

O brega music enquanto recurso expressivo facilitador da experimentação dos afetos na psicoterapia gestáltica

Brega music as an expressive resource that facilitates the experimentation of affections in Gestalt psychotherapy

Caio César Araújo FERREIRA¹

Maria Eduarda da Silva LESSA²

Etiane Cristine OLIVEIRA³

Resumo: Este artigo objetiva refletir sobre o Brega Music como recurso expressivo possível para experimentação dos afetos na Psicoterapia Gestáltica. Este ensaio teórico tem como objetivo explorar as interações entre o brega e a psicoterapia, combinando revisão bibliográfica e discussão crítica. Primeiramente, a revisão bibliográfica visa oferecer uma análise crítica das publicações já existentes sobre a relação entre esses dois campos. O foco central do trabalho é teórico, sem a utilização de dados empíricos, e busca fomentar um debate sobre as implicações dessas influências no contexto da psicoterapia. Partimos da hipótese de que os modos de subjetivação têm sido historicamente conformados por tentativas de invisibilizar e violentar a cultura periférica, num exercício higienista que mantém à margem tudo que nela habita. Nesse horizonte, propomos o brega como recurso terapêutico possível, por emergir do campo social das periferias, favorecer o contato na relação psicoterapeuta-cliente e sustentar uma clínica política que reconhece e legitima narrativas dissidentes.

Palavras-chave: Brega Music; Psicoterapia; Gestalt-terapia; Experimentação clínica.

Abstract: This article reflects on Brega Music as an expressive resource for experimenting with affection in Gestalt Therapy. This theoretical essay seeks to explore the interactions between Brega and psychotherapy, through a combination of literature review and critical discussion. First, the literature review aims to provide a critical analysis of existing publications about the relationship between these two fields. The analysis is exclusively theoretical—no empirical data were used—and aims to stimulate debate on the therapeutic implications of these influence. We consider how subject formation within a social order that seeks to sanitize, marginalize, and render peripheral cultures invisible. through a hygienist exercise of keeping everything that inhabits it on the margins. Against this backdrop, we propose Brega as a viable therapeutic resource: rooted in the social worlds social of peripheral communities, it can facilitate contact in the therapist-client relationship and anchor a politically engaged clinical practice that legitimizes dissenting narratives.

Keywords: Brega Music; Psychotherapy; Gestalt therapy; Clinical experimentation.

¹ Psicólogo | CRP: 02/29218 | Graduado pelo Centro Universitário Frassinetti do Recife - UniFAFIRE | E-mail: caiocezararaujo@grad.fafire.br.

² Psicóloga | CRP: 02/30554 | Graduado pelo Centro Universitário Frassinetti do Recife - UniFAFIRE | E-mail: mariaeduardalessa@grad.fafire.br.

³ Psicóloga | CRP: 02/11302 | Mestre em Psicologia pela Universidade Federal de Pernambuco | Supervisora, orientadora e docente do Centro Universitário Frassinetti do Recife – UniFAFIRE | E-mail: etianec@prof.unifafire.edu.br.

1 INTRODUÇÃO

A arte por si só representa um espaço de beleza e expressão, apoiado fortemente em simbolismos e no sentir particular dos diálogos estabelecidos com os modos de subjetivação de cada um. Quando, então, proporcionamos um espaço de encontro com a Psicologia, torna-se possível refletir sobre o potencial terapêutico nas experimentações afetivas dentro de um processo mais expressivo no viés gestáltico. Sendo assim, este trabalho explora, em específico, as possibilidades terapeutizantes dentro do ritmo Brega music, música bastante popular na região metropolitana do Recife.

Acreditamos que, ao utilizar o brega como fonte —e não objeto de estudo— constituinte da cultura popular, reafirmamos a intenção de reconhecer nesse foco sua própria subjetividade, construção de sentidos e potencialidades. Trata-se de um movimento que parte do vivido em direção aos meios acadêmicos — e não o contrário. - . Além disso, como moradores da região metropolitana do Recife, nos reconhecemos como existências que vivenciam intensamente a cultura do *brega music*. Assim, a possibilidade de construir uma reflexão acadêmica sobre o tema representa uma experiência inédita em nossa trajetória de graduação, justamente por não se inserir na hegemonia das produções científicas.

