

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

*O DESPERTAR DA CONSCIÊNCIA ATRAVÉS
DO TOQUE: REFLEXÕES A PARTIR DE UMA
VIVÊNCIA E PESQUISA BIBLIOGRÁFICA*

ANDRÉ LUIZ PAPALÉO

CAMPINAS
2005

ANDRÉ LUIZ PAPALÉO

*O DESPERTAR DA CONSCIÊNCIA ATRAVÉS
DO TOQUE: REFLEXÕES A PARTIR DE UMA
VIVÊNCIA E PESQUISA BIBLIOGRÁFICA*

Monografia apresentada
como exigência parcial
para a conclusão do curso
de graduação em
licenciatura à Faculdade
de Educação Física da
Universidade Estadual de
Campinas.

Orientador: Prof. Dr. Adilson Nascimento de Jesus

CAMPINAS
2005

Banca Examinadora

Orientador: _____

Prof. Dr. Adilson Nascimento de Jesus

Convidada: _____

Prof^a. Ms. Thais Adriana Cavalari

Dedico este trabalho a todos que estiveram presentes auxiliando-me, encorajando-me ou, simplesmente, acompanhando-me nesta etapa de minha vida, em especial àquela pessoa que, fisicamente ausente, sempre estará comigo, minha mãe.

Agradecimentos

Agradeço ao Prof. Dr. Adilson Nascimento de Jesus pelas portas abertas sempre; à Profa. Dra. Carmen Lúcia Soares (Carminha) pelo apoio num momento difícil do caminho e também pelas dicas valiosas; à Profa. Ms. Thais Adriana Cavalari por aceitar o convite para examinar meu trabalho e pela enorme contribuição, mesmo antes de saber disso, através de sua dissertação de mestrado; aos amigos e amigas da da FEF pela grande amizade e troca de idéias (em especial ao Dú, Alan, Fabinho, Picachu, Henrique, à Lívia Farah, à Carol Nasser e à Carla); aos irmãos Nogueira e família por tudo que compartilhamos nestes anos de convivência; aos irmãos Oliveira; à Isis pela sua prontidão e disposição para me ouvir; ao Reginaldo (o mais novo grande amigo); à Ana Luisa por me fazer acreditar neste trabalho; aos meus familiares, em especial: ao meu pai, às minhas tias Daise e Vera às quais admiro, à Flavi, pelas conversas sobre educação física e pelo empenho em ajudar-me com o pôster; ao maravilhoso casal Xuca e Zé e à Talita pela sua presença em minha vida.

Resumo

Este trabalho tem como tema central o toque. Procurou-se estabelecer um diálogo entre as experiências de massagem trabalhadas em algumas aulas da disciplina curricular *Pedagogia do Movimento – Dança*, e os conceitos corporeidade, motricidade humana e consciência corporal, com o objetivo de apresentar e refletir sobre as possibilidades que as vivências corporais trazem para sentir/perceber o corpo, despertando para o interesse e a conseqüente valorização do mesmo, através de sua conscientização. O trabalho busca interpretar significados de ações e relações estabelecidas nas práticas vivenciadas. Como procedimento metodológico, utilizou-se da pesquisa bibliográfica que se constituiu de levantamento bibliográfico inicial acerca dos temas anteriormente mencionados, e seleção das obras através de análise textual. A reflexão sobre o tema demonstrou que o contato corporal do educador com seus alunos é uma constante na prática do profissional de Educação Física, e a falta destas experiências pode acarretar no esvaziamento de muitos discursos sobre o corpo, presentes em sua bagagem acadêmica, caso se privilegie, durante sua formação, a idéia de corpo em detrimento da experiência do próprio corpo.

Palavras chave: consciência, paradigma, toque, vivência.

Abstract

This research has as central theme the touch. He tried to establish a dialogue among the massage experiences worked in some classes of the discipline Pedagogy of the Movement - Dances, and the concepts corporeity, human motricity and corporal conscience, with the objective of to present and to contemplate about the possibilities that the body existences bring for feel/ notice the body, waking up for the interest and the consequent valorization of this same, through its understanding. The research search to interpret meanings of actions and established relationships in the lived practices. As methodological procedure, had used the bibliographical research, that was constituted previously of initial bibliographical rising concerning the themes mentioned and selection of the texts through text analysis. The reflection on the theme demonstrated that the educator's body contact with their students is a constant in practice of the Physical Education professional, and the lack of these experiences can cause the emptying of many speeches on the body, presents in its academic luggage, in case it is privileged, during his formation, the body idea to the detriment of the experience of the own body.

