

GESTALT-TERAPIA E SUBSTÂNCIAS PSICODÉLICAS: POSSIBILIDADES DE INTEGRAÇÃO ENTRE A CLÍNICA GESTÁLTICA E A PSICOTERAPIA ASSISTIDA POR PSICODÉLICOS (PAP)

GESTALT-THERAPY AND PSYCHEDELIC SUBSTANCES: POSSIBILITIES OF INTEGRATION BETWEEN THE GESTALT CLINIC AND PSYCHEDELIC-ASSISTED PSYCHOTHERAPY (PAP)

RAFAEL RIBEIRO SEVERINO NUNES

RESUMO

A retomada contemporânea dos estudos com substâncias psicodélicas — interrompidos abruptamente nas décadas de 1960 e 1970 por políticas proibicionistas — têm produzido evidências promissoras no tratamento de diferentes psicopatologias e no cuidado à saúde mental. Este artigo propõe uma reflexão teórico-clínica sobre a possibilidade de integração entre a Gestalt-terapia e a Psicoterapia Assistida por Psicodélicos (PAP), propondo uma discussão sobre a escuta fenomenológica e experiencial da Gestalt que pode favorecer a mediação e integração dos conteúdos emergentes em estados holotrópicos de consciência, valorizando a experiência subjetiva como catalisadora de transformação psíquica. A partir de referenciais contemporâneos e fundamentos fenomenológicos, aponta-se para uma clínica sensível, ética e integrativa, capaz de acolher as experiências psicodélicas como expressões legítimas do processo de reorganização do self.

Palavras-chave: Estados holotrópicos; Substâncias psicodélicas; Gestalt-terapia; PAP; Saúde mental; Efeitos subjetivos.

ABSTRACT

The contemporary resurgence of studies with psychedelic substances—abruptly interrupted in the 1960s and 1970s by prohibitionist policies—has produced promising evidence in the treatment of different psychopathologies and in mental health care. This article proposes a theoretical-clinical reflection on the possibility of integrating Gestalt therapy and Psychedelic-Assisted Psychotherapy (PAP), proposing a discussion on the phenomenological and experiential listening of Gestalt therapy, which can favor the mediation and integration of emerging contents in holotropic states of consciousness, valuing subjective experience as a catalyst for psychic transformation. Based on contemporary references and phenomenological foundations, it points towards a sensitive, ethical, and integrative clinical approach, capable of welcoming psychedelic experiences as legitimate expressions of the self-reorganization process.

Keywords: holotropic states. psychedelic substances. gestalt therapy. PAP. mental health. subjective effects.

INTRODUÇÃO

A retomada dos estudos científicos com substâncias psicodélicas, interrompida de forma abrupta nas décadas de 1960 e 1970 por políticas proibicionistas, tem ganhado novo fôlego desde os anos 1980, especialmente no campo da psiquiatria, da neurociência e da psicologia clínica. Esta revalorização contemporânea das substâncias enteógenas tem se mostrado promissora no tratamento de diferentes psicopatologias, como o transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), a depressão resistente, a dependência química e os quadros de sofrimento existencial em pacientes em cuidados paliativos. Tais pesquisas vêm apontando não apenas para a eficácia clínica dos psicodélicos, mas também para a necessidade de repensar os paradigmas terapêuticos vigentes, sobretudo frente a pacientes que não respondem aos tratamentos convencionais.

No âmbito da psicoterapia, a Psicoterapia Assistida por Psicodélicos (PAP) surge como uma possibilidade inovadora, centrada nos estados ampliados de consciência e nos conteúdos emocionais, simbólicos e relacionais que emergem nesses contextos. Ao contrário do foco biomédico tradicional, que tende a privilegiar alterações fisiológicas e respostas farmacológicas mensuráveis, a PAP valoriza os efeitos subjetivos como catalisadores de transformações profundas. Diversos estudos contemporâneos atestam a baixa toxicidade física dessas substâncias e sua reduzida propensão à dependência, ressaltando que os efeitos mais significativos ocorrem no campo da experiência psíquica — como visões, insights, reorganizações afetivas e transformações no sentido de self (CARHART-HARRIS et al., 2018).

