

ENSAIO VULVOSCOPIA

Experimentação gestáltica tríptica em carne viva:
autopenetração, autogestação e autocriação

Acredito no potencial artístico que existe em cada ser humano.

Não refiro-me à produção de arte.

E sim, ao tornar-se a própria obra de arte.

Sentir-se livre e digno de uma existência autoral.

Reconhecer intimamente o direito de viver como criador de si mesmo.

Experimentar. Experimentar. Experimentar.

Sem experimentar não se pode criar.

A criação é sempre obra de experimentação.

Eu experimento a carne de meu corpo como moldura de minha alma e vida.

E assim, experimento a gestalt-terapia.

A gestalt não está separada de mim.

Sou minha própria gestalt.

Sou um processo de autodesenvolvimento e autoconscientização.

Nomeio esse processo de “Vulvosopia - experimentação gestáltica tríptica em carne viva: autopenetração, autogestação e autocriação”, pois assim o vivo e o vivi durante a formação terapêutica.

Vulvosopia é um autoexame contínuo: abertura,

presença e atenção ao agora, ao ser-no-mundo.

Vulvosopia é a atualização do eterno retorno: a origem, a semente, a vulva, a casa, o útero cósmico natural.

Vulvosopia

1- Autopenetração - Vazio Fértil

Estar dentro de si e aberto.

Autossustentado.

Desapegado.

No centro.

A vivência a partir do nada revela a presença de cada um.

E a possibilidade da experiência servir à consciência.

Fritz Perls diz que “ o trabalho de integração de polaridades faz pensar que a Gestalt é a soma de suas partes e algo mais. No entanto esse mais é um menos; paradoxalmente a essência desse trabalho é o despojamento, a desidentificação e a aceitação do vazio.

Nem sequer serve saber que ao penetrar esse nada, esse vazio se faz vivo e se preenche, até que esse conhecimento seja o fruto da experiência”. (1)

A experiência do vazio é a experiência da autopenetração.

Entrar no labirinto atraído por Dioniso.

Alinhar o mistério com Ariadne.

A gestalt como a derrubada das paredes do labirinto.

O centro vivo, além das veredas que se bifurcam.

A recuperação do ponto a partir do qual o organismo atua guiado por sábia orientação.

O labirinto deixa de ser experimentado como vazio de terror para ser experimentado como vazio de fertilidade.

A união de Dioniso e Ariadne.

O anel.

O eterno retorno.

O nascimento do além- homem, o homem inteiro.

O vazio fértil é condição para a autorregulação organísmica, para que a natureza faça o trabalho de recuperação da origem, da unidade.

Para que esse conhecimento seja fruto da experiência é preciso dar-se conta de que “ o nada só é nada se estamos perante a compulsão de fazer dele alguma coisa.

Uma vez que aceitamos o nada, tudo se dá por acréscimo.. uma vez que deixamos de estar preocupados por isso ou por aquilo...nos damos conta de que somos o que somos”. (2)

Naranjo alude ao desapego como um conceito pouco levado em conta no processo de amadurecimento e transformação humana, e que na Gestalt tem passado despercebido pelo destaque dado ao expressivo e orgiástico.

Mas “ um não pode se liberar se não há desapego. Um necessita do desapego para deixar de fazer o que está fazendo, para se manter quieto, para estar simplesmente sentado(como no zen), para abandonar qualquer jogo e permanecer calmamente com a tomada de consciência das próprias percepções do momento ao invés de afundar-se em fantasias ou jogos. E um também necessita do desapego para fluir, para render-se à expressão”. (3)

Este desapego é da mesma qualidade interna do ponto zero de Friedlander e da metáfora de Fritz do vazio fértil.

O que marca as diferenças em como a terapia gestalt desenvolve-se é o grau de fé na autorregulação organísmica:

“ incorporando a terapia gestáltica como uma confiança na espontaneidade, um viver desde adentro mais que um viver desde afora(por obediência à obrigação ou preocupação pela auto-imagem)...um sinônimo do Tao, é dizer, um curso de ação apropriada ditado mais bem por

uma profunda intuição que pela razão, e involucrando um ceder dionisíaco perante às preferências em lugar de um luta sartreana pelas opções.”(4)

