



DEBATE EM TORNO DE EMOÇÕES, SENTIMENTOS, AFETOS E SUAS POSSÍVEIS INTERLOCUÇÕES COM A PRÁTICA EM GESTALT-TERAPIA

Debate about emotions, feelings, affections and their possible interlocutions
with the practice in Gestalt-Therapy

JOSÉ OLINDA BRAGA*

Debate sobre emociones, sentimientos, afectos y sus posibles interlocuciones
con la práctica en Terapia Gestalt

Resumo: Esse escrito trata da vida afetiva de um ponto de vista fenomenológico, em sua dimensão existencial, segundo as reflexões aportadas por Edmund Husserl em texto inédito, recentemente tornado público para os leitores de língua espanhola, através da tradução realizada por Antonio Zirió Quijano, sob o título de “*Conciencia del sentimiento - conciencia de sentimientos. Sentimiento como acto y como estado*” (2021). Configura-se, pois, como fundamental fonte de instigações não apenas para a Fenomenologia enquanto método eidético, racional e de rigor, mas também, e talvez sobretudo, para os pesquisadores da alma humana em suas diversas acepções científicas, cujos sentimentos, afetos, precisam ser investigados e compreendidos, com os necessários fundamento e rigor metodológicos. Compreende-se na presente proposição de diálogo entre Filosofia e Ciência, o lançar de luzes aportadas pelo saber filosófico na direção de esclarecimentos conceituais elaborados empiricamente no seio da Gestalt-Terapia enquanto abordagem psicoterápica, o que absolutamente não implica meras transposições de conceitos de um campo a outro, mas a abertura para provocações dali provindas, enfatizando-se a necessidade de delimitação de cada dessas fontes de saberes a seus respectivos lugares de mútua instigação.

Palavras-Chave: Sentimentos; Afetos; Fenomenologia; Gestalt-Terapia.

Abstract: This writing deals with affective life from a phenomenological point of view, in its existential dimension, according to the reflections contributed by Edmund Husserl in an unpublished text, recently made public for spanish-speaking readers, through the translation carried out by Antonio Zirió Quijano, under the title of “*Conciencia del Sentimiento - Conciencia de Sentimientos. Sentimiento como acto y como estado*” (2021). It is configured, therefore, as a fundamental source of instigation not only for Phenomenology as an eidetic, rational and rigorous method, but also, and perhaps above all, for researchers of the human soul in its various scientific meanings, whose feelings, affections, need to be investigated and understood, with the necessary methodological foundation and rigor. It is understood in the present proposition of dialogue between Philosophy and Science, the shed of light provided by philosophical knowledge towards conceptual clarifications empirically elaborated in the heart of Gestalt-Therapy as a psychotherapeutic approach, which absolutely does not imply mere transpositions of concepts from a field to the other, but the opening for provocations coming from there, emphasizing the need to delimit each of these sources of knowledge to their respective places of mutual instigation.

Keywords: Feelings; Affects; Phenomenology; Gestalt-Therapy.

Resumen: Este escrito aborda la vida afectiva desde un punto de vista fenomenológico, en su dimensión existencial, según las reflexiones aportadas por Edmund Husserl en un texto inédito, recientemente hecho público para los lectores de habla hispana, mediante la traducción realizada por Antonio Zirió Quijano, bajo el título de “*Conciencia del sentimiento. Sentir como acto y como estado*” (2021). Se configura, por tanto, como una fuente fundamental de instigación no sólo para la Fenomenología como método eidético, racional y riguroso, sino también, y quizás sobre todo, para los investigadores del alma humana en sus diversas acepciones científicas, cuyos sentimientos, afectos, deben ser investigados y comprendidos, con la necesaria fundamentación y rigor metodológico. Se entiende en la presente proposición de diálogo entre Filosofía y Ciencia, el derramamiento de luces que aporta el saber filosófico en la dirección de clarificaciones conceptuales elaboradas empiricamente dentro de la Terapia-Gestalt como enfoque psicoterapéutico, lo que en absoluto implica meras transposiciones de conceptos de un campo a otro, sino apertura a las provocaciones derivadas de él, enfatizando la necesidad de delimitar cada una de estas fuentes de conocimiento a sus respectivos lugares de instigación mutua.

Palabras-Clave: Sentimientos; afectos; Fenomenología; Terapia Gestalt.

* Universidade Federal do Ceará (UFC), Email: olinda@ufc.br. Orcid: 0000-0001-8569-5232



Contextualização Filosófica da Problemática que se pretende Esclarecer

Esse artigo encontra suas bases filosóficas nos argumentos husserlianos acerca dos pensamentos, dos afetos, dos vividos presentes em seu artigo *Consciência del sentimiento - consciencia de sentimientos. Sentimiento como acto y como estado*, constante da obra *Fenomenología de la vida afectiva* (Husserl, 2021), traduzido para o espanhol por Zirión Quijano. Na primeira parte deste escrito são apresentados os aspectos fundamentais constitutivos da argumentação husserliana ali presentes, em torno dos conceitos de pensamento, afetos, sentimentos. De posse da explicitação desses imprescindíveis elementos filosóficos para a práxis clínica em Psicologia, no limite do interesse a que se presta, em caráter de instigação e com vistas a esclarecimentos de conceitos, é proposta uma interlocução com a metodologia gestalt-terapêutica no que redundará numa discussão epistemológica de seus conceitos centrais, notadamente em torno da concepção de *awareness*, elaborados a partir da experimentação realizada nos espaços clínicos que propiciaram os elementos necessários e suficientes para a constituição desta abordagem psicoterápica.