No livro *Eu não sou cachorro, não* (2002), de Paulo Cesar de Araújo sobre a música cafona revela-se que o Brega Music teve suas primeiras aparições nos anos 1970, com uma denominação em tom jocoso com o objetivo de não apenas ridicularizar esse tipo de expressão musical, mas também para inibir, coibir e castrar a estima da população que consumia suas letras e melodias. Com potentes traços românticos e bem-humorados, o estilo musical ascendeu exponencialmente nos anos da Ditadura Militar, por trazer em seu cerne o auge do sentimentalismo público, ancorado no povo e em sua cultura. Ademais, nota-se nas composições bregas uma peculiaridade: as experiências são narradas a partir da ótica do proletariado ligado à base dos complexos industriais, o que permite ao ouvinte identificar-se e, assim, experimentar o vivido por meio da música. Tal ideal é explorado pelo maior nome do gênero, o icônico Reginaldo Rossi, ao afirmar que:

Minhas músicas tocam no iPod do desembargador e no radinho de pilha do porteiro porque, independente da classe social, todo mundo sofre por amor e gosta de ouvir canções românticas. Quando um homem leva um chifre, o diploma cai da parede. (Café com Notícias, 2013)

À luz do exposto, é pertinente trazer, de forma semelhante, a contribuição de Kurt Lewin e de sua teoria de campo para esta discussão, pois parte da premissa de que cada sujeito possui um campo vital único — que compõe sua noção subjetiva de ser humano — e que, ao entrar em contato com o outro, transforma-se em um espaço vital original. Assim, no contato com a alteridade do campo, emerge um espaço relacional singular. (Lewin, 2024)

A partir disso, o fenômeno ocorrido com a junção de indivíduos será sempre singular, ou seja, surgirão necessidades e nuances específicas no grupo e é preciso preenchê-las. Por isso, enquanto profissionais de Psicologia em constante formação, temos como preceito basilar em nosso saber-fazer uma inclinação às singularidades territoriais, acolhendo as múltiplas existências, escutando as histórias contadas como formas de perceber-se social, histórica e culturalmente, bem como em seu modo de subjetivar.

Uma inclinação da Psicologia ao brega e à cultura periférica, e não o contrário. Trata-se de um movimento de construção decolonial, que possibilita sentar, ouvir e aprender com as comunidades periféricas marginalizadas e seus viventes, acolhendo-os como parte constitutiva da Psicologia e, assim, repensando, então, os próprios fundamentos de construção da ciência psicológica.

De todo modo, é possível perceber uma intersecção entre as produções que utilizam o brega em suas pesquisas, interligadas de forma bastante nítida pelo reconhecimento do caráter político presente nesse estilo musical. Por trazer, em suas raízes, marcas profundamente vinculadas ao que é propriamente do povo — ainda que não tenha surgido, inicialmente, com esse propósito, o brega, por si só, exerce um papel de decolonialidade ao manter-se vivo e reivindicar seu lugar de pertencimento na sociedade, buscando construir o seu próprio espaço de reconhecimento.

Assim, cabe-nos a incessante busca pela ampliação do olhar como forma de caminhar nessa correnteza que é o processo psicoterapêutico gestáltico, tendo como eixo a legitimação do outro naquilo que ele é, amparando-o em sua totalidade e criando espaço para expressão de suas reverberações, enquanto fenômeno intenso que atravessa de modo intrínseco, toda a complexidade de sua experiência.

2 A RELAÇÃO DA ARTE DO BREGA COM A SOCIEDADE

Desde o seu surgimento, o brega luta por um lugar de pertencimento. Isso não surpreende, já que o ritmo nasceu na periferia e, como de praxe, foi taxado como inferior. Essa desqualificação costuma ser justificada pela suposta ausência de elaborações mais complexas nas letras e arranjos, rotulando o ritmo como um gênero “pobre” e “chulo”. Diante disso, cabe refletir: mesmo é realmente válido limitar as criações artísticas àquelas que alcançam um padrão imaginário de qualidade, atribuindo valor apenas àquelas às que se encaixam em determinados parâmetros pré-estabelecidos? Ao instituir tal restrição, contraria-se a própria natureza da expressão artística, que se torna rica justamente por beber da diversidade dos modos de subjetivação de cada sujeito.