Nesse sentido, a clínica psicológica adquire um lugar de destaque. As experiências com substâncias psicodélicas, que produzem estados de consciência não ordinários, exigem uma escuta qualificada, ética e sensível por parte do profissional de saúde mental. Conforme aponta McKenna (1991), os efeitos subjetivos provocados por alucinações, experiências sensoriais intensificadas e vivências visionárias demandam uma compreensão ampliada da psique — um território historicamente mais cultivado pela psicologia do que pela psiquiatria.

A Gestalt-terapia, por sua base fenomenológica, dialógica e experiencial, se apresenta como um campo fértil para essa integração. Ao compreender o self como um processo em constante ajustamento nas fronteiras de contato, a Gestalt-terapia oferece recursos clínicos valiosos para o acompanhamento das experiências psicodélicas, acolhendo-as não como estados patológicos, mas como manifestações legítimas da existência em busca de reorganização.

Este artigo propõe uma reflexão teórico-clínica sobre a possibilidade de integração entre a Gestalt-terapia e a Psicoterapia Assistida por Psicodélicos, a partir do relato de uma experiência vivencial e da interlocução com referenciais contemporâneos. Busca-se compreender de que maneira a escuta gestáltica pode contribuir para a mediação e integração dos conteúdos emergentes em estados holotrópicos, favorecendo um campo terapêutico mais sensível, integrativo e ético diante dos desafios da clínica contemporânea.

OS ESTADOS HOLOTRÓPICOS DE CONSCIÊNCIA E SUBSTÂNCIAS ENTEÓGENAS

O desejo de experimentar diferentes estados de consciência é um aspecto natural do crescimento humano saudável. Como afirma Charles Tart (1975 apud FADIMAN; FRAGER, 2004, p. 406–407), a personalidade adulta "saudável" básica é apenas um alicerce para o trabalho espiritual e o desenvolvimento de um nível muito mais profundo de sabedoria e maturidade.

O termo "holotrópico", cunhado por Stanislav Grof, refere-se a estados de consciência que promovem uma tendência à totalidade (do grego *holos* = todo; *trepein* = mover-se em direção a). Esses estados são frequentemente acessados por meio da respiração holotrópica, meditação profunda, experiências de quase morte ou o uso de substâncias psicodélicas, também conhecidas como enteógenas.

A psicologia ocidental, segundo Michael Harner (apud GROF, 2015), é fortemente marcada por uma postura cognicêntrica: suas teorias, conceitos e práticas estão baseadas na observação dos estados ordinários de consciência. O que pode ser compreendido, demonstrado e interpretado sob as lentes da lógica cartesiana é o que costuma ser reconhecido como verdadeiro. Entretanto, essa postura tende a

ignorar ou desvalorizar evidências significativas dos estados não ordinários de consciência — incluindo experiências místicas, rituais xamânicos, práticas meditativas profundas, crises psicoespirituais e estudos sobre experiências de quase morte (EQMs).

De acordo com Tart (1972), os estados alterados de consciência são definidos por mudanças qualitativas no padrão global da mente, sendo necessário que essa alteração seja percebida subjetivamente pelo próprio indivíduo. Dentre esses estados, os estados holotrópicos se destacam por proporcionarem vivências profundamente transformadoras, frequentemente descritas como encontros com realidades arquetípicas, seres multidimensionais, sinestesias ou experiências extracorpóreas.

Strassman (2019), em seu livro *DMT: A molécula do espírito*, apresenta uma ampla coletânea de relatos de indivíduos que, sob o efeito da DMT (dimetiltriptamina), descreveram encontros com entidades, experiências de dissolução do ego, sensação de unidade com o universo e visões transcendentais. A DMT é uma substância presente em diversas plantas e também no corpo humano, sendo um componente essencial de rituais tradicionais como os da ayahuasca, utilizada em contextos religiosos e terapêuticos no Brasil.