Historicamente, a Fenomenologia estruturou-se em confronto crítico ante às concepções psicológicas que vigiam à época, justamente aquelas cuja tarefa expectada era a de, entre outras incursões, nos dizer sobre as vicissitudes dos sentimentos humanos, emergidos dos mais variados processos psicológicos básicos, o que garantiria às Ciências em geral, conhecer o quem daquele que é capaz de produzir conhecimento científico. Desde aqueles momentos originários, Husserl se posicionara em sua singular e inédita concepção quanto ao que deveria ser a ciência psicológica descrita em artigos produzidos entre os anos 1925 e 1928, e posteriormente organizados na obra *Psychologie Phénoménologique* (1925-1928), em seu caráter apriorístico, pautado na experiência vivida, o que em parte apontava para uma ultrapassagem da visão causal-naturalista, através da ampliação privilegiada dos conceitos de consciência e razão (Husserl, 2001).

Investigar as vivências afetivas sem que estas ofereçam, (por conta mesmo de suas impossibilidades e limites), um imediato acesso ao âmbito puramente intelectual, constitui-se tarefa por demais audaciosa para os imperativos preceitos de uma Ciência que se impunha sob o método positivo, objetivo, experimental, quantitativo, dedutivo, reducionista. De todos os modos humanos de fazer-se presente e constituir-se existencialmente enquanto tal, é justo a dimensão dos afetos que se encontra mais intimamente enraizada no mundo através de uma espécie de “contato ingênuo” do corpo, através de sua capacidade intencional-perceptiva, a que se refere Merleau-Ponty (2018) em *A Fenomenologia da percepção*, antes mesmo de alçar à dimensão cognitiva, circunscrevendo, assim, uma misteriosa relação com este mundo, embora que passível de investigação e desvelamento.

Quando a Fenomenologia pergunta sobre os sentimentos, está implícito que deverá mergulhar na busca de uma compreensão de seus infinitos modos de expressão, manifestação, especificidades. O mais delicado dessa tarefa é a necessidade de nos proteger frente a duas ameaças que amiúde inviabilizam a consecução de tal desafio: considerar a dimensão dos afetos como algo de importância secundária, prescindível, ou o que seria mais trágico ainda, apartá-la das demais esferas da vida, como se se tratasse de cadafalsos da experiência vivida de sem menos importância.

Em *Vorlesungen über Ethik und Wertlehre* catalogado na Husserlina XXVIII (Husserl, 1988, p. 205), o autor da Fenomenologia se refere a essa dificuldade de abordar tema tão escorregadio às garras do rigor positivista, como uma “selva com monstros à espreita”. Ainda assim, e apesar de tão significativo entrave, é nesse volume referido que veicula suas mais significativas incursões em torno dos sentimentos.

Os sentimentos, aqui compreendidos como emoções, afetos, compõem a vida afetiva humana. Sempre foi em torno desses temas fundamentais que Husserl levantou questões, desde o início mesmo de sua trajetória filosófica, lançando luzes sobre sentimentos, vivências e as condições de possibilidade para que se fizesse possível a ascensão à consciência deles. Como poderíamos descrever essa dimensão humana? Tais proposituras investigativas, apesar de trazidas ao cerne do saber científico em data posterior às inquietações husserlianas, na passagem do século XIX para o XX, já se apresentavam enquanto elementos centrais da reflexão fenomenológica.

Em contraposição à tese de Moritz Geiger que no escrito *Das Bewusstsein von Gefühlen* (1911) defende a impossibilidade de observação dos sentimentos no momento em que são vividos, Husserl afirma haver aí, a necessidade de uma retificação dessa tese que implica a lida com um maior aprofundamento do estudo, com ênfase sobre as noções de ato e estado.

Geiger defende que os sentimentos humanos se desdobram na vivência, na esfera do vivido. Só seria possível tomá-los para análise através da observação, se fosse possível apreendê-los na condição de objeto,



o que não pertenceria a seu modo típico de ser. Sentimentos, afetos não podem ser objetificados. Considerados em sua mera dimensão ôntica eles perderiam o estado de vivência que os constitui em seu originário. Husserl parte desta afirmação de tal impossibilidade explicitada no artigo publicado por Geiger com a qual não concorda, para proferir uma série de reflexões, ilustradas com os mais variados exemplos de momentos existenciais cotidianos seus, sobre os sentimentos e afetos em seus dois típicos momentos de ação e de estado.

O manuscrito de Husserl (2021), *Conciencia del sentimiento - conciencia de sentimientos. Sentimiento como acto y como estado*, que trata da fenomenologia da afetividade se inscreve como marco investigativo de enorme instigação às Ciências Humanas em geral, e em particular à Psicologia, quando pesquisada e aplicada ao âmbito da psicoterapia, na elaboração adequada de método e fundamento para a reconstituição das abordagens que reivindicam acento epistemológico nesse contexto do conhecimento filosófico. No texto em questão que dará subsídio às reflexões aqui apresentadas, Husserl nos propõe uma “gigantesca vivisseção da consciência” (Husserl, 1988, p. 205) oportunidade em que a consciência é questionada em todas as suas modalidades, que para além da dimensão intelectual, abarca as esferas emocional e prática.

Por indicação de Célia Cabrera e Micaela Szeftel constante em prólogo da obra *Fenomenología de la vida afectiva* (2021, p. 8), encontra-se nos manuscritos da XLIII Husserliana - a título de registro e indicação a pesquisadores interessados no tema - denominados *Estudo sobre a estrutura da consciência*, outras revelações do mesmo modo significativas como aquelas presentes nos tomos XXVIII, XXXVII e XLII, todos estes tornados públicos em data muito recente (2014). Este acervo recém emergido do ineditismo em que se encontrava, constitui um verdadeiro legado histórico para a pesquisa sobre a vida afetiva que vem sendo realizada há pelo menos um século, e revigorada nessa seara, em pleno diálogo com vários outros debates contemporâneos, tais como a racionalidade e a dimensão comunitária da emoção. Tal empreitada coloca a questão dos sentimentos e afetos no campo indissociável do pensar fenomenológico, tornando-o central dentre as ferramentas desta Filosofia, ainda que coloque o seu método e seu rigor em prova.