Importante destacar que, ao longo de sua trajetória, foi difícil definir exatamente o que era o brega. Somente por volta dos anos 90 iniciou-se um movimento de orgulho por parte dos artistas do gênero, que passaram a se apropriar do termo, tendo o próprio Reginaldo Rossi como marco do movimento ao se intitular “Rei do brega” (Fontanella, 2005). O ritmo foi influenciado por gêneros como o bolero, a bachata dominicana e o samba canção, surgindo como um ritmo mais lento e romântico e, atualmente, desdobrando-se em um leque mais amplo de subgêneros, como o brega-funk (Bento, 2023).

Uma das maiores críticas ao movimento é a suposta vulgaridade de suas danças e letras. Mesmo hoje, essa ainda é uma das principais controvérsias em torno do tema. Não cabe ao âmbito acadêmico atribuir juízos morais; no entanto, uma neutralidade idealizada também não é possível, pois mantemos uma relação crítica e afetiva com esse campo. Assim, retoma-se aqui a ideia de deslegitimação do que é periférico, mas não apenas isso: tal desaprovação pode indicar também uma conexão direta com o tabu em torno do sexo. Desse modo, o brega torna-se uma afronta direta a uma das censuras mais antigas da história ocidental cristã. (Fontanella, 2005)

Fontanella (2005) propõe que estarmos inseridos em um contexto moldado por um discurso hegemônico de consumo, no qual a população pobre é ignorada econômica e culturalmente. Ainda assim, ela permanece submetida à lógica do consumo e responde a essa restrição criando soluções próprias para suas demandas, sendo o brega uma dessas alternativas. Por se tratar de um espaço alternativo, a influência do discurso hegemônico torna-se mais

branda, o que potencializa manifestações culturais antes suprimidas, como a sensualidade presente no brega.

É interessante notar como o ritmo rompe com o ideal de embelezamento humano, entendido aqui como a tentativa de mascarar imperfeições por meio de uma visão lapidada do ser. O brega vai ao encontro dessas faces rejeitadas do homem. Suas letras não se limitam a tratar apenas de sentimento e temas considerados “corretos”: falam de inveja, abuso de substâncias, aborto, traição, luxúria e de tudo aquilo que é próprio do ser humano, mas que raramente é trazido a luz, permanecendo nas sombras da civilidade. Peixoto (2021, p. 151) afirma que “a música nos leva a lugares desconhecidos em nós. Ela acessa caminhos obscuros que se abrem a partir da sua fluidez e das sonoridades estrangeiras ao mundo das palavras.”

Tendo isso em vista, é fundamental reconhecer que a cultura periférica não é criada e mantida apenas como forma de resistência às tentativas de limitar sua expressão. Na realidade ela é, antes de tudo, uma colcha de retalhos tecida por pessoas que estão vivendo suas vidas, sem necessariamente se devotar de maneira consciente à transmissão de uma mensagem de força e persistência. Deste modo, o brega assume, entre os seus, um caráter muito mais ligado à diversão, à expressão, ao contato e à experiência de quem o vivencia.

3 UMA PROPOSTA DE BREGALIZAÇÃO DA PSICOLOGIA

Mariana Gonçalves, na introdução de seu instigante livro *Psicologia Favelada: Ensaios sobre a construção de uma perspectiva popular em Psicologia* (2020, p. 17), apresenta a seguinte ideia: “A armadilha está em cair em uma psicologização da favela quando se trata de buscar uma favelização da psicologia”. Essa concepção também se aplica a este projeto: buscamos uma “bregalização” da psicologia, e não uma psicologização do brega. Nesse sentido, não se trata de enquadrar o movimento cultural em teorias, mas, a partir do envolvimento enquanto ser presente, estabelecer uma comunicação entre partes que se reconhecem em um sentido para além do discurso falado.

