

## SOBRE FRITZ PERLS E “EGO, FOME E AGRESSÃO”

Meu primeiro contato com *Ego, fome e agressão* ocorreu durante minha formação em Gestalt-terapia, no início dos anos 80, por intermédio de uma grande e sábia amiga, Gercy Campos, com quem aprendi a essência de muito do que aplico até hoje em minha prática fenomenológico-existencial. Ela me forneceu a edição em espanhol do livro, o que me deu grande interesse de buscar entender as origens da abordagem gestáltica. Posteriormente, consegui acesso à edição norte-americana, que me suscitou a idéia de traduzi-la para o português – seria meu trabalho de final de curso – já que a obra não existia em nossa língua. Isto favoreceria o conhecimento de muitos que não dominam o inglês e o espanhol. Essa empreitada começou nessa época e é fruto de minhas preocupações com a consistência teórico-epistemológica da Gestalt-terapia.

A publicação de *Ego, fome e agressão* no Brasil, além de marcar o centenário de Frederick (Fritz) S. Perls (1893-1970), fundamenta-se nas circunstâncias históricas e nas influências teóricas que levaram o criador da Gestalt-terapia à elaboração de sua primeira obra.

Em 1920, aos 27 anos, Fritz graduou-se em medicina, interessando-se por neuropsiquiatria. Nessa época, se identifica com o movimento da contracultura, integra-se à classe boêmia de Berlim e ao grupo “Bauhaus”, de artistas e políticos dissidentes. Nesse meio, tem seu primeiro contato com a filosofia através de Sigmund Friedlaender, autor de *Creative indifference*, que muito o influenciou. Em sua autobiografia (*In and Out the Garbage Pail*<sup>1</sup>), Perls assim se refere a Friedlaender:

“Meu primeiro encontro filosófico com o nada foi o nada em forma de zero. Descobri-o sob o nome de *indiferença criativa*, através de Sigmund Friedlaender.

Reconheço três gurus na minha vida. O primeiro foi S. Friedlaender, que se autodenominava neokantiano. Com ele aprendi o significado do equilíbrio, do centro-zero dos opostos. O segundo é Selig, nosso escultor e arquiteto do Instituto Esalen.

Meu último guru foi Mitzie, uma linda gata branca. Ela me ensinou a sabedoria do animal” (p. 71).

“Seu trabalho filosófico *Creative indifference* (Indiferença Criativa) teve tremendo impacto sobre mim. Como personalidade, ele foi o primeiro homem em cuja presença me senti humilde, cheio de veneração. Não havia lugar para a minha arrogância crônica” (p. 95).

“... Friedlaender trouxe um modo simples de orientação primária. Qualquer coisa se diferencia em opostos. Se somos capturados por uma dessas forças opostas, estamos numa cilada, ou pelo menos, desequilibrados. Se ficamos no *nada* do centro-zero, estamos equilibrados e temos perspectiva.

---

<sup>1</sup> Publicada no Brasil pela Summus Editorial, sob o título de *Escarafunchando Fritz: Dentro e Fora da Lata do Lixo*.

Mais tarde percebi que este é o equivalente ocidental do ensinamento de Lao-Tsé” (p. 96).

Em 1926, aos 33 anos, Fritz é analisado por Karen Horney e se transfere para Frankfurt, por sugestão da psicanalista, para continuar sua formação psicanalítica. Ali, trabalha com Kurt Goldstein, no Instituto de Soldados Portadores de Lesões Cerebrais, sob a visão da psicologia da gestalt, vindo a compreender que a interferência em um elemento não afeta apenas esse elemento isoladamente, mas toda a totalidade. Sente-se também atraído pelos existencialistas (Buber, Tillich e outros). Num seminário de Goldstein, conhece Lore (Laura) Posner, com quem se casaria, em 1929.

Podemos perceber a ligação de Fritz Perls com a psicanálise, ao lado de influências outras, como a psicologia da gestalt, a teoria organísmica e o existencialismo. Sua formação psicanalítica prossegue até 1932, entre Frankfurt, Viena e Berlim. Em 1928, é analisado por Reich, de quem assimila os ensinamentos sobre a “couraça caracterológica”. Desde a ascensão de Hitler, em 1931, Fritz vinha trabalhando junto aos movimentos de resistência ao nazismo. Em abril de 1933, é obrigado a fugir para a Holanda, onde encontra o psicanalista Karl Landauer, continuando sua capacitação psicanalítica. Por indicação do biógrafo de Freud, Ernest Jones, muda-se para a África do Sul, onde funda o “Instituto Sul-Africano de Psicanálise”, em 1935.