Pretende-se, portanto, seguindo a esteira da sutil tarefa descritiva, típica da Fenomenologia, pôr em destaque as nuances, profundidades e níveis da afetividade, tarefa que ultrapassa a mera indicação de um rol de vivências em que as diversas emoções estariam agrupadas em categorias topográficas, como que em oposição ao chamado âmbito intelectual, cognitivo, racional. Importa questionar de que modo as infinitas possibilidades da vida redundam em uma experiência unitária, em seu caráter ao mesmo tempo afetivo e prático, inextricavelmente entrelaçada, sob pena de, se uma vez investigada em separado, redundaria numa mera abstração.

No detalhamento da defesa de sua tese, nos lembra Husserl (2021, p. 299), Geiger explica que a “articulação do sentimento em partes” só seria possível quando o sentimento tivesse chegado a ser objetivo. Nessas condições teria sido necessário o abandono de sua “posição vivencial”. O prejuízo maior em termos de rigor da análise no instante observacional daí decorrido, recairia sobre a consequência de que o sentimento sobre o qual se pergunta “deixa de ser imediatamente vivido”. É entretanto possível, concede seu interlocutor, uma “análise posterior do sentimento”, quando este passou e se fizer passível de um olhar em sua direção, mas de modo algum seria viável sua “análise enquanto é vivido”.

Os escritos de Husserl sobre os afetos, tão espinhosos para a visão positiva do saber tradicional oferece ferramentas para a superação de algumas aporias vivificadas e reproduzidas na tradição tanto filosófica quanto científica, que busca incessantemente justaposições ou distinções entre cognição e vivência, racionalidade e paixão, razão e emoção. Urge refletirmos sobre o caráter intencional ou não das emoções, sua relação com a corporeidade (tão genialmente empreendida por Merleau-Ponty em sua obra filosófica), suas especificidades vividas nas dimensões individuais e comunitárias.

Geiger opina que a observação analisadora dos sentimentos emocionais é impossível, porque durante o viver os sentimentos não podem ser tomados como se objetos fossem, não podem ser objetivados. Uma articulação dos sentimentos em partes só é possível quando o sentimento chega a ser objetivo. Então tem, sem dúvida, que abandonar sua ‘posição vivencial’; deixa de ‘ser imediatamente vivido’. É acaso possível uma ‘análise posterior do sentimento’, quando o sentimento passou e posso olhar para ele, mas não uma ‘análise enquanto é vivido’? (Husserl, 2021, p. 299) (Tradução livre)

Husserl de imediato, anuncia que não pode consentir com essa ideia, uma vez que não encontra ali uma confirmação pura. Cada vez que nos defrontamos com tais ocorrências vividas que ficaram no passado e desejamos sobre elas lançar luz para uma compreensão de seus significados, o estado de ânimo analisado não poderia ser o passado, mas aquilo que permanece vivo, a unidade que atravessa todo o córego desde lá até esse momento com o que me deparo. Não se trata, assim, de uma dificuldade diferente daquela enfrentada quando se busca a intuição das essências da percepção, da vivência ou de qualquer outro objeto de investigação ontológica. Será sempre necessário o exercício da reflexão.

Acrescenta a essa argumentação, o realce que deverá recair sobre o interesse que move a pesquisa, que é sempre capaz de modificar intensidades e profundidades da atividade investigativa. O humor predominante é sempre propício a distorcer o grau de vivência dos sentimentos que pretendemos reconhecer. Os afetos se apresentam então de modo mais sutil ou mais potente. É possível que cada um dos afetos que afetam o investigador naquele preciso momento de voltar-se para o objeto interrogado perca sua eficiência ou vitalidade.



Portanto, se se pretende analisar sentimentos, é necessário repetir, tornar presente os novos motivos e estes devolverão pelo menos em alguns aspectos, a sua força de outrora, o que nos permitiria chegar a comprovações essenciais. “O sentimento que queria analisar e observar já não o é mais, transcorreu e não se deixou preservar”, arremata Husserl (2021, p. 300-301).

Cada vez que analisamos as ocorrências afetivas, nos deparamos com o que elas trazem fora do seu tempo vivido, a partir de recordações e memórias narradas, uma unidade que surge entre o velho de então e o novo de agora. O que de fato passa a ser novo, inédito, é somente a reflexão, segundo as mais distintas maneiras de observação compreendidas. Todo o resto permanece o igual do mesmo.

Mais à frente em seu escrito, Geiger nos afirma que a proposição de que a observação dos sentimentos em plena vivência se encontra excluída só tem validade para uma forma determinada da observação, que se assemelha ao modo como normalmente se observam os objetos. Ou seja, nos momentos em que um eu considerado em sua dimensão singular busca reconhecer seus sentimentos, com atenção, relativamente a afetos por ele vividos em determinada ocasião da existência.

De certo que há outros estados de consciência presentes naquele que observa os sentimentos, replica Husserl, tal como das vezes em que observador e observado são o mesmo em sentido lato. Alguém se encontra em meio a um eu observador e um eu mergulhado na existência em estado pré-cognitivo, puramente vivencial.