Encontramos no brega um espaço que supera a racionalização, numa entrega ao sentir das vivências cotidianas, permitindo-nos ser levados pela sentimentalidade da melodia. No simbolismo de “sentir-se brega”, estabelecemos comunicação e, sobretudo, relação entre aqueles que pertencem a essa cultura e suas formas de existir.

Todo mundo é brega; a cor do seu carro é brega; a cor do seu batom é brega; a cor do seu vestido é brega; até o seu perfume é brega; a cor do seu carro é brega; a cor do seu batom é brega; a cor do seu vestido é brega; até o seu perfume é brega. (Banda chama do brega, 2000)

Há nuances territoriais que só podem ser minimamente compreendidas a partir de dentro, no compartilhamento de uma realidade comum. Também é importante refletir que, quando realizamos o movimento de inclinação à margem, parece abrir-se uma porta para que a própria Psicologia seja, paradoxalmente, estigmatizada junto a ela. Ou seja, produzir ciência a partir da marginalidade é colocar-se automaticamente exposto à hostilidade. Dito isso, torna-se evidente como funciona a engrenagem do sistema ao rechaçar até mesmo o acesso ao cuidado e às iniciativas que tentam promover saudabilidade, já que essas práticas, por si, representam um manifesto em favor da continuidade e da manutenção da vida frente a essa máquina ideológica de exclusão (Dias, 2020).

Com isso, o brega pode ser compreendido não apenas como um movimento musical, mas também como uma forma de expressão que reflete lutas e tensões sociais, evidenciando a divisão de classes. Em grande medida, suas letras abordam experiências da classe trabalhadora e suas lutas cotidianas, revelando falhas e fissuras na estrutura hegemônica e reconhecendo desigualdades e injustiças concretas. Já refletimos sobre o potencial do brega como expressão cultural que vai além do entretenimento, atuando como meio de resistência, crítica social e busca por liberdade em contextos culturalmente restritivos. Nessa lógica, buscar criativamente o novo e produzir sentidos inéditos implica agir de maneira contracolonial e desafiar expectativas convencionais, explorando novas possibilidades e questionando, de modo constante, as limitações impostas pelo sistema dominante. (Gonçalves, 2020)

A dissidência, nesse contexto, está profundamente relacionada às normas de controle e acesso, refletindo a realidade social de uma psicologia que, ao se manter academicista, acaba se distanciando das condições concretas de seu próprio território. Isso evidencia um contexto epistemológico de apagamento e silenciamento das especificidades regionais.

Boaventura Santos e Maria de Paula Menezes discutem esse fenômeno em *Epistemologias do Sul* (2009, p. 5), ao afirmarem que "não há epistemologias neutras e as que reclamam sê-lo são as menos neutras", destacando a dominação epistemológica imposta pelo colonialismo e pelo capitalismo moderno. Nesse sentido, ao refletirmos sobre as práticas de

produção de conhecimento, torna-se fundamental questionar as normatizações vigentes. A partir de uma perspectiva decolonial e alinhada à Gestalt-terapia — que valoriza o processo de conscientização — buscamos abrir espaços para uma compreensão crítica das questões sociais e raciais, rompendo com a hegemonia higienista.

O brega, portanto, pode ser compreendido como um espaço de fortaleza social, por oferecer voz àqueles que são frequentemente marginalizados. Trata-se de um movimento que possibilita a criação de novas narrativas, não apenas ao expressar as dificuldades vividas, mas também ao recriar significados e construir uma identidade cultural própria, desafiando narrativas estabelecidas e rompendo o status quo. Dessa forma, o brega se configura como um lugar de resistência às influências culturais dominantes, na busca da autonomia cultural por meio da reivindicação de identidades e expressões únicas. Essa realidade pode implicar uma ruptura com normas estabelecidas e uma recusa às limitações impostas pelas estruturas sociais e culturais hegemônicas, por representar um caminhar contrário à submissão e as conformidades sociais (Silva, 2020).

Referenciar a canção popular sugere a importância de refletir sobre a história e os contextos culturais do passado para iluminar as lutas e desafios contemporâneos. Diante disso, incentiva-se a recontextualização de narrativas históricas e culturais, de modo a promover uma compreensão mais crítica e inclusiva da realidade atual. Tais reflexões ressaltam a necessidade de desafiar as estruturas hegemônicas por meio da inovação e da releitura criativa, permitindo a emergência de novas formas de pensamento e expressão que favoreçam uma mudança social — e concomitantemente, individual — significativa (Costa, 2016).

