicado, 2004.

PEDROSA, M. **Arte, forma e personalidade**. São Paulo: Editorial Kairós, 1979.

PERLS, L. **Living at the boundary**. New York: The Gestalt Journal Press, 1992.

[Endereço para correspondência](#)

E-mail: mbalvim@gmail.com

Recebido em: 16/06/2006
Aceito para publicação em: 10/07/2006

Notas

¹ Este artigo foi publicado originalmente no livro: *La psychothérapie comme esthétique*, Ed. L'Éxprimerie, Bourdeaux, França, e está em fase de publicação em edição especial do *Internacional Gestalt Journal*, New York. Agradecemos a Jean-Marie Robine, organizador e editor dessas publicações, pela autorização para publicação deste artigo, ainda inédito, nesta revista. Referência original: Alvim, M. B. *Experience esthétique et corporeité*. In: Jean-Marie Robine (Org.). *La psychothérapie comme esthétique*. Bourdeaux: L'Éxprimerie, 2006. p. 43-54.