Enquanto um deles percebe as formas de reação perante as vivências tidas, dando-se conta do advento ou nascedouro de estados alegres ou angustiados, da gênese do ódio e do amor, dos mecanismos de disparo da cólera, etc. “E enquanto ‘um dos eus’ vive tudo isso, o outro eu o contempla tranquilamente, toma posição sobre ele, percebe-se espantado ou alegrado perante si mesmo, ou até se pergunta o que os outros poderiam pensar diante de tal exposição sentimental”. Se de um lado existe um eu que vive, sente, aspira, atua e pensa, há um eu que observa. Assim, o eu tanto pode observar quanto se dar conta que observa, o que significa a observação de seu próprio observar. Onde estaria presente aí o limite deste falar de divisão, pergunta-se Husserl, e prossegue afirmando que nessa seara, nada lhe parece bastante claro. Geiger, o autor a quem direciona sua discordância, propõe uma clara diferenciação entre a observação dividida e a observação indivisa, em que no primeiro caso se parte o eu em dois: um que vive e outro que observa aquele que vive.

Husserl prossegue sua argumentação discordante através de descrições hipotéticas de diversos estados de ânimo seus que incluem relutância, deveres profissionais que se interpõem, sentimento de inutilidade, tristeza. Ao viver tais estados de ânimo, o filósofo declara olhar para eles e ao fazê-lo, pretende empreender em seu voltar-se para, uma observação, o que neste caso não poderia ser confundida tal como o faz Geiger, com a mera atenção voltada ao outrora sentido. Observação e atenção são momentos distintos e resguardam entre si, peculiaridades próprias a cada uma de suas especificidades.

A estratégia utilizada para criar as condições de observação do afeto vivido se constitui na repetição do seu motivo presente, aquele da vivência do estado de ânimo em questão, ação que torna possível a observação de partes e lados do que se pretende analisar. Nessas circunstâncias a lembrança advinda da vivência não pode deixar de ser reconhecida enquanto constitutiva da observação, exercendo seu papel, o que não implica que o estado de ânimo seja o passado, mas ao contrário, trata-se do “sempre vivo”, carregando consigo uma unidade que atravessa todo o percurso do acontecido, desde o primariamente sentido ao observado, considerada sua referência explícita através das representações motivacionais retornadas. Ali a reflexão é praticada, tal como o seria no estudo da essência de vivências, percepções, fantasias.

No momento do exercício da observação do sentimento há que se considerar o interesse teórico que predomina enquanto afetos no ânimo do pesquisador, suas intenções implícitas ou explícitas, uma vez que essas condições exercem indubitavelmente significativa influência sobre o resultado que se busca. Assim, a aceitar que o pesquisador se encontre “abatido, triste ou de mau humor”, haveria ali em consequência, uma clara modificação de intensidade e grau da vivência do sentimento. Sua envergadura sofreria modificações imprevisíveis.

A depender da intensidade daqueles afetos que afetam o observador, há em consequência uma espécie de alteração, por assim dizer, da vivacidade dos afetos, sem que esta desapareça de imediato. Permanece sempre algo de seu. Todo o sentimento da observação analisadora, uma vez assim “contaminada” pode impactar de modo ora mais sutil, ora débil, ora mais tênue... Mas é do mesmo modo possível que o ânimo se modifique no desenrolar do procedimento, possibilitando, assim, o retorno da força dos motivos e o sentimento perguntado em questão se faria emergir, como consequência, mais intensamente ainda. Ou até mesmo dar-se-ia que se dissipasse de vez.

Mas se a intenção é a de analisar o sentimento, necessário se faz repetir as motivações, que se façam novamente presentes a mim os motivos daquele, como uma espécie de exercício da pre-sentificação do passado, o que abre a possibilidade de que agora re-a-presentado, pre-sentificado, traga de novo, pelo menos em parte, sua vivacidade, possibilitando-nos a realização de comprovações as mais gerais. Mas não seria possível que se objetasse que o sentimento buscado através da análise já não seria mais, que teria transcorrido, sem perseverar? Ora, toda e qualquer análise de evento externo, em sua objetividade e substancialidade do mesmo modo transcorre assim, o que implica que a rigor, “se quero observá-los só posso analisar o novo, e perseguir em recordação fresca, a unidade das novas faces e das velhas” (2021, p. 300). (Tradução livre).



O vivido gesta os elementos necessários à sua observação, sem que submetido à objetificação, no seu ainda-ali-pulsante, propiciando seu reconhecimento e análise segundo a extensão de si, desvelada através da repetição dos motivos que suscitaram os sentimentais vividos. O que de fato se assoma como novo nesse procedimento de análise observadora é a reflexão, impondo-nos à arquitetura de estratégias observacionais a cada face surgida do fenômeno, um horizonte de revelações, sem perder de vista a influência inegável do “interesse que observa teoricamente sob outros sentimentos”.

Um eu unitário pode buscar captar seus sentimentos, aqueles vividos, ao mesmo tempo, com atenção desperta. Certamente há outros estados de consciência ao se observar os sentimentos, aqueles por exemplo em que alguém é o próprio expectador em sentido lato. É o caso da divisão do eu em uma dimensão de observador e um eu vivente, mergulhado na profundidade de seus sentimentos.

A língua francesa em sua estrutura sintática, no âmbito de seus pronomes pessoais nos ajuda a pensar essa afirmação do seguinte modo: um eu a que nos referimos como “*moi*”, mais profundo, velado, pré-cognitivo, sempre objeto de uma ação, e um eu como “*je*”, explicitando-se na ação que desenvolve, capaz de valer-se de seus processos psíquicos de atenção, memória, percepção, na produção do saber-de-si e de seu campo existencial. O primeiro vive (potência) e o outro se observa na vivência (ato). O eu (*je*) que observa age tomando posição, podendo deparar-se com o fato de se encontrar apreensivo, relaxado, e até questionando sua exposição frente aos demais que eventualmente o observam observando sua vivência. “Aqui temos então um eu que vive, sente, aspira, atua, mas que também reflete, etc., e um eu que observa, que se volta inteiramente a si mesmo”. Enquanto observa, o eu pode olhar o que observa, o que vale dizer, como já mencionado: pode observar seu observar.