Ao articular a Psicologia a partir da ótica da marginalidade, trazemos justamente a ideia de um fazer para além do consultório: a ruptura de circuitos violentos por meio de uma psicologia que circula, se reconhece e atua em seu território. Constrói-se, assim, a substituição do idealismo metodológico por um realismo crítico (Gonçalves, 2020). Dessa forma, torna-se possível compreender de maneira mais ampla as repercussões de nossas escolhas e posturas, ~viabilizando uma atuação mais ética e digna da psicologia que desejamos — e que, na verdade, já estamos construindo.

Deste modo, a conscientização do lugar que ocupamos no mundo torna-se nossa principal aliada em prol da mudança. Acreditamos, em um efeito cascata que se inicia no campo micro e se amplia ao macro em suas afetações. Essa mudança de percepção marca o início do desenrolar

de uma trama nascida do nosso anseio por transformação de uma revolução que pode nascer de um olhar. Assim, ao nos aproximamos da margem, aproximamo-nos também de um potencial transformador, justamente porque nos aproximamos de nós mesmos.

3.1 O recurso expressivo da música na Psicoterapia Gestáltica

Expressar o presente, recordar o passado e até planejar o futuro nos é possível por meio da interação com as artes, “*A arte existe porque a vida não basta*” (2013) é o título de um interessante documentário que, por meio de relatos, nos faz perceber o quão impossível parece dissociar a humanidade de suas produções artísticas. Em todas as épocas e lugares, sujeitos vêm produzindo as mais belas, complexas e viscerais artes: uma irreprimível necessidade de criação parece nascer junto com a própria consciência de existir.

Todos nós, em algum momento, já nos vimos fazendo um desenho, escrevendo uma poesia ou tentando capturar a beleza de um instante em uma fotografia. Somos, em essência, artistas. Uma das grandes marcas da humanidade é a capacidade de estabelecer uma comunicação complexa, inclusive por meio da escrita; contudo, há sempre uma certa incompletude nas palavras quando tentam abarcar sentimentos e nuances daquilo que, de fato, gostaríamos de dizer.

É nesse ponto que entram as artes: não apenas as palavras, mas a junção de melodia, ritmo, formas e cores pode nos oferecer uma compreensão mais ampla da totalidade do sentido. Assim, nós, enquanto pesquisadores do campo da Psicologia e psicoterapeutas gestálticos, reconhecemos que, diante da complexidade do Ser — sempre em movimento em direção àquilo que ainda não é —, o que é apenas verbalizado, por si só, muitas vezes não dá conta de representar o que deseja, nem todo o simbolismo existente em sua completude.

Desse modo, por meio da expressão artística, emergem a imaginação, a simbolização e a metaforização do simbolismo humano (Ciornai, 2021). A arte toca, respira, inspira, fala e transforma. Sente-se arte. Tudo aquilo que se é, de verdade, pode ser manifestado em uma situação “mentirosa”, como em uma peça de teatro — e isso é artístico (Nascimento, 2015). Potência em forma de energia criativa, a arte e os processos criativos de expressão são partes constitutivas do ser humano e de seu campo vital de atuação, configurando-se como elementos inerentemente participantes de um processo terapêutico.

Enquanto abordagem que tem como primazia a potência criativa, a Gestalt-Terapia mobiliza fortemente os recursos expressivos como possibilidade de experienciar e, inclusive, expandir o processo de *awareness*, entendido como um movimento em direção à ampliação da consciência de si (Costa, 2014). Isso se dá por sustentar, teoricamente, uma perspectiva dialógica voltada ao habitat relacional experimentado por cliente e psicoterapeuta, colocando em foco as tramas estéticas, éticas, culturais e políticas da relação. Essa presença terapeutizante do recurso criativo é registrada desde os primórdios da humanidade. (Ciornai, 2021)

Ao se inclinar sobre a história do consulente, a Psicologia, enquanto fazer robusto, reverbera um movimento constante de desprender-se de certezas e de se colocar em questão diante a de si e do mundo. Surge, então, a pergunta: “como facilitar a interação com indivíduos cuja complexidade ultrapassa a própria capacidade de entendimento pessoal do profissional?” Colocar-se em contraponto a essa estrutura econômico-social converge com a posição crítica, revolucionária, humana e emancipatória que emerge na ciência psicológica quando articulada à Gestalt-terapia (Silva, 2020).