Key words: conscience, paradigm, touch, existence.

Sumário

Apresentação.....	15
Introdução.....	17
Objetivo.....	19
Aspectos metodológicos.....	21
Justificativa.....	23
Capítulo I - Corpo: tradições e novas perspectivas.....	25
1.1- Corporeidade e motricidade humana.....	29
1.2- Consciência corporal.....	33
Capítulo II - A experiência do toque.....	37
2.1- Tocar: uma necessidade humana básica.....	37
2.2- Relato e reflexão a partir de uma vivência.....	41
Considerações finais.....	51
Referências bibliográficas.....	53
Apêndice: Escritos sobre minha mãe e eu.....	55

Apresentação

Decidir por cursar a Faculdade de Educação Física (FEF) foi, para mim, uma escolha que custou a acontecer. A demora ocorreu, acredito, um pouco pela influência dos meus pais e muito pelo desconhecimento do que vem a ser um curso superior e do que eu de fato queria. Após me formar no Ensino Médio, como técnico em eletrônica, profissão que jamais exerci, levou um tempo para surgir o interesse em me preparar para o vestibular. Daí, naquela indecisão sobre o que prestar, optei pela matemática, por mais incrível que isto possa parecer.

Três longos anos se passaram e com eles um forte sentimento de insatisfação, de vazio, de incompletude. Era comum, no retorno da faculdade para casa à noite e, na maioria das vezes, sozinho, eu me perceber questionando o que fazia ali. Paralelo ao isso, trabalhava, durante o dia, como monitor infantil em um Centro Municipal de Educação Infantil (CEMEI) da prefeitura de Campinas, lidando diariamente com crianças, desde o berçário até o pré. Posteriormente, esta atuação profissional me ajudaria na escolha da nova área acadêmica. No quarto ano tomei a difícil decisão de alterar meu caminho.

Várias pessoas acharam um absurdo eu desistir tão perto do final, mas preferi confiar em mim. Decisão acertada! Digamos que cometi o erro de encostar a escada na parede errada, mas percebi a tempo, antes de chegar ao último degrau.

Após trancar o primeiro semestre daquele ano, me matriculei, no segundo, em uma única disciplina: Educação Ambiental (EA). Foi a partir dela que descobri um gosto, até então adormecido, por assuntos ligados à área de humanas e, em particular, pela problemática ambiental, fruto do descaso humano com o planeta e consigo mesmo. Neste momento comecei a ter contato com as discussões sobre a mudança de paradigmas pela qual nós, humanos, estamos passando, sem saber que iria estudar o assunto novamente na FEF, sob a perspectiva do ser e de seu corpo.

Através deste curso (EA) comecei a freqüentar um grupo de estudos sobre jogos cooperativos e, as amizades feitas neste grupo com pessoas que cursavam educação física, ampliaram meu conhecimento sobre a área e sobre

a gama de possibilidades que ela oferece. Estava enfim decidido. Eu havia encontrado um curso que, para muito além do interesse profissional, escolhera acreditando num crescimento pessoal.

Como a vida da gente não é um simples agrupamento de ocasiões e sim um complexo emaranhado de relações; lado a lado a este processo que levou à mudança de uma faculdade para outra, enfrentei uma enorme batalha em minha casa. No dia 9 de janeiro de 1999, a vida de toda a família foi brutalmente alterada por um acidente vascular cerebral que fez com que minha mãe perdesse para sempre a fala e os movimentos do lado direito do corpo.

O impacto deste acontecimento que ainda hoje reverbera em meu ser trouxe, como conseqüência, muita dor, mas também muita alegria e aprendizado¹ que, juntamente com outros que tive oportunidade de receber durante a graduação, foi a base para o desenvolvimento deste trabalho de monografia sobre o toque.

¹ Ver apêndice: Escritos sobre minha mãe e eu.