Husserl reconhece que há seguramente casos de divisão do eu na forma de um eu-como-sujeito-perceptivo, que exerce a tarefa de observar, que ajuíza com consciência de que o faz, e que toma posição perante si mesmo enquanto objeto desse posicionamento. Para ilustrar essa configuração, vejamos o que nos diz o filósofo alemão:

Assim por exemplo: eu sinto que estou agora em uma situação complicada, me sei e me sinto assediado por amigos, incompreendido em minha aspiração, etc. Me situo no mundo corporal e social, em um grupo comunitário, numa família, etc. Me represento como pai de família, como membro de uma faculdade, como amigo entre amigos, etc. “Eu” o pai, etc., sou, ao tempo que “me” represento, julgo sobre mim, etc., objeto como outro qualquer. Por outro lado: refletindo me encontro a mim, a quem se representa, julga, ou para “minha” representação, minha compreensão conceitual e julgamento, meu sentir, aprovar, etc., referido a mim como objeto. E agora tudo isso se põe em posição de objeto, o eu que vive, o que toma posição frente ao recém objetivado, se torna um objeto e é “identificado” com este, e de imediato está aí por atrás como possibilidade ideal de uma nova reflexão o eu que vive e que não é objetivado. Tudo isso é indubitável e sua elucidação essencial uma tarefa particular (Husserl, 2021, p. 301) (Tradução livre).

Cada vez que em linguagem interior estabeleço um diálogo comigo mesmo, torno-me um objeto que se dirige a si em sua condição objetual, que “fala a si mesmo, que se dá lições, se entristece ou se alegra consigo mesmo”. Através da reflexão, é possível distinguir entre um eu vivo não objetivado envolto na vivência e as duas camadas de eu objetivado e identificado, um com outro, um eu dirigido a si mesmo. As coisas se encontram aí, em sua imanência, e em face delas, no entrelaçamento com elas, se estrutura um eu humano consciente, ainda que não se dê conta desse seu estado em palavras e conceitos. Note-se que estar consciente de algo não implica necessariamente o saber desse algo pelo seu nome, apreendido em conceitos racionais que digam dele com precisão. Os atos corpóreos da consciência já marcam no arco de possibilidades de intuição das essências, o seu lugar de existente.

É possível que se encontre instalado em um eu, o mau-humor, que apesar de não ser reconhecido pelo eu como tal, propicie a possibilidade de que em decorrência desse estado de espírito não ainda nomeado, advenha uma raiva por se estar assim, podendo esta ser percebida e reconhecida apenas como raiva. Seria necessário objetivar a raiva, olhando para o como me enraiveço, criando ao final desse exercício a possibilidade de notar o mau-humor gerador de minha ira? “Tem todo o sentimento vivido que ser objetivado na condição do como eu sinto?”, pergunta-se Husserl.

Há momentos em que o eu, prossegue Husserl, se encontra posicionado atrás, aquela instância que observa, tomado pela curiosidade de se perscrutar, zeloso sobre como agirei de uma forma ou de outra, capaz de formular juízos de valor sobre meus procedimentos. Do mesmo modo, tantas outras vezes executo os mais variados atos, faço as mais diversas escolhas, e não me encontro ali por detrás, à espreita para tomar posição, ao contrário, perfilo-me pela frente fora da dimensão do segundo enquanto alter-estranho, ou de um certo modo, um eu-outro. Trata-se, nesse sentido, de um estranho que sou eu mesmo “(...) como se houvesse me inserido em outro que se posiciona frente a mim e que julga a meu respeito; sinto que sem sair de mim, tomo posição, julgo... Sem sair de mim, tomo posição” (Husserl, 2021, p. 302). (Tradução livre)

Husserl se refere em suas argumentações a um estado existencial em que nos encontramos alienados de nós mesmos, desde o lugar de observador, projetando-nos por sobre o eu vivente, aquele que vive a cada momento, ou eu-do-primeiro-plano. No entanto, essa observação passível de ser exercida na direção de si



mesmo se dá através de sentimento na forma de estado, um estar vivo. Em consequência, “não compreendo bem por que essa observação de sentimentos há de ser tão radicalmente distinta e por que propriamente é excluída por Geiger”. Ainda que o modo de perceber seja diferente, a observação do sentimento de modo algum, deixa de ser direta.

Esse esclarecimento apresentado por Husserl se faz imprescindível: Quando estamos diante de uma obra de arte, nos conectamos ao sentimento que ela nos provoca, o que equivaleria dizer, à vivência do desfrute que a obra me provoca. Há momentos em que nos encontraremos tomados pelos sentimentos em completa entrega. Damo-nos conta da obra de arte e do sentimento dela decorrente, concomitantemente, e ainda assim permanecemos na presença dos dois. Ao nos voltarmos para um ou para outro desses dois polos, não se trata de estarmos diante de um objeto outro chamado sentimento. “Mas não vale só para sentimentos, senão que para todo o âmbito das vivências (não objetivadas), para tudo o que é consciência e não é em geral “objetivo”, mas pode chegar a ser objeto em uma ‘reflexão’”.

Em uma ocasião me movo num campo perceptivo: no campo dos objetos ‘aparentes’ ou de outro modo ‘conscientes’, ‘representados’. Na outra ocasião, ultrapasso esse campo e ‘converto’ em objeto o que antes não era objetivo, não o que era, digamos, objeto meramente despercebido, mas representado. Isso é o decisivo (2023, p. 303). (Tradução livre).

Cada vez que sentimos algo, exercemos esse afeto de modo dirigido ao objeto do sentimento, o que seria pertinente supor que os sentimentos são intencionais, ou seja, perfazendo-se, se dirigem vazios aos objetos que os preenchem. Há, nesse contexto, um dirigir-se aos objetos do mesmo modo que há um vir a nós dos objetos, provocando em nós os sentimentos por eles eventualmente suscitados, num movimento noético-noemático incessante e virtuoso.