Ao falar de Friedlander (e sua consciência indiferenciada como consciência pura) e como a essência do dar-se conta (o desenvolvimento do testemunho mudo), também esse conceito de vazio fértil é profundamente espiritual: “não como pouca frequência o terapeuta gestáltico pode observar a sequência do nada como uma morte-renascimento parcial, e ainda como Perls sabia muito bem que “morrer e renascer não é fácil, este é o processo eminentemente transpessoal que ele viu como a essência da terapia e inclusive da vida.”(5)

Fritz descrevia o vazio fértil como uma experiência esquizofrênica em miniatura, difícil de tolerar, que exige confiança e coragem e que resulta mais familiar ao artista que ao intelectualizador; o artista se move neste espaço, é a condição de sua criatividade, e sabe que há de abster-se de intelectualizar para não abortar o processo. O intelectualizador acaba sumindo-se na confusão. Mas precisamente “ o objetivo de consultar o vazio fértil é basicamente desfazer a confusão. No vazio fértil a confusão se transforma em clareza, a emergência em continuidade, a interpretação em vivência. O vazio fértil aumenta o autoapoio mostrando a quem o experimenta que tem muitas coisas mais nas mãos do que imagina... A experiência do vazio fértil não é subjetiva nem objetiva. Tampouco é introspecção. Sensivelmente é dar-se conta sem especular”. (6)

Desde o ponto de vista da atitude do terapeuta, Freud recomendava aos analistas uma ‘atenção flotante’ e ‘ascetismo benevolente’.

O gestaltista combina uma implicação ativa e uma permanência nesse ponto 0, o qual não é nada fácil. Fritz era um bom exemplo disso, como atesta Claudio Naranjo:

“ Perls mostrava um grau assombroso de indiferença criativa como psicoterapeuta por sua capacidade de ficar no ponto 0 sem cair-se na armadilha dos jogos de seus pacientes. Penso no ponto 0 como um refúgio do terapeuta gestáltico em meio a uma participação intensa; não só como uma fonte de fortaleza, como também seu último apoio.”(7)

2 - Vulvoscopia

Autogestação - Autorregulação Organísmica

A tendência do organismo é atualizar o inconcluso. No ventre vazio a semente original se desenvolve. Autorregulação organísmica é um processo de gestação permanente.

Ser do devir, o Eterno Retorno é inseparável de uma transmutação.

Para que o labirinto seja fertilizado algumas camadas precisam ser rompidas.

Perls fala em cinco capas da neurose, o distúrbio do crescimento, de amadurecimento; a incapacidade de autoapoio substituída pela manipulação por apoio ambiental.

A primeira é “a roupa” que se veste, os clichês e estereótipos, a superficialização do conceito de si. A segunda, o papel que se atua, as máscaras que encobrem a autenticidade, os estereótipos anteriores constituídos em condutas automáticas. São os jogos do personagem que manipula seu entorno.

Como Teseu, que busca no labirinto reconhecimento de sua imagem ideal, de homem superior.

Um modelo de falsa potência de vida, cuja força de afirmação reside na aparência, no esforço de atingir a superioridade, no fardo que carrega para ser reconhecido. Ignora o enigma e o monstro que vive dentro de si. Ariadne, enquanto apaixonada por Teseu também age em sua máscara, quer ser esposada, deixar de ser a princesa do reino paterno e para isso, guia Teseu.

“ Isto nos leva a captar um dos fenômenos mais importantes: o fato de que a autorregulação orgânica que, como W. Reich indicou, é muito diferente da regulação de instintos pela moral ou o autocontrole. A regulação moral conduzirá a acumulação de situações inconclusas e a interrupção do ciclo orgânico.”(8) Teseu satisfeito em “heroísmo” abandona Ariadne. A glória está garantida.

O autoconceito brilha.

Ele parte na ignorância de si mesmo.

O papel lhe basta.

Lamento de Ariadne.

Ressentimento.

Ela está só “na ilha de Naxos”, abandonada à própria trama, enredada.

Vive a terceira camada, a camada do impasse: o medo do vazio, do desconhecido, a evitação dos riscos de crescimento a partir da frustração. Adiante a experiência de enforcar-se no próprio fio, a quarta camada: a camada de morte, a implosão; o contato com o morto dentro de si, os cadáveres que fazem o caminho da adaptação neurótica.

Em noite escura, Ariadne pressente a aproximação de Dioniso.

Ouve o chamado.

Não recua.

Entrega-se.