Introdução

A partir do nascimento, o ser humano estabelece seus primeiros e fundamentais contatos com o mundo através dos sentidos, com destaque para o sentido tátil, seja para se comunicar ou se movimentar. Recebemos, de imediato, toques de mãos experientes ou desajeitadas, carinhosas ou indiferentes que uma enorme influência exercerão sobre nossa personalidade. Logo, podemos dizer que nossa primeira experiência é tátil, ainda mais porque, como diz Montagu (1988, p.241) em seu livro *Tocar: o significado humano da pele*, ao descrever sobre as primeiras experiências de um bebê:

é minha pele que me informa basicamente que esta face me é uma fonte de prazer, pois, sendo bebê, é principalmente por minha pele que posso fazer esses julgamentos. E isto também acontece com todas as demais sensações que experimento [...] dado que os diversos sentidos são na realidade receptores da pele de diferentes tipos, os olhos, ouvidos, nariz e certamente a língua “sentem” mais do que vêem, ouvem, cheiram e degustam.

Entre os mamíferos em geral, os filhotes ao nascerem são prontamente estimulados pela fêmea com lambidas. Este contato, além de despertar o recém-nascido para o novo ambiente que o cerca, também lhe transmite sensações de conforto e segurança, indispensáveis para um bom início da caminhada rumo à sua independência. Para nós humanos, esta jornada rumo à independência é bem maior, podendo até mesmo ocorrer, em alguns casos, por toda uma vida.

Aprender a tocar e ser tocado após a infância se torna algo muito complicado, pois à medida que crescemos e nos desenvolvemos em todos os aspectos, nosso ser vai sendo moldado com vários pré-conceitos e normas de conduta para a vida em sociedade que transformam este ato, ou melhor, este tipo de comunicação não-verbal, em algo impróprio. Isto ocorre, ao que parece, devido à falta de compreensão da importância desta forma de comunicação por parte da cultura ocidental, o que se intensifica à medida que valorizamos excessivamente as formas de estímulos sonoros e, principalmente, visuais.

No entanto, ainda que complicado, este aprendizado ou reaprendizado pode e deve ser incentivado, tanto àqueles que desde a infância tiveram contato tátil delicado, caloroso, com boas doses de afeto e amor, quanto

àqueles aos quais este contato foi negado ou, então, negativo (agressivo, carregado de maldade e desprezo). Neste sentido, o trabalho de consciência corporal através do toque, apresenta-se como privilegiado, uma vez que abre as portas para o autoconhecimento, visando elevar a consciência sobre si, sobre os outros e sobre as diversas relações estabelecidas.

Buscando aprofundar meus conhecimentos sobre a importância do toque na vida do ser humano e destacando a relevância do tema para o profissional de Educação Física, apresento, no Capítulo I, questões teóricas sobre o significado de sermos um corpo, fazendo menção à visão dualista tradicional de pensar o corpo que tanto nos influenciou e ainda influencia, para, em seguida, me aproximar da mudança paradigmática acerca deste pensamento que, timidamente, surgiu a partir do século XX e hoje ganha força, trazendo para a área de educação física os conceitos de corporeidade, motricidade humana e consciência corporal.

Início o capítulo II com a apresentação do tema toque demonstrando sua importância para o desenvolvimento saudável do ser humano a partir do nascimento, com base na obra de Montagu (1988) anteriormente citada, para, em seguida, relatar e refletir sobre as experiências táteis por mim vivenciadas nas aulas da disciplina curricular *Pedagogia do Movimento – Dança*, momento em que discuto inquietações muito particulares surgidas durante o trabalho prático de toque, através de massagens.

Em alguns momentos, as sensações táteis experimentadas ora aplicando, ora recebendo massagem, possibilitavam sentimentos bastante agradáveis; já em outros, surgiam sentimentos pouco desejados como vergonha, insegurança, insatisfação e até culpa, e, com isso, intensificou-se o interesse de partir em busca de respostas que pudessem explicar com maior propriedade a origem de tais sentimentos.

Acredito que algumas importantes respostas foram encontradas e, ainda que provisórias, pois em construção, já representam uma ampliação de minha compreensão sobre os outros e, principalmente, sobre mim.