Uma Possível Interlocação entre a Filosofia Husserliana concernente a Emoções, Sentimentos, Afetos, e o Manejo da Gestalt-Terapia

Na primeira parte do texto, pretendeu-se explicitar o pensamento de Husserl a respeito das emoções, sentimentos, afetos para que nesse segundo momento, se estabelecessem as condições de possibilidade para o aporte daqueles elementos filosóficos, com vistas a uma possível interlocação com a Gestalt-Terapia.

Enquanto a Filosofia trata de temas universalmente refletidos, o que implica amiúde uma metafísica (considerada em particular aquela que se restringe ao campo das ideais), as ciências se voltam para o particular, na direção da física, do experimentado enquanto substancialidade, ente, objeto físico (no campo do vivido). Esta e aquela se inter-instigam e buscam avançar até onde a outra não conseguiu ainda alcançar. Como dois fochos de luz, essas duas fontes de produção de conhecimento, saberes e sentidos caminham sempre juntas, e, todavia, urge que cada uma delas traga algo a apresentar na forma de novos desafios e revelações. Teses e teorias metodologicamente elaboradas exigem esclarecimentos, visões gerais, submissão ao rigor do pensamento lógico, a uma razão fundamentada. É nessa esfera que se faz possível o encontro dialógico de Filosofias e Ciências caminhando juntas e em concomitância, sem paralelismos, sem sobreposições, para que se instaure o mais amplo campo de confluência de saberes e alargamento de suas condições de possibilidade de acontecimento. Sem que com isso, estejamos autorizados a deslocamentos conceituais ali produzidos para contextos aqui enfrentados.

Tendo a Abordagem Gestáltica sido majoritariamente elaborada a partir da experiência vivida nas diversas situações de acontecimento terapêutico, com claro rechaço - salvo raras exceções - aos saberes produzidos no âmbito das Filosofias e Ciências, seguindo assim a mesma esteira do movimento de contra-cultura que tão bem caracterizou o Humanismo Americano¹, restou a seus herdeiros a tarefa de proporem esclarecimentos, de ordem epistemológica, fundamentados justamente pelo que no princípio fora excluído, com vistas a garantir seu espaço de credibilidade e rigor em meio acadêmico.

A fim de ilustrarmos um dos elementos que caracterizou a contra-cultura americana, que deu ensejo às psicologias humanistas e seu evidente combate à ciência tal como compreendida em sua matriz positiva, vejamos o que nos afirma Fritz Perls em suas “quatro palestras” contidas na obra *Gestalt-Terapia, teoria, técnicas e aplicações* (Fagan & Sheperd, 1980, p. 28):

¹ Movimento cultural ocorrido nos Estados Unidos a partir do pós-guerra (1945), que redundou no questionamento e reelaboração de diversas dimensões das ciências, artes, filosofia, ética, que serviu de seara para o advento das psicologias da terceira via, entre elas, a Gestalt-Terapia, Abordagem Centrada na Pessoa, Psicodrama, Logoterapia, em oposição às perspectivas deterministas. Configurou-se como “Anos de **revoltas políticas e de costumes**, sobretudo entre a juventude, e em que mais do que nunca a **contestação ao sistema e aos valores estabelecidos** estava na ordem do dia. Anos marcados pelo que, na expressão cunhada por Theodore Roszak (s/d.), foi chamado de contracultura: revoltas estudantis, movimento hippie, mobilização pacifista contra a Guerra do Vietnã, ativismo político, organização das minorias raciais e feministas, desafio à autoridade, revolução underground nas artes, **oposição ao materialismo consumista, valorização do corpo, do sentimento, do amor livre, da experimentação psíquica por meio de drogas psicodélicas, da ecologia, da auto-expressão espontânea e das experiências meditativas e espirituais**. Essas tendências todas convergiram na rejeição aos modelos tradicionais de família, trabalho, escola, relações interpessoais, igreja, governo, instituições em geral e da própria cultura ocidental” (Boainain Jr, 1998, p.28) (grifo meu)



Antes de avançar mais, gostaria de analisar brevemente quatro abordagens filosóficas básicas, tal como as vejo. A primeira abordagem é a *ciência* ou, como lhe chamo, a abordagem perifrástica (“*aboutism*”), que nos permite falar *acerca das coisas*, bisbilhotar *acerca das coisas*, transmitir *sobre o* que está acontecendo em nós próprios, discorrer *em torno* dos nossos casos. Falar acerca das coisas, ou sobre nós próprios e os outros como se fôssemos coisas, mantém de fora quaisquer respostas emocionais ou outros envolvimento autênticos. Em terapia, encontramos o fenômeno perifrástico na racionalização e na intelectualização, assim como no “jogo de interpretação”, em que o terapeuta diz: “As suas dificuldades giram *em torno* disto.” Esta abordagem baseia-se no não-envolvimento.

Tal posicionamento decorrente do *Zeitgeist* pós segunda guerra mundial instalou em meio à prática das psicoterápicas humanistas, uma hiper-valorização do experimento, do meramente vivido, em detrimento de investidas conceituais, de confrontos epistemológicos, de embasamento acadêmico de rigor.

Consideradas estas observações iniciais, não se pretende aqui propor a transposição de compreensões filosóficas com o fim de serem empregadas no âmbito científico, sem mais, tal como costumeiramente tem sido realizado, de modo equivocado e sem qualquer fundamento, por parte de várias correntes de abordagens psicoterápicas humanistas que se pretendem reivindicar filiadas a matrizes do pensamento filosófico, sobretudo à Fenomenologia e/ou ao Existencialismo.