A quinta camada penetrada: explosão ou capa da vida, o contato com a emoção genuína, com os sentimentos

interrompidos que agora explodem em sua vitalidade original.

Ariadne fecundada por Dioniso.

A explosão completa uma gestalt e fecha uma situação inconclusa.

Perls, ao falar da capa explosiva indica que as explosões básicas se reduzem a quatro emoções que Reich considerou fundamentais: pena (ou dor), ira (ou raiva), alegria e orgasmo.

Mircea Eliade mostra que Dioniso é o deus da *metamorphósis*, interna e externamente: “A embriaguez, o erotismo, a fertilidade universal, mas também as experiências inesquecíveis provocadas pela chegada periódica dos mortos, ou pela *mania* (loucura sagrada, explosão de liberdade, transformação, liberação, distensão, identificação, kathársis, purificação), ou imersão no inconsciente animal ou êxtase do *enthusiasμός* – todos esses terrores e revelações surgem de uma única fonte: a *presença do deus*.” (9)

As três últimas camadas da neurose são igualmente um processo de transformação recolhido nas tradições espirituais: agonia (impasse), morte (implosão) e ressurreição ou renascimento (explosão).

“ Só Dioniso, o artista criador, atinge a potência das metamorfoses que o faz devir, dando testemunho de uma vida que jorra: ele eleva a potência do falso a um grau que se efetua não mais na forma, mas na transformação – ‘ virtude que dá ’, ou criação de possibilidades de vida: transmutação. A vontade de potência é como a energia: chama-se nobre aquela que é apta a transformar-se. São vis ou baixos, aqueles que só sabem disfarçar-se, travestir-se, isto é, tomar uma forma e manter-se numa forma sempre a mesma.” (10)

Teseu continuará igual.

Ariadne é a própria experiência do Eterno Retorno ativo e afirmativo na união com Dioniso.

É a mulher transformada, pronta para passar ao mundo exterior em plena consciência de sua profunda força interior.

Metamorfoseada, está unida em matrimônio sagrado, a semente essencial.

.

3 - Vulvosopia

Autocriação - Integração de Polaridades

O labirinto já não é o do conhecimento e da moral, e sim o da vida e do Ser como vivente.

Uma sinuosa pista de dança.

A dança de vida e morte.

O corpo dançante cria o passo entre o pessoal e o transpessoal.

Entre o estático e o dinâmico.

Entre a arquitetura e a música.

O labirinto sonoro comporta a *coincidentia oppositorum*, a unidade-totalidade, a união dos opostos, o nascimento do além-homem, o homem inteiro.

“ Quando fizerdes os dois (serem) um e quando fizerdes o dentro como o fora e o fora como o dentro, e o alto como o baixo! E se fizeres o homem e a mulher um só, para que o homem não seja mais homem e a mulher não seja mais mulher, então entrareis no Reino.” (11)

Tornar-se o que se é.

Tornar-se o próprio Reino.

Tornar-se a própria dança.

Autocriação além do autoconhecimento. Autorrealização além do autoconceito.

“ Se vocês entenderem Nietzsche corretamente, quando ele fala do super-homem, fala da pessoa que é capaz de

usar seu potencial ao máximo.” (12) Nietzsche diz que fazer de si mesmo uma pessoa inteira é a mais alta tarefa que qualquer pessoa pode cumprir no lapso de sua vida. Conseguir poder sobre si mesmo.

Toda sua obra é uma só crônica dos acontecimentos envolvidos na tentativa de assumir poder sobre si próprio.

“ Façamos de nós mesmos uma pessoa inteira.”(13)

Porém esse ser inteiro não significa a impossível superação do modo e existência dividida, e sim uma eficiente autoconfiguração e autoinstrumentação.

Cada parte de nós tem seu correspondente oposto. O novo na perspectiva gestáltica é a concepção do indivíduo como uma sequência interminável de polaridades; umas aparecem em um momento e outras em outro, mas todas estão aí e formam parte de nós.

Na realidade não existe incompatibilidade entre os opostos, senão que somos nós quem os julgamos erroneamente incompatíveis, tendo como resultado um estreitamento, identidade com um autoconceito. O trabalho gestáltico de polaridades é um antídoto a esse empobrecimento.