Em 1936, acontece o “Congresso Internacional de Psicanálise”, na Tchecoslováquia. A expectativa de Fritz é grande e busca contribuir com a teoria psicanalítica proferindo uma palestra sobre “resistências orais”. A frustração também é grande: a palestra é severamente criticada, pois todas as resistências eram consideradas anais; o contato com Freud é breve e frio, e Reich mostra-se esquivo e mal-humorado, tendo dificuldade de reconhecê-lo. As repercussões sobre Perls são inegáveis: é a partir dessa época que Fritz se afasta, cada vez mais, da psicanálise. Apesar de já ter iniciado um movimento de flexibilização de seu estilo psicoterápico, tornando-o mais experiencial e aberto (devido também à distância e ao isolamento cultural vivido na África do Sul), Perls jamais se libertou de sua ambigüidade (admiração/ressentimento) com Freud e a psicanálise.

Assim, Fritz amplia o trabalho do “Congresso”, inclui elementos úteis de sua prática com Reich e do pensamento existencial, e, em 1940, conclui o manuscrito de *Ego, hunger and aggression*, que, originalmente, tinha como subtítulo *A revision of Freud's theory and method* (suprimido na edição norte-americana, de 1969), o que demonstra que, apesar da posição revisionista, Perls ainda se mantinha inserto na perspectiva psicanalítica. O livro é publicado em 1942, em Durban (África do Sul); em 1947, na Inglaterra; e em 1969, nos EUA, quando esse subtítulo é retirado. A vinculação de Fritz à psicanálise, entretanto, durou pelo menos 15 anos, desde os anos 20.

Ao se transferir para os EUA, em 1946, e, particularmente nos anos 60, Fritz se preocupou principalmente em divulgar a Gestalt-terapia. Com a sua morte, em 1970, a tarefa de retomar a fundamentação epistemológica e teórica de sua criação passou a ser de seus seguidores. A publicação de *Ego, fome e agressão* em português é, agora, mais um passo decisivo no crescente papel que os gestalt-terapeutas brasileiros vêm desempenhando no desenvolvimento dessa fundamentação.

\* \* \*

*Ego, fome e agressão* divide-se em três partes. Na Parte I, “Holismo e psicanálise”, em 13 capítulos, Perls adota um enfoque *holístico-semântico*. Critica a psicanálise por sua acentuação da importância do inconsciente e do instinto sexual, do passado e da causalidade, das associações, da transferência e das repressões, bem como por subestimar ou depreciar as funções do ego e do instinto de fome (que seria mais básico do que o sexual), do presente e da intencionalidade, da concentração, das reações espontâneas e da retroflexão (questões posteriormente enfatizadas pela Gestalt-terapia). Portanto, Fritz evita a utilização de termos psicanalíticos que considera dúbios, como “libido” e “instinto de morte”. É nesta Parte I que Perls discute os pontos de ligação e de diferenciação entre a psicanálise e a futura Gestalt-terapia.

No capítulo I, “Pensamento diferencial”, Fritz descreve seu contato com as obras de Freud e com a filosofia da “indiferença criativa” de S. Friedlaender. Quanto a esta última, afirma em sua autobiografia (ver nota de rodapé anterior): “para mim a orientação da indiferença criativa é lúcida. Não tenho nada a acrescentar ao primeiro capítulo de *Ego, Hunger and Aggression*”. Destaca a afirmação de Freud de que o homem criou a filosofia, a cultura e a religião e a necessidade de uma análise de nossa existência a partir do homem e não de agentes externos: as descobertas de Freud confirmaram o postulado da ciência atual acerca da interdependência de observador e fatos observados, e Freud criou o primeiro sistema de uma psicologia genuinamente *estrutural*. Entretanto, Fritz acredita que a psicanálise apresenta algumas incompletudes e defeitos<sup>2</sup>: o tratamento isolacionista dos fatos psíquicos do organismo; o emprego da psicologia linear de associação; e o descuido com o fenômeno da diferenciação. Assim, nesta revisão da psicanálise, Fritz pretende substituir o conceito psicológico por um conceito organísmico e a psicologia da associação pela psicologia da gestalt. Afirma que o pensamento diferencial, baseado na “indiferença criativa”, de S. Friedlaender, apresenta semelhanças com a teoria dialética, sem suas implicações metafísicas, distinguindo a dialética como conceito filosófico das regras úteis aplicadas pela filosofia de Hegel e de Marx. Fritz refere-se ao trabalho de Kurt Goldstein, que demonstrou a regressão da personalidade em soldados com lesões cerebrais. Perls afirma a diferença do pensamento diferencial em relação à lei de causa e efeito, considerando que a maior parte das pessoas aceita como respostas satisfatórias a seus “porquês” o uso da racionalização, justificativa, concordância, desculpas, identidade e objetivos, propondo a *descrição* – perguntar “como” - como método fenomenológico, mais adequado à sua resolução. Este importante capítulo é encerrado com a afirmação de que a ciência tem demonstrado a existência de *processos unificadores* (¶) e *desunificadores* (≠), que atuam simultaneamente, sendo freqüentemente difícil isolar os opostos. Fritz elabora uma explicação da distribuição das duas funções opostas nas relações humanas.