Para Grof (2015), os enteógenos estão inseridos nas culturas humanas ancestrais há milênios. Eles serviram como mediadores de contato com dimensões arquetípicas — divindades, reinos mitológicos, animais de poder e aspectos numinosos da natureza. Tais substâncias têm sido utilizadas para fins de cura, diagnóstico, intuição e práticas divinatórias. No contexto terapêutico moderno, seu uso está sendo rediscutido com base em evidências clínicas e antropológicas.

Neste cenário, surgem esforços para a construção de metodologias clínicas que integrem, de forma ética e responsável, os psicodélicos em contextos terapêuticos. A *Multidisciplinary Association for Psychedelic Studies* (MAPS), fundada em 1986, desenvolve protocolos para a utilização de substâncias como MDMA e psilocibina no tratamento de transtornos como o TEPT. Nos Estados Unidos, o *Center for Psychedelic & Consciousness Research* da Universidade Johns Hopkins também lidera pesquisas nessa área há mais de três décadas, investigando os efeitos psicodélicos no comportamento, humor, cognição, neurobiologia e espiritualidade.

No Brasil, há nomes relevantes nesse campo, como Dartiu Xavier da Silveira (UNIFESP), com importantes estudos sobre a ayahuasca e redução de danos; Sidarta Ribeiro, neurocientista que explora a relação entre estados ampliados de consciência, sonho e cognição; e Beatriz Caiuby Labate, antropóloga que se dedica ao estudo dos usos rituais e terapêuticos dos enteógenos. Essas contribuições colocam o Brasil em posição de destaque internacional no debate sobre psicodélicos.

Dessa forma, a clínica psicológica que se propõe a acolher os estados holotrópicos de consciência precisa de um modelo mais flexível, ético e transdisciplinar. A escuta clínica deve estar preparada para acolher expressões não verbais da subjetividade e abrir-se à multiplicidade de experiências possíveis.

Rodrigues (2016), a partir de Eduardo Passos e Regina Benevides de Barros (2000), apresenta três formas pelas quais a ciência tenta ultrapassar os limites disciplinares: a multidisciplinaridade, que reúne olhares distintos sobre um objeto sem promover articulação entre eles; a interdisciplinaridade, que cria zonas de interseção entre áreas distintas, mas ainda mantém suas fronteiras; e, por fim, a transdisciplinaridade, que promove intercessões — atravessamentos desestabilizadores entre domínios diversos (conceituais, artísticos, clínicos, sociais, etc.). Essa última é a mais potente para se pensar a clínica com psicodélicos, pois permite que diferentes saberes afetem uns aos outros e construam um espaço clínico mais vivo e poroso às diferenças (RODRIGUES, 2016).

Ainda nesse sentido, Kastrup e Passos (2013 apud RODRIGUES, 2016) defendem a necessidade de escutar não apenas os pesquisadores e prescritores, mas também os consumidores de substâncias psicoativas e os sujeitos que com eles convivem. Ou seja, o plano clínico deve integrar vozes múltiplas, reconhecendo que a experiência com enteógenos não é apenas individual, mas relacional e social.

Para Coelho e Mahfoud (2001), o elemento espiritual é inseparável da liberdade e da responsabilidade humanas. Eles argumentam que essa responsabilidade não se refere a uma moral pré-estabelecida, mas sim à capacidade de responder autenticamente à experiência vivida. Nesse sentido, a experiência com enteógenos pode abrir o sujeito a novas formas de perceber, sentir e se implicar no mundo, ampliando sua noção de si e de sua relação com o outro e com o todo.

A abordagem fenomenológica permite, portanto, que essas vivências sejam compreendidas não como delírios ou fantasias sem valor clínico, mas como reveladoras de aspectos profundos da existência, que muitas vezes não se expressam nos estados ordinários de consciência. Tais experiências, quando devidamente acolhidas e integradas, podem favorecer a reorganização do self, o acesso a conteúdo reprimidos ou dissociados e a emergência de novos sentidos existenciais.