Objetivo

O objetivo deste trabalho foi estabelecer um diálogo entre a experiência vivida em algumas aulas da disciplina *Dança*, a partir do toque e alguns conceitos presentes no corpo teórico da Educação Física enquanto área acadêmica. Assim, procurou-se apresentar e refletir sobre uma dentre as diversas possibilidades que as vivências corporais trazem para sentir/perceber o corpo, despertando para o interesse e a conseqüente valorização do mesmo, através de sua conscientização.

Aspectos metodológicos

É interessante construir e ver-se construindo um trabalho acadêmico. O caminho, pelo qual atravessamos à medida que avançamos, é irregular e exige respeito e uma boa dose de disciplina, porém, o ponto mais difícil a ser superado, a meu ver, é o inicial.

Como é complicado transformar aquela vaga idéia em algo palpável. Para tanto, sei o quanto foi essencial neste primeiro passo um estímulo externo: o conselho de alguns amigos que, com suas palavras, me fizeram acreditar que isso seria possível e, também, o sim acolhedor da pessoa que escolhi para me guiar durante o percurso.

Apenas ao ultrapassar este primeiro e maior obstáculo, ou seja, já no processo, é que fui me fortalecendo à medida que percebia a maior solidez do terreno a cada passo e, então, mais passos queria dar, precisava dar, e assim aconteceu, ou melhor, está acontecendo. Como nos afirma Freire (1997, p.55), “Onde há vida, há inacabamento” e apenas nós, homens e mulheres temos consciência disto.

O trabalho possui um caráter qualitativo, uma vez que, realizei reflexões e interpretações em busca de significados das ações e relações humanas, a partir de minhas vivências. Segundo Minayo (1994, p.21), a pesquisa qualitativa

[...] trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis.

Ainda cursando a disciplina *Dança*, elaborei alguns escritos para o fechamento do curso e, nestes, deixei relatadas as impressões que obtive durante as experiências de toque, isso foi de grande importância para a organização desta monografia, pois foi com base neles que dei início às interpretações que apresento no decorrer do Capítulo II – *A experiência do toque*.

Ao sentir a necessidade de uma base teórica da área, que viesse complementar o trabalho e abrir para a possibilidade de um diálogo com as experiências apresentadas e discutidas, fui à procura de autores que

discutissem a complexidade do ser humano a partir dos conceitos de corporeidade, motricidade e consciência corporal. Desenvolvi, assim, o Capítulo I – *Corpo: tradições e novas perspectivas*, e, no caminhar, decidi por colocá-lo no início para melhor situar o leitor com relação ao meu modo de pensar a existência humana.

Como procedimento metodológico para a realização deste trabalho foi utilizada a pesquisa bibliográfica que se constituiu de levantamento bibliográfico inicial acerca dos conceitos anteriormente mencionados e também sobre o sentido tátil, e seleção das obras através de análise textual. Diferentemente do que em geral se faz em uma pesquisa quantitativa à qual, através de bancos de dados e com o uso de palavras chave, busca-se documentos que possam ser úteis em meio a uma infinidade deles. Em um trabalho de caráter qualitativo é comum encontrar autores reconhecidos através das referências bibliográficas de obras que já estejam em mãos, ou através de pessoas ligadas ao assunto que se procura, como por exemplo, o próprio orientador. Foi assim que, aos poucos, encontrei e selecionei as obras que utilizei.

O levantamento bibliográfico foi realizado nas bibliotecas da Faculdade de Educação Física, da Faculdade de Educação e da Faculdade de Ciências Médicas, as três da Universidade Estadual de Campinas; e também através de livros que já possuía ou que emprestei de amigos.

Justificativa

O que me impulsionou à elaboração deste trabalho foram inquietações que experimentei durante algumas aulas da disciplina *Dança*, quando ofereci e também recebi contato físico por parte de outros alunos e alunas através do toque.

Este contato se deu sob a forma de massagem, porém desprendida de técnicas, pois a intenção não era o ensino/aprendizagem desta ou daquela técnica, mas atentar às sensações, percepções, pensamentos e sentimentos despertados pelo toque, ora recebendo-o, ora aplicando-o, visando à descoberta e redescoberta consciente de aspectos de si.