Cada traço do autoconceito deve incorporar seu oposto como forma de dissolver a falsa identidade e aproximar-se de uma visão menos estática, mais espontânea e autêntica de si: “ debes tornar-te senhor de ti mesmo, senhor também de tuas próprias virtudes. Antes elas eram teus senhores; mas devem ser apenas teus instrumentos junto com outros instrumentos. Deves adquirir teu pró e poder sobre teu contra, e aprender a desatá-los e ligá-los de novo, segundo teu objetivo mais alto.”(14)

Quem age moralmente pode sentir-se como um ser moral, mas na realidade, explica Nietzsche, moral é essa história do corpo e da cultura que “age” em nós.

E como age?

Primeiramente de modo a dividir as pessoas. Moral, escreve em “ Humano, demasiado humano”, pressupõe a

capacidade de autodivisão: “ Algo em nós dá ordens a outro algo em nós”.(15).

O que Fritz chamou de top-dog/ under-dog.

O ser humano - o dividuum - pode e deve relacionar-se consigo mesmo.

Ele não é uma criança uníssona, mas de muitas vozes, condenada a - e ao mesmo tempo com a chance de - fazer experimentações consigo mesmo.

“ Tenho que ser a prova viva de minha teoria”(16), diz Perls em sua autobiografia.

Assim como Friedlander e Fritz, influenciados por Nietzsche, Jung também foi e decidiu tornar-se a própria obra: “ Eu me senti compelido a perguntar-me com toda a seriedade: o que é o mito que você vive? Não achei a resposta e tive que me confessar que na verdade eu não vivia nem com um mito nem dentro de um mito e sim numa nuvem insegura de possibilidades de conceitos.”

(17) Seu processo de autoexperimentação, o Livro Vermelho(Liber Novus), mostra a tentativa de integrar e desenvolver os vários componentes de sua personalidade e recuperar sua Alma.

É o registro de seu processo de individuação, conceito que alinhavou sua obra.

“ O que nos revelam todos esses mitos e esses símbolos, todos esses ritos e essas técnicas místicas, essas lendas e essas crenças que implicam, com maior ou menor clareza, a *coincidentia oppositorum*, a reunião dos contrários, a totalização dos fragmentos? A nostalgia de um estado paradoxal no qual os contrários coexistem sem confrontar-se e onde as multiplicidades compõem os aspectos de uma misteriosa Unidade.”(18) Integrar, unificar, totalizar, em suma, abolir os contrários e reunir os fragmentos.

A idéia de perfeição, o Ser, consiste numa unidade-totalidade. A unificação e o ato de tornar-se si-mesmo representam, ao mesmo tempo, uma morte, um renascimento e um casamento.

“ Eterno Sim do ser, eternamente sou teu Sim: pois te amo, ó Eternidade!” (19)

Bibliografia

- 1- Perls, Fritz(1969), em Peñarrubia, Francisco – Terapia Gestalt – La via del vacio fértil
- 2- Naranjo, Claudio. La Vieja y Novísima Gestalt = atitude e pratica de um experiencialismo atóxico (p. 61)
- 3- Ib. (220)
- 4- Ib. (7, 8)
- 5- Ib. (23)
- 6 - Perls, Fritz(1973), em Peñarrubia, Francisco – Terapia Gestalt – La via del vacio fértil
- 7 - Perls, Fritz (1989), em Peñarrubia, Francisco – La via del vacio fértil
- 8- Ib.
- 9 - Eliade, Mircea - Birth and Rebirth(p.216)
- 10 - Deleuze, Gilles; Guatarri, Felix; Critica e Clínica (p.121)
- 11 - Evangelho de São Tomás (cf. Doresse, op. Cit, vol II, 158ss, 207ss)
- 12- Perls, Fritz; “Escarafunchando Fritz, dentro e fora da lata de lixo”, 1979
- 13- Nietzsche, Friedrich; Humano, Demasiado Humano (2,92)
- 14- Ib. (2,20)
- 15 - Ib. (2,75)
- 16- Perls, Fritz(p. 251); Escarafunchando Fritz, dentro e fora da lata de lixo
- 17- Jung, C.G.(Líber Novus – c.f. Analytical Psychology p. 25)
- 18 - Eliade, Mircea. “Mefistófeles e o Andrógino”,1962, p. 127. Ed Livraria Martins Fontes, SP.

19 - Nietzsche, Friedrich. "O Anticristo e Ditirambos de Dionísio", glória e eternidade, 1888, p. 137. Ed Companhia das Letras, SP.