A GESTALT-TERAPIA COMO CLÍNICA DO CONTATO E AS POSSIBILIDADES DE INTEGRAÇÃO: UMA PERSPECTIVA TRANSPESSOAL, FENOMENOLÓGICA E EXPERIENCIAL

A Gestalt-terapia compreende o self como um processo em constante convergência nas fronteiras de contato, onde sujeito e mundo se constituem mutuamente. Nessa perspectiva, o sofrimento psicológico não é visto como um desequilíbrio intrapsíquico isolado, mas como uma dificuldade no processo de ajustamento criativo do indivíduo às suas circunstâncias. Assim, a cura ocorre quando há um restabelecimento da capacidade de contato — entendido como uma função dinâmica, estética e relacional.

No contexto da experiência psicodélica, essa concepção de self como fluxo e contato torna-se especialmente pertinente. Em estados holotrópicos, os limites entre o "eu" e o mundo frequentemente se dissolvem, revelando novas formas de conexão, pertencimento e integração. As fronteiras que estruturam o self nos estados ordinários se flexibilizam, permitindo a emergência de conteúdos arquetípicos, afetivos e espirituais que, se bem acompanhados, podem favorecer reorganizações profundas.

A clínica gestáltica, com sua ênfase na presença, no aqui-agora, no corpo e na fenomenologia da experiência, pode oferecer um campo terapêutico especialmente sensível para o trabalho com essas experiências. Ao invés de interpretar ou categorizar os conteúdos que emergem, o terapeuta gestáltico busca acolhê-los na sua singularidade, favorecendo um espaço de escuta que não reduz o vivido a explicações reducionistas, mas o valoriza como expressão legítima de um processo de transformação.

Como destaca Polster e Polster (2001), a Gestalt-terapia é uma clínica da novidade, voltada para o florescimento do novo e para a ampliação da consciência por meio do contato pleno. Esse caráter experiencial e criativo da Gestalt a aproxima das possibilidades abertas pelas experiências psicodélicas, que frequentemente operam como catalisadores de insights, reconexões afetivas e reorganizações existenciais.

A Psicoterapia Assistida por Psicodélicos, quando realizada com segurança, ética e suporte adequado, pode se beneficiar enormemente de uma escuta gestáltica. A integração entre essas abordagens convida a uma clínica menos centrada na normatividade e mais voltada à experiência vivida — uma clínica da alteridade, do contato e da abertura.

As substâncias enteógenas, longe de serem vistas como soluções mágicas ou panaceias, funcionam como amplificadores da consciência, possibilitando o acesso a dimensões da experiência que geralmente permanecem ocultas ou dissociadas. Nessa amplificação, conteúdos dolorosos também podem emergir, exigindo um campo terapêutico preparado para acolher a intensidade emocional, o colapso das narrativas egóicas e a necessidade de reconstrução de sentido.

A Gestalt-terapia, ao se centrar no processo e não no conteúdo, oferece ferramentas potentes para esse tipo de acompanhamento. Sua ênfase na autorregulação orgânica, na consciência corporal, nos ciclos de contato e nos ajustamentos criativos se alinha com a proposta de integrar as vivências psicodélicas de maneira segura, respeitosa e transformadora.

O processo de integração pós-sessão — fase em que o sujeito elabora e incorpora os conteúdos experienciados sob efeito da substância — pode ser profundamente enriquecido pelo trabalho gestáltico. O terapeuta atua como facilitador de um espaço de presença e escuta fenomenológica, apoiando o cliente a dar forma e sentido ao vivido, sem pressa, sem julgamentos e sem imposições de significado.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A convergência entre a Gestalt-terapia e a Psicoterapia Assistida por Psicodélicos representa uma fronteira promissora no cuidado em saúde mental. Ambas compartilham uma valorização da experiência vivida, da escuta fenomenológica e do processo de transformação subjetiva que emerge do contato autêntico consigo mesmo, com o outro e com o mundo.

Essa integração não busca substituir os modelos clínicos existentes, mas ampliar as possibilidades terapêuticas, especialmente para sujeitos cuja dor resiste às abordagens convencionais. A escuta gestáltica pode oferecer um solo fértil para que as experiências psicodélicas deixem de ser compreendidas como exóticas ou patológicas, e passem a ser reconhecidas como modos legítimos de expressão e reorganização do self.