Acredito ser importante para o futuro educador, seja ele licenciado ou não, a vivência deste tipo de trabalho anteriormente descrito, visto que o contato corporal com seus alunos é uma constante em sua prática profissional, e isto pode acarretar no esvaziamento de muitos discursos sobre o corpo, presentes em sua bagagem acadêmica, caso se privilegie, durante sua formação, a idéia de corpo em detrimento da experiência do próprio corpo.

Capítulo I - Corpo: tradições e novas perspectivas

Eu não sou o resultado ou o entrecruzamento de múltiplas causalidades que determinam meu corpo ou meu “psiquismo”, eu não posso pensar-me como uma parte do mundo, como o simples objeto da biologia, da psicologia e da sociologia, nem fechar sobre mim o universo da ciência. Tudo aquilo que sei do mundo, mesmo por ciência, eu o sei a partir de uma visão minha ou de uma experiência do mundo sem a qual os símbolos da ciência não poderiam dizer nada (Merleau-Ponty, 1994, p.3).²

Durante os anos em que cursei a licenciatura em educação física, pude entrar em contato com uma diversidade de pensamentos sobre o ser humano.

Das disciplinas teóricas, aquelas classificadas como sendo da área biológica, tais como anatomia humana, fisiologia, bioquímica, entre outras, me ensinaram muito sobre o corpo, sobre sua forma, sobre seu funcionamento, sobre aspectos de seu desenvolvimento e isso sem dúvida teve seu peso para minha formação. Porém, foi o grupo das disciplinas da área de humanas que me encheu de curiosidade, que me fez sentir que há muito a ser pesquisado quando o próprio ser humano está em foco, pois, longe de vê-lo como algo inanimado, uma vez comparando-o a um cadáver, ou então, vê-lo como invariável, visto que sua constituição biológica se assemelha a toda a espécie, as discussões travadas nas disciplinas de filosofia, psicologia, antropologia, história ou, ainda, nas disciplinas da área de educação, me colocaram diante da incerteza, diante da constante imprevisibilidade, enfim, diante da riqueza que constitui a vida.

Nesse contexto, direciono o desenvolvimento deste trabalho a alguns conceitos teóricos estudados nestes anos de curso por perceber a importância deles como embasamento para, juntamente com a prática por mim vivenciada e apresentada no capítulo seguinte, refletir sobre o corpo que sou. São eles: corporeidade, motricidade humana e consciência corporal; mas, antes de chegar até eles, falarei, primeiro, sobre uma mudança de pensamento e atitude da humanidade que acabou por influenciar a criação destes conceitos.

² MERLEAU-PONTY, Maurice. *Fenomenologia da percepção*. São Paulo: Martins Fontes, 1994.

A partir da segunda metade do século XX iniciou-se um movimento que ocasionou a superação da visão dualista e fragmentada de mundo e de ser humano que, de acordo com Capra (1982), com base no pensamento cartesiano³, influenciou não somente a ciência, mas todo pensamento ocidental, nos fazendo enxergar o mundo como máquina. O relógio se traduz em uma excelente metáfora para este pensamento: se todas as peças estão bem, então o relógio está funcionando bem; se uma peça quebra, basta substituí-la para garantir o correto funcionamento do todo.

Um novo modelo de pensar a existência (visão sistêmica de mundo), denominado paradigma holístico⁴, ecológico, ou então, novo paradigma, nos colocou, conforme Capra (1982), diante de uma crise de percepção necessária para repensarmos a vida no e do planeta, superando o pensamento cartesiano ao demonstrar que hoje, além de errado ele é altamente nocivo.

Ainda com Capra (1982), para o paradigma holístico, a existência é garantida pela relação de interligação e interdependência entre todos os seres e todas as coisas, de modo que, o desequilíbrio em algum aspecto da realidade acarreta na desarmonia de todo o sistema, não sendo suficiente para o restabelecimento desta harmonia modificar apenas o que gerou a crise.

Em momentos de crise se faz necessário parar e repensar o todo e, ao fazê-lo, repensar nosso próprio pensamento, ou seja, refletir sobre a maneira como elaboramos nossas estratégias de ação, buscando alternativas para elas, e hoje, mais do que