---

<sup>2</sup> Thérèse A Tellegen, em *Gestalt e Grupos: Uma Perspectiva Sistêmica*, também publicada pela Summus Editorial, lembra que a leitura de Freud por parte de Perls data de uma época em que o criador da psicanálise estava reformulando seu pensamento.

Nos quatro capítulos seguintes (Capítulo II, “Abordagem psicológica”; Capítulo III, “O organismo e seu equilíbrio”; Capítulo IV, “Realidade”; e Capítulo V, “A resposta do organismo”), Fritz aplica a perspectiva holístico-semântica (ou pensamento diferencial) à compreensão do funcionamento psicológico do organismo, criticando as perspectivas isolacionista-mecanicista e paralelista psicofísica, e enfatizando a perspectiva holística (ou teoria do duplo aspecto) para explicar a totalidade corpo-alma-mente, de forma muito próxima à do materialismo dialético. Discute a percepção da realidade a partir de necessidades organísmicas, que geram interesses específicos (realidade subjetiva), tratando do fenômeno figura-fundo e da relação entre nossos interesses e nossas respostas (contato, seletividade e evitação), do ciclo de interdependência de organismo e ambiente, da auto-regulação organísmica e de suas perturbações e outras formas de ajustamento.

Nos Capítulos VI (“Defesa”), VII (“Bom e mau”), VIII (“Neurose”) e IX (“Reorganização organísmica”), Perls diferencia agressão e aniquilação, discutindo as várias formas de defesa (evitação). Analisa o comportamento moral humano, destacando a importância da frustração temporária em nossa educação; trata dos meios de evitação do neurótico, classificando-os em modos de subtração, de adição, ou mudanças e distorções. Baseado na perspectiva holístico-semântica, sugere modificações na técnica e no pensamento psicanalíticos, incluindo questões acerca do psiquismo e do corpo, através da análise e da síntese dialéticas, particularmente no que se refere à ansiedade.

Os quatro últimos capítulos desta Parte I, os Capítulos X (“Psicanálise clássica”), XI (“Tempo”), XII (“Passado e futuro”) e XIII (“Passado e presente”), são dedicados ao desenvolvimento de críticas sistemáticas à psicanálise, e Fritz destaca a importância da inclusão da análise do instinto de fome e das funções egóicas. Esclarece as relações entre passado, presente e futuro e justifica sua famosa ênfase ao aqui-e-agora.

Na Parte II, “Metabolismo mental”, Fritz esboça uma teoria da personalidade a partir da psicanálise, da psicologia da gestalt, da teoria organísmica de Kurt Goldstein, da perspectiva holística de Smuts e de outras influências. Discute a assimilação mental como correlato da assimilação alimentar e analisa psicologicamente o caráter paranóide (13 capítulos).

No Capítulo I (“Instinto de fome”), Fritz esboça uma teoria do desenvolvimento alimentar e dental como correlato do desenvolvimento mental, por meio de seus estágios correspondentes: pré-natal, pré-dental (amamentação), incisivo (mordida dependente) e molar (mordida e mastigação). Aqui, já anuncia os distúrbios de contato que podem ocorrer nestas fases.