Em tempos de sofrimento difuso, crises existenciais e adoecimento psíquico em larga escala, talvez seja justamente nas fronteiras — entre consciência e inconsciente, entre ciência e espiritualidade, entre caos e forma — que habitem as maiores potências de cura.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

ALMEIDA, Alexander M.; LOTUFO NETO, Francisco. **Diretrizes metodológicas para investigar estados alterados de consciência e experiências anômalas.** *Archives of Clinical Psychiatry*, São Paulo, v. 30, n. 1, 2003. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0101-60832003000100003>. Acesso em: 26 jul. 2021.

BESERRA, Fernando; RODRIGUES, Sandro (org.). **Psicodélicos no Brasil: ciência e saúde.** Curitiba: CRV, 2020.

BRAZÃO, José Carlos Chaves. **A transdisciplinaridade como perspectiva metodológica para uma clínica das subjetividades.** *Pesquisas e Práticas Psicossociais – PPP*, São João del Rei, v. 9, n. 2, 2014.

BRITO, Diwlay Anne Silva et al. **Transdisciplinaridade na construção da prática psicológica e no campo da clínica.** *Revista Interinstitucional de Psicologia*, v. 5, n. 14, 2015.

CASTRO, Ewerton Helder Bentes de (org.). **Fenomenologia e Psicologia: a(s) teoria(s) e práticas de pesquisa.** Curitiba: Appris, 2017.

CASTRO, Ewerton Helder Bentes de. **Práticas de pesquisa em psicologia fenomenológica.** Curitiba: Appris, 2019.

COELHO JÚNIOR, Achilles Gonçalves; MAHFOUD, Miguel. **As dimensões religiosas e espirituais da experiência humana: distinções e inter-relações na obra de Viktor Frankl**. *Revista de Psicologia*, São Paulo: USP, v. 12, n. 2, 2001.

FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajina (org.). **Gestalt-Terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas**. São Paulo: Summus, 2013. (Gestalt-Terapia: fundamentos e práticas, v. 1).

FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajina (org.). **Gestalt-Terapia: conceitos fundamentais**. São Paulo: Summus, 2014. (Gestalt-Terapia: fundamentos e práticas, v. 2).

FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajina (org.). **A clínica, a relação psicoterapêutica e o manejo em Gestalt-Terapia**. São Paulo: Summus, 2015. (Gestalt-Terapia: fundamentos e práticas, v. 3).

FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajina (org.). **Modalidades de intervenção clínica em Gestalt-Terapia**. São Paulo: Summus, 2016. (Gestalt-Terapia: fundamentos e práticas, v. 4).

FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajina (org.). **Quadros clínicos disfuncionais e Gestalt-Terapia**. São Paulo: Summus, 2017. (Gestalt-Terapia: fundamentos e práticas, v. 5).

FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajina (org.). **Situações clínicas em Gestalt-Terapia**. São Paulo: Summus, 2019. (Gestalt-Terapia: fundamentos e práticas, v. 6).

FRAZÃO, Lilian Meyer; FUKUMITSU, Karina Okajina (org.). **Enfrentando crises e fechando gestalten**. São Paulo: Summus, 2020. (Gestalt-Terapia: fundamentos e práticas, v. 7).

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GIL, Antônio Carlos. **O projeto na pesquisa fenomenológica**. In: *Anais do IV SIPEQ*. ISBN 978-85-98623-04-7. Disponível em: <https://arquivo.sepq.org.br/IV-SIPEQ/Anais/artigos/44.pdf>. Acesso em: 27 fev. 2021.

GROF, Stanislav. **Além do cérebro: nascimento, morte e transcendência em psicoterapia**. São Paulo: Ground, 1987.

GROF, Stanislav. **A mente holotrópica: os níveis da consciência humana**. São Paulo: Palas Athena, 2008.