Sendo assim, é necessário que confrontemos a nós mesmos e dissipemos qualquer vestígio de limitação estigmatizante. Enfrentar o real exige disposição para conhecer outros horizontes. Precisamos resgatar a lembrança de que, para além de “clientes”, lidamos com uma ampla esfera subjetiva de seres plurais que, muitas vezes, escapam aos enquadramentos científico-teóricos. A partir dos elementos presentes no território, a Psicologia é capaz de perceber aquilo que o visível não revela. Quando politizada, ela alcança espaços atravessados pela escassez de cuidado em saúde mental, ampliando, assim, as possibilidades de existência.

3.2 O potencial do brega music enquanto recurso terapêutico

Conceber um território não diz respeito apenas a tijolo e cimento, mas, sobretudo, a desejos, cuidados e subjetividades. O lar demonstra, conta, escuta, projeta o ser e guarda lembranças. Fortalece a construção de si e dos outros, ajudando sempre a traçar caminhos. Ao esmiuçar o território de alguém, percebe-se não apenas o direito de *ser* ali, mas também o direito de enraizamento: pertencer àquilo que já lhe pertence. (Leite, 2022)

No que se refere à perspectiva de construção de moradas, a música brega consolidou-se em Pernambuco como o universo musical mais característico da Região Metropolitana do

Recife, em especial em sua realidade periférica, conduzindo uma revolução que atravessa não apenas a música, mas também a dança, a moda, o lazer, o consumo e o estilo de vida (Fontanella, 2005). Trata-se, portanto, de um movimento de transformação ativa e de ressignificação das narrativas vividas, marcado por uma singular apropriação da população marginalizada de sua própria existência, provocando o debate em primeira pessoa.

Diante disso, ao permitir a simbolização expressa pela musicalidade, o *brega music* possibilita que a territorialidade—não apenas geográfica, mas também afetiva e política — seja encarnada como o lugar visceral das experiências vitais. Assim, com essa potencialidade expansiva, o brega abre espaço para se manifestar em variados contextos, inclusive na psicoterapia, configurando-se como um recurso potente e presente na representatividade metafórica do indivíduo.

Imagens, metáforas e símbolos constituem pontes para a comunicação intersubjetiva, facilitando a compreensão do que se passa e está sendo vivido e expresso pelo outro – facilitando, portanto, a empatia e a criação de vínculos no contexto terapêutico. (Ciornai, 2021, p.20).

Com isso, enfatiza-se o papel da música brega como forma de expressão cultural nas periferias das grandes cidades, produzindo narrativas que frequentemente abordam temáticas intensas e explícitas, desafiando a lógica normativa da cultura erudita e sua noção de superioridade cultural. Com uma expressão acessível e direta, o brega se destaca por sua abordagem franca de temas cotidianos e questões afetivas, ampliando o repertório das narrativas culturais e valorizando as experiências da classe trabalhadora e das comunidades periféricas. Em outros termos, a clareza e a autenticidade das suas letras favorecem uma forma de conexão emocional e um forte sentimento de identificação com as vivências narradas.