O Capítulo II, “Resistências”, é, provavelmente, desenvolvido a partir do trabalho apresentado em 1936, no Congresso Internacional de Psicanálise. Assim, Perls disserta sobre as resistências, particularmente as orais e, em especial, acerca do nojo e da sua repressão como uma resistência à resistência. Discute várias formas de parasitismo, tratando da agressão como uma função do instinto de fome.

Nos Capítulos III (“Retroflexão e civilização”), IV (“Alimento mental”) e V (“Introjeção”), Perls discute o papel fundamental da retroflexão no desenvolvimento de nossa civilização judaico-cristã, as conseqüências das perturbações da

assimilação mental e as variações peculiares ao modo original de contato, a introjeção, e suas repercussões psicopatológicas.

Nos três capítulos seguintes, Capítulo VI (“O complexo de fantoche”), VII (“O ego como uma função do organismo”) e VIII (“A cisão da personalidade”), Fritz propõe e discute um tipo de resistência oral, baseado na confluência do bebê que mantém o indivíduo numa atitude infantil, dependente e dissimulada, tratando também de noções básicas para a Gestalt-terapia, como os processos de identificação e alienação, a concepção de fronteira e os distúrbios de contato na confluência e na retroflexão.

Os cinco últimos capítulos da Parte II são relacionados entre si: no Capítulo IX (“Resistências sensomotoras”), Perls critica a perspectiva psicanalítica acerca das resistências, fazendo considerações e propostas quanto ao trabalho com o embaraço, a vergonha, o nojo, a escotomização, a hiperestesia, a dessensitização etc., sugerindo a descrição fenomenológica como método básico para a sua solução. No Capítulo X (“Projeção”), confronta as polaridades opostas do caráter paranóide, projeção e expressão, discutindo não apenas os casos de projeções sobre o meio, mas também as dirigidas para partes da personalidade, como na culpa, por exemplo. Propõe a existência de um fenômeno patológico do caráter paranóico, que consistiria, na verdade, num pseudometabolismo, composto de confluências, introjeções e projeções (Capítulo XI, “O pseudometabolismo do caráter paranóico”). Continuando neste tema, Fritz discute a ocorrência de um círculo vicioso de introjeção-projeção, agravado nas neuroses obsessivas (Capítulo XII, “Complexo de megalomania-proscrição”). Finalmente, no último capítulo desta Parte II (Capítulo XIII, “Resistências emocionais”), Perls classifica as emoções em auto e aloplásticas, completas e incompletas, unificadoras e desunificadoras, positivas e negativas, aprofundando-se sobre as resistências às emoções, principalmente o ressentimento e os chamados “traidores do organismo”: a vergonha, o embaraço, o nojo, a autoconsciência de si (ou timidez) e o medo.

A Parte III tem a denominação original da Gestalt-terapia, “Terapia de concentração”, e abrange as propostas técnicas de Fritz, baseadas na substituição do método psicanalítico de associações livres por aquele que considera o antídoto para a evitação: a concentração (16 capítulos). O Capítulo I, “A técnica”, discute a evolução da técnica de concentração, a partir da psicanálise, definindo como meta a recuperação da “awareness”. O Capítulo II (“Concentração e neurastenia”) define concentração e faz sugestões de aplicação técnica à neurastenia<sup>3</sup>. O Capítulo III (“Concentração no ato de comer”) trata dos hábitos alimentares; o Capítulo IV (“Visualização”) discute percepção visual, imagens, devaneios e fantasias. O Capítulo V (“Senso de realidade”) trata da evitação do “estar plenamente presente”, enquanto o Capítulo VI (“Silêncio interior”) analisa a linguagem, a “intuição” e a “escuta” interior. No Capítulo VII (“Primeira pessoa do singular”), Perls discorre sobre a “despersonalização” e seu antídoto, a identificação. O Capítulo VIII (“Desfazendo retroflexões”) é dedicado à comparação da retroflexão com outras inibições (repressão, introjeção e projeção) e à discussão sobre seu antídoto, a agressão focalizada. O Capítulo IX (“Concentração corporal”) propõe exercícios

---

<sup>3</sup> A neurastenia é uma neurose caracterizada por astenia (debilidade ou fraqueza orgânica), cefaléia ou irritabilidade.