Exemplo flagrante dessa constatação é a utilização no setting terapêutico do termo “epocar” em todas as suas formas verbais, numa espécie de neologismo deslocado de seu contexto e significação: práxis realizada a marteladas. A pessoa rogeriana explicitada na Abordagem Centrada na Pessoa perde o seu caráter privado, ainda que marcado por relações, mergulhado em suas vicissitudes, para ganhar uma dimensão pública, apelidado de “homem-mundano”, o que constitui duplo desrespeito a Rogers e a Merleau-Ponty, em flagrante desconhecimento do papel possível que há na relação Filosofia-Ciência (Moreira & Cavalcante Jr, 2008); promoveu-se, sem mais, o conceito de pessoa monadológica/centrada rogeriana (Rogers, 1977) ao status de homem-mundano, sustentado por uma completa distorção/inversão dos preceitos filosóficos. O conceito de *Lebenswelt*, de tão sofisticada elaboração fenomenológica é compreendido simplesmente como “cotidiano”, aquilo que se passa na mediania da existência. Torna-se premente aos cientistas que dialogam com as Filosofias, promoverem uma tentativa de esclarecimentos imprescindíveis à reivindicação e sustentação de credibilidade demandadas no meio científico.

O diálogo permanente entre Ciências e Filosofias é imprescindível, desde que cada uma dessas fontes de saber seja considerada a partir de seu lugar de pulsação, sem jamais poder ser tomada uma pela outra, como se não houvesse entre ambas, as especificidades e particularidades relativas a cada uma em suas fronteiricidades. E na pior das hipóteses, sem o necessário rigor quanto à compreensão da Filosofia com que se pretende dialogar.

Assim, para que não reste ensejo a qualquer equívoco e más-interpretações, a filosofia husserliana comparece aqui, em diálogo com a Gestalt-Terapia, como possibilidade de esclarecimento advindo daquela, em seu suporte rigoroso, racional e *eidético*, às composições aportadas pelos gestaltistas, produzidas todas elas no seio da observação clínica daquilo que empiricamente se apresentava a seus sentidos e olhares, e que deram ensejo à sustentação de suas antropologias filosóficas, conceitos e técnicas, sem qualquer rigor metodológico, como se o meramente vivido revelasse por si - sem a necessidade de reflexões rigorosas e racionais - tudo aquilo de que precisamos para nos aproximarmos da compreensão existencial, prenhe de significados e sentidos fundamentais à dimensão psicoterapêutica.

A Gestalt-terapia tal como foi sintetizada por Fritz Perls e auxiliares em seus raros textos teóricos, promove o importante anúncio, direta ou indiretamente, de que dentre os objetivos da intervenção psicoterápica empreendida por essa abordagem, o facilitar as condições de possibilidades para que se alcancem estados de awareness² por parte do cliente, constitui propósito imprescindível a se realizar. Ao se atingir a consecução de tal empreitada, presume-se que uma vez reposicionado diante da problemática que a princípio surgira na condição de caos na ordem do não-saber, o sujeito tenha condições, superada a alienação de si, de realizar novas escolhas frente a seus horizontes de possibilidades que se reconfiguram em consequência da conquista de um novo estado de - consciência da consciência de si.

Tudo gestado em decorrência do encontro humano num campo existencial pulsante e vívido, em meio ao palco terapêutico na relação psicólogo-cliente. Poder-se-ia esclarecer essa ultrapassagem metodológica da Gestalt-Terapia, instigados pela filosofia de Edmund Husserl relativa à análise dos sentimentos, como uma espécie de observação do eu-observador lançada sobre o eu-da-vivência, resultando como consequência a retirada dos “escotomas”³, impeditivos que se interpunham anteriormente aos estados de awareness alcançados.

Nessa tarefa terapêutica, movida pelo encontro que se dá nas fronteiras do contato consigo mesmo, a saber, entre seu eu e seus outros eus, haveria na instância do cliente um eu-como-sujeito-perceptivo-observador - que sucumbiu enquanto sujeito pleno em seu eu e seus outros-eus, nos entulhos existenciais, forcluído

² Termo inglês de difícil tradução literal, que amiúde se compreende como um saber do saber.

³ Conceito amiúde utilizado por Perls, retirado da nomenclatura oftálmica, escotoma representa um borramento ou ponto cego que obstrui o campo visual total ou parcialmente. Em sua concepção, por falta de acesso direto consciente aos afetos, de tanto serem rejeitados e negligenciados por parte daqueles que justamente são por eles afetados, desenvolvem-se, empregado aqui metaforicamente o termo, escotomas que retiram do saber sobre os afetos, as luzes que lhe trariam uma perfeita compreensão. Os estados de awareness serviriam para a superação desses limites que se interpõem ao saber de si.



pela vontade de poder que lhe impuseram normas, éticas, crenças, muitas vezes adversas ao que de fato pulsa e permanece vivo em si, ainda que desconhecido de todo ou em parte por si; e um eu-como-objeto-de-sofrimento-observado, distanciado, encolhido, mergulhado em seu desamparo.

Desse modo, presume-se que a chegada a estados de awareness aconteceria a partir de uma instância vivida entre o si e o si-mesmo, promovida pela disposição a entrar em contato com, articulada na relação intersubjetiva estabelecida entre cliente e terapeuta; além da participação ativa de todos os eus que habitam a pele dos dois, a pessoa e o psicólogo, no encontro que a relação terapêutica é capaz de proporcionar.

Essa observação que se promove na direção de si mesmo, esse *cheminer-ver-soi*⁴ é realizado a partir de um eu atuante e vívido, preocupado consigo, curioso de si, na direção de um eu profundo como uma espécie de testemunho e anunciador da existencialidade desde seu originário, tal como decorrido em cada instante daquele tempo que escoara até sua atualização para as circunstâncias em vigor.