Enquanto parte da cultura popular, o brega confronta a lógica normativa da cultura erudita a noção de superioridade cultural imposta por instituições estabelecidas, como o Estado e a Igreja. Ao abordar temas considerados tabus ou “imorais”, converte-se em plataforma de expressão da liberdade individual e coletiva, permitindo que sexualidade, liberdade corporal e crítica social sejam tratadas de maneira aberta e sem censura. Desse modo, contribui para a promoção da diversidade cultural e para o fortalecimento da identidade e da voz das comunidades marginalizadas. (Silva, 2020)

Ao direcionar atenção às falas das pessoas que convivem e se expressam por meio do brega, suas dores não apenas são percebidas e validadas, como também alçadas a um lugar de

destaque empático pelos profissionais. Com isso, o brega expande sua fronteira artística e adentra a subjetividade do sujeito recifense com tamanha voracidade que se torna um afeto; o brega é sentido, experienciado, notado e entoado das entranhas mais profundas desde o indivíduo ao coletivo e vice-versa. Apoiando-se nisso, desenvolve-se uma escuta cuidadosa, atravessada pelo respeito e pela noção de campo vital — simultaneamente psicológico - no meio existencial percebido por esse sujeito, reconhecendo-o em sua totalidade.

Nessa mobilização dialógica compartilhada, emergem movimentos ético-políticos, em um fluxo de preservação do direito coletivo à vida e à manifestação aos corpos viventes e sobreviventes de tais realidades. Desse modo, convoca-seo psicólogo, especialmente aquele de viés gestáltico, a exercitar um fazer sustentado por um olhar aguçado e curioso, capaz de reconhecer a potência intrínseca dos territórios enquanto instrumentos possíveis para a experimentação singular do sujeito em seus processos, em particular, nos contextos terapêuticos. (Gonçalves, 2020)

A Gestalt-terapia se vale de experimentos para favorecer a conscientização do momento presente e a compreensão das experiências pessoais, constituindo um recurso único, situado naquele tempo e espaço específicos. Assim, ao convidar o cliente, de maneira criativamente coerente com o contexto, a sentir e evocar o vivido no campo relacional por meio do experimento, possibilita-se que a intensidade da territorialidade intra e interpessoal irrompa e adentre o espaço terapêutico como fonte de produção de experiências afetivas e de transformação de perspectivas e sentidos. Ou seja, por ser um movimento que atravessa o ser em sua relação consigo e o mundo, o brega constitui um cenário possível de ser vivido e experimentado também na psicoterapia. (Costa, 2014)

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao tomar o brega como foco de uma argumentação que o retira do lugar de mero objeto de estudo e o reconhece como vórtice possível para realçar experiências humanas, este artigo evidencia a necessidade de subverter os olhares engessados da Psicologia, de modo a permitir uma compreensão mais real das humanidades. Reconhece-se, assim, a importância de considerar as nuances e contextos específicos de cada indivíduo, enfatizando a promoção de

uma prática psicológica que priorize a compreensão profunda e o apoio do próprio ser em si em sua jornada de autocuidado e desenvolvimento pessoal.

O movimento do Brega reflete as realidades sociais e culturais de determinadas comunidades e grupos. Ao reconhecer esses contextos, a psicoterapia pode abordar questões sociais mais amplas que impactam a saúde mental e o bem-estar, considerando a interseção entre cultura e saúde integral dos sujeitos e oferecendo um meio de explorar e processar experiências psíquicas e sociais de forma significativa e terapeuticamente relevante.

Este estudo busca inspirar outras reverberações a partir de novas possibilidades de formas de ser e estar no mundo, construindo perspectivas inéditas de intervir, pesquisar e viver a partir da potência da territorialidade. Trata-se de uma carta aberta e de um convite à Psicologia e aos profissionais da saúde mental para que se reinventem e construam uma prática enraizada nas realidades populares, inspirada no fortalecimento das relações de individualidade, autonomia e coletividade.

Na psicoterapia, a música pode emergir como um caminho natural de acesso ao sentir e, por pertencer ao campo recifense, o brega se inscreve em um lugar ainda mais familiar e palatável. Assim, o sentido se renova, fundos tornam-se figuras e vice-versa, à medida que as possibilidades ganham força no processo de subjetivação. Desse modo, no brega, o viver ganha sentidos. Existir é ser brega. Permitir a bregalidade é facilitar o experienciar livre. Bregalizar a Psicologia é acolher, no encontro, o respirar da maior grandeza humana: o ser em si mesmo.