GROF, Stanislav. **Psicologia do futuro: lições das pesquisas modernas da consciência**. São Paulo: Cultrix, 2007.

GROF, Stanislav. **Cura profunda: a perspectiva holotrópica**. Tradução de Antonio Pedro Goulart, Lolita Sala. Rio de Janeiro: Numina, 2015.

GUERRINI, Ivan A. (org.). **Nas asas do efeito borboleta: o despertar do novo espírito científico**. Botucatu: Fepaf, 2006.

KOPENHAGEN, Simone. **Psicoterapia psicodélica e espiritualidade: potencial terapêutico das plantas enteógenas e da ayahuasca**. São Paulo: Summus, 2019.

MERLEAU-PONTY, Maurice. **Fenomenologia da percepção**. Tradução de Carlos Alberto Ribeiro de Moura. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

MERLEAU-PONTY, Maurice. **O olho e o espírito**. São Paulo: Ática, 1996.

MÜLLER-GRANZOTTO, Marcos José; MÜLLER-GRANZOTTO, Rosane Lorena. **Fenomenologia e Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus, 2007.

MÜLLER-GRANZOTTO, Marcos José; MÜLLER-GRANZOTTO, Rosane Lorena. **Psicose e sofrimento**. São Paulo: Summus, 2012.

MÜLLER-GRANZOTTO, Marcos José; MÜLLER-GRANZOTTO, Rosane Lorena. **Clínicas gestálticas: sentido ético, político e antropológico da teoria do self**. São Paulo: Summus, 2012.

NARANJO, Claudio. **A viagem interior: experiências psicodélicas e o caminho da transformação**. São Paulo: Cultrix, 1976.

NARANJO, Claudio. **Gestalt sem fronteiras**. São Paulo: Summus, 1995.

NATEL, Rejane Maria Gomes Leite. **O curador ferido: mito e formação junguiana**. Curitiba: Appris, 2019.

PASSOS, Eduardo; BARROS, Regina Benevides de. **A construção do plano da clínica e o conceito de transdisciplinaridade**. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, Brasília, v. 16, n. 1, p. 71–79, 2000.

POLSTER, Erving; POLSTER, Miriam. **Gestalt: terapia integrada de contato**. São Paulo: Summus, 2001.

REY, Fernando Luis Gonzáles; MARTÍNEZ, Albertina Mitjáns. **Subjetividade: teoria, epistemologia e método**. Campinas: Alínea, 2017.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. **O ciclo do contato: temas básicos na abordagem gestáltica**. São Paulo: Summus, 2019.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. ***Vade-mecum em Gestalt-Terapia: conceitos básicos.*** São Paulo: Summus, 2006.

ROCHA, Leon; TÔRRES, Fernando. ***A escuta psicodélica: ayahuasca, clínica e alteridade.*** Curitiba: Prismas, 2022.

RODRIGUES, Sandro. ***Modulações dos sentidos na experiência psicodélica: saúde mental e gestão autônoma de psicotrópicos prescritos e proscritos.*** Curitiba: CRV, 2016.

STRASSMAN, Rick. ***DMT – A molécula do espírito.*** Tradução de Demerval de Sena Aires Júnior. Brasília: Centro Espírita Beneficente União do Vegetal, 2019.

TART, Charles T. ***States of consciousness and state-specific sciences.*** *Science*, v. 176, p. 1203–1210, 1972.

VARELA, Francisco; THOMPSON, Evan; ROSCH, Eleanor. ***A mente incorporada: ciência cognitiva e experiência humana.*** São Paulo: Palas Athena, 2003.

AUTOR

Rafael Ribeiro Severino Nunes, Psicólogo Clínico, Professor e Pesquisador - Mestre em Design, Arte e Tecnologia pela Universidade Anhembi Morumbi (UAM - São Paulo); Graduado em Psicologia pela Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG - Ituiutaba); e em Comunicação Social com ênfase em Publicidade e Propaganda pela Escola Superior de Administração, Marketing e Comunicação (ESAMC - Uberlândia). E-mail: rafaelribeiroatellie@gmail.com.