A Gestalt-Terapia se inscreve em toda sua contextura numa temporalidade enfatizada no aqui-e-agora, em que a importância do passado, do já-não-mais como presente pulsante e revelador é alçado de volta em seus motivos para esse momento que transcorre como inédito, mas sempre viável quanto à apreensão de seus sentidos e significados. Passado precipitando-se no presente e futuro retornando ao momento desse instante, com toda sua abertura ao inédito. Assim, a pre-sentificação do outrora vivido buscado pela técnica gestáltica não se constitui exatamente como o retorno dos afetos que afetaram no passado, porque estes permanecerão em sua originalidade ali onde advieram, mas a repetição do agora e sempre dos motivos daqueles afetos que certamente trazem em seu bojo, juntamente com a memória que se faz possível, o sempre vivo que não se extingue, que escoar na direção do fim, no sentido mesmo do modo típico de ser do *Dasein*⁵ que é o de ser-para-a-morte⁶. Por essa via, passado e futuro se entrelaçam no aqui e agora, gestando a possibilidade do advento do seu encontro com seu destino, perfilado enquanto caminho que se faz na caminhada, com toda a tragédia e resplendor que a vida humana nos reserva.

Considerando que os sentimentos vividos por aqueles que investigam os afetos em psicoterapia interferem significativamente na qualidade de apreensão dos sentimentos que se pretendem desvelar, encontramos nas reflexões de Husserl o alerta no sentido da necessidade de se empreender uma investigação sobre tais afetos-intervenientes tanto no nível do cliente quanto do terapeuta. Somente ao longo dessa persistente investigação, em paralelo com os processos elaborados, teríamos condições de promover as necessárias reduções de tudo o que poderia afetar a compreensão do vivido, velado por escotomas produzidos nos dois polos de acontecimento do encontro terapêutico. As revisões voltadas para o cuidado do cuidador têm seu lugar de acontecimento na supervisão clínica, e são desse modo imprescindíveis para os que se pretendem instrumentalizar de uma adequada postura fenomenológica quando de sua atuação psicoterapêutica.

Uma Palavra Final

As possibilidades de reflexão filosófica aqui tecidas no sentido de se buscar esclarecimentos às descrições conceituais da abordagem gestáltica, a partir de restrita amostragem, são de fato ilimitadas. Pretendeu-se nesse escrito ressaltar a importância de que as práticas psicoterápicas sigam dialogando em seus momentos metodológicos, conceituais e técnicos com os mais diversos posicionamentos produzidos pela Filosofia e seus métodos, enfatizada a possibilidade de tornar a práxis dali advinda, mais rigorosa, submetida a métodos racionalmente elaborados. Somente desse modo, criar-se-ia, em consequência, condições de possibilidade para a reivindicação de filiações epistemológicas amiúde anunciadas pelas abordagens humanistas, sem qualquer critério que lhes garanta acolhimento junto à comunidade acadêmica.

Partir de conceitos fundamentais que norteiam a prática psicoterápica, tais como awareness, campo existencial, escotomas, vivência, aqui e agora, passado, presentificação - considerado o exemplo desse escrito - na direção do rigor conceitual elaborado nas meditações filosóficas, bem como constituir instrumentos na forma de suporte e fundamento para as intuições apreendidas/depreendidas por aqueles fundadores, mediante vivências e experimentações exitosas, se faz fundamental e imprescindível. Não se pretende com isso filosofar as Ciências, tampouco cientificar as Filosofias, mas estabelecer entre ambas as fontes de saber, uma seara para a tessitura de compreensão mais alargada daqueles princípios, para a contextualização de seus objetivos a diferentes momentos existenciais, para a atualização do que fora preconizado no passado, às vicissitudes históricas do momento vivido.

Referências

4 Caminhar-na-direção-de-si

5 *Dasein* ou *Eis-aí-ser*, e ainda mais precisamente como Martin Heidegger sugerira em Os seminários de Zollikon, *ei-aí-o-ser*, construto que faz referência ao ser humano como existente, em sua condição de ser lançado, transcendente.

6 Existencial elaborado ao longo da analítica existencial do *Dasein* em que Martin Heidegger na obra *Ser e Tempo* reivindica uma Ontologia Fundamental, em face do esquecimento do ser empreendido pela Metafísica ou tradição filosófica, em que aponta como um dos modos típicos do ser dos humanos, a ek-sistência, o estar-lançado para fora, na direção do se extinguir, sua finitude.



- Boainain Jr, E. (1998). *Tornar-se transpessoal: transcendência e espiritualidade na obra de Carl Rogers*. São Paulo: Summus.
- Fagan, J. & Sheperd, I. (1980). *Gestalt-Terapia. Teoria, técnicas e aplicações*. Rio de Janeiro RJ: Zahar Editores.
- Husserl, E. (1988). *Vorlesungen über Ethik und Wertlehre 1908-1914*. Husserliana XXVIII. Dordrecht/Boston/London: Kluwer Academic Publishers.
- Husserl, E. (2001). *Psychologie Phénoménologique (1925-1928)*. Librairie Philosophique J. Vrin, Paris, France.
- Husserl, E. (2021). *Fenomenología de la vida afectiva*. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: SB Editorial.
- Merleau-Ponty, M. (2018). *Fenomenologia da Percepção*. São Paulo SP: Editora WMF Martins Fontes.
- Moreira, V. & Cavalcante Junior, F. S. (2008). O método fenomenológico crítico (ou mundano) na pesquisa em psico(pato)logia e a contribuição da etnografia. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 8(2) Recuperado em 15 de junho de 2023, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812008000200010&lng=pt&tlng=pt.
- Rogers, C. R. (1977). *A Pessoa como Centro*. São Paulo: EPU.

Recebido em 26.09.2022 – Primeira Decisão Editorial em 09.12.2022 – Aceito em 28.12.2022