Por fim, ao trazer essa discussão para a periferia, convidamos — direta e indiretamente — os leitores a acreditar que nossa cultura marginal é suficiente para produzir beleza, amparo e sobrevivência. Foi essa certeza que nos sustentou e nos impeliu a construir esse trabalho, levando-nos a afirmar, em voz alta, que existem muitas outras possibilidades enquanto ferramentas fomentadoras de ciência, saúde, conhecimento e vida na e para comunidade.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Paulo Cesar. *Eu não sou cachorro, não*. Rio de Janeiro: Editora Record, 2002.

A VIDA não basta. Direção: Todd Tozzi, Pedro Ferrarini. Produção: Caio Tozzi. [S.l.]: Vila filmes, 2013. 1 documentário (85 min), son., color.

PM do amor. Banda Chama do Brega. Compositor: Walter de Afogados. NPA Produções, 2019. 1 CD, (3m).

BENTO, Emmanuel. Esse brega é uma bachata: entenda como o ritmo dominicano influenciou bandas do Recife. **Jornal do Commercio**, Recife, 2023. Disponível em: <https://jc.ne10.uol.com.br/cultura/2023/11/15636575-esse-brega-e-uma-bachata-entenda-como-o-ritmo-dominicano-influenciou-bandas-do-recife.html>. Acesso em: 12 jun. 2024.

CIORNAI, Selma. Arteterapia: recurso milenar que se consolida como prática terapêutica. *In*: FRAZÃO, Lilian; FUKUMITSU, Karina. **Recursos criativos em gestalt-terapia**. São Paulo: Summus Editorial, 2021. *E-book*

CAFÉ COM NOTÍCIAS. Obituário: morre o cantor Reginaldo Rossi. 20 dez. 2013. Disponível em: <https://www.cafecomnoticias.com/2013/12/obituario-morre-o-cantor-reginaldo.html>. Acesso em: 15 jun. 2024.

COSTA, Virginia Elizabeth Suassuna Martins *et al.* **Gestalt-terapia: conceitos fundamentais**. São Paulo: Summus Editorial, 2014.

COSTA, Rogério. **Sobre o universo brega e seus enquadramentos nas dinâmicas da atualidade**. São Paulo: Intercom, 2016.

DIAS, Maria Sara de Lima. O legado de Martin-Baró: a questão da consciência latino americana. **Psicol. Am. Lat.**, Puebla, n. 33, p. 11-22, jul. 2020.

FONTANELLA, F. **A estética do brega: cultura de consumo e o corpo nas periferias de Recife**. Dissertação (Mestrado em Comunicação) - Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2005.

FRAZÃO, Lilian Meyer *et al.* **Recursos criativos em Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus Editorial, 2021.

GONÇALVES, Mariana Alves. **Psicologia favelada: ensaios sobre a construção de uma perspectiva popular em Psicologia**. São Paulo: Mórula Editorial, 2020.

LEITE, Kahuana. A impossibilidade de neutralidade na clínica gestáltica: por uma Gestalt-terapia contranormativa. *In*: ALVIM, Mônica; BARROS, Paulo; ALENCAR, Silvia; BRITO, Vanessa (org.). **Por uma Gestalt-terapia crítica e política: relações raciais, gênero e diversidade sexual**. Porto Alegre, RS: Editora Fi, 2022. v. 2, p. 371-389.

LEWIN, Kurt. **Teoria de campo nas ciências sociais**. Criciúma, SC: Editora convivivn, 2024.

NASCIMENTO, Miguel Antonio do. Arte e existência: reflexão sobre o conteúdo da arte. **Aufklärung**: revista de filosofia, João Pessoa, v. 2, n. 2, p. 289-310, 2015.

PEIXOTO, Paulo de Tarso de Castro. Música, Gestalt-musicoterapia e a awareness do campo. *In*: FRAZÃO, Lilian; FUKUMITSU, Karina. **Recursos criativos em gestalt-terapia**. São Paulo: Summus Editorial, 2021. p 149-176.

SANTOS, Boaventura de Sousa; MENESES, Maria Paula. **Epistemologias do Sul**. São Paulo: Cortez, 2010.

SILVA, Gabriel Francisco da. O brega como ato de narrativa nas periferias do Recife: reflexões fenomenológicas existenciais. **Revista Hum@nae**, Recife, v. 14, n. 2, 2020.