para vários sintomas e distúrbios somáticos, enquanto o Capítulo X (“A assimilação de projeções”) trata da projeção nas neuroses e nos sonhos, e de seus antídotos (“awareness”, identificação e assimilação). O Capítulo XI (“Desfazendo uma negação [constipação]”) desvela os mecanismos negativos da “prisão de ventre”, e o Capítulo XII (“Consciência constrangida de si mesmo”) diferencia timidez e “awareness”. No Capítulo XIII, “O significado da insônia”, Fritz analisa a dificuldade de adormecer como “um sintoma de uma política de saúde de longo alcance do organismo a serviço do holismo” (p. 258); o tartamudeio é discutido como uma interrupção ou auto-expressão inadequada, no Capítulo XIV, “Gagueira”. No Capítulo XV, “O estado de ansiedade”, Perls propõe a concentração na caixa torácica para a resolução deste problema tão comum. Finalmente, no Capítulo XVI (“Dr. Jekyll e Mr. Hyde”), o criador da Gestalt-terapia fecha *Ego, fome e agressão* com o tema da concentração e do “ganho final” dos exercícios propostos: o resgate do fluxo natural da formação figura-fundo.

\* \* \*

A importância de *Ego, fome e agressão* vai além da obra em si. Representa, ao mesmo tempo, o ponto de ligação e de diferenciação entre psicanálise e “terapia de concentração”, a futura Gestalt-terapia. Até meados dos anos 40, Fritz Perls ainda se incluía no escopo teórico da psicanálise. Portanto, *Ego, fome e agressão* constitui a fronteira de contato entre estes dois referenciais.

A noção de “fronteira de contato” significa um limite, uma separação entre o antigo e o novo, mas também é um espaço de contato e de diálogo. Para muitos de nós, gestaltistas, a psicanálise é ainda e apenas uma perspectiva a ser criticada e rejeitada; agimos, muitas vezes, emocionalmente ressentidos, como o próprio Fritz o fez, como se a psicanálise não tivesse nada a nos oferecer. Creio ter chegado o momento de rever nossas posições. O conhecimento científico não é único e acabado, e é um idealismo inútil pretender que qualquer filosofia, psicologia, ciência ou produção humana dê conta, isoladamente, de toda uma realidade. Este é um dado que requer humildade científica e humana.

Meu intuito, ao apresentar e traduzir *Ego, fome e agressão*, não se deveu apenas à pretensão de destacar as considerações desenvolvidas pelo criador da Gestalt-terapia, mas ao reconhecimento da necessidade de seu resgate histórico e epistemológico, bem como de uma abertura de perspectivas de desenvolvimento para suas propostas. Nesse sentido, não deixa de ser significativo que as obras de Perls mais consistentes teoricamente, *Ego, fome e agressão* e “*Gestalt-terapia*” tenham sido as últimas a serem publicadas em português.

Acredito que o resgate de *Ego, fome e agressão* venha a contribuir, e muito, com a retomada de um diálogo entre nós, com nossas origens e com novas possibilidades a construir. Fritz Perls, com *Ego, fome e agressão*, abriu muitas trilhas: algumas ele desenvolveu por meio de livros e de práticas posteriores; outras apenas esboçou o caminho, sem percorrê-lo; outras mais foram abandonadas ou rejeitadas ao longo do percurso; finalmente, algumas trilhas não foram mesmo tocadas. Este é um trabalho que, hoje, compete a nós: retomar, rever, modificar, acrescentar, criar e desenvolver as trilhas do criador da Gestalt-terapia. Boa leitura e bom trabalho a nós!

Georges Daniel Janja Bloc Boris<sup>4</sup>

Fortaleza, jul./ago. de 1993

(revisto em março de 2002)

---

<sup>4</sup> Tradutor de *Ego, Fome e Agressão: Uma Revisão da Teoria e do Método de Freud*, psicólogo pela Universidade Federal do Ceará, psicoterapeuta fenomenológico-existencial e supervisor em Gestalt-terapia, professor titular do Curso de Psicologia (1985) e do Mestrado em Psicologia (1997) da Universidade de Fortaleza, mestre em Educação (1992) e doutor em Sociologia (2000) pela Universidade Federal do Ceará.

Endereço para correspondência: Rua Pereira Filgueiras, 1985 - Aldeota - 60160-150 - Fortaleza - Ceará - Brasil - Telefones: (85)224.8966/224.4746 (res.)/272.1393 (cons.)/477.3154 (UNIFOR - CCH - Psicologia) - e-mail: geoboris@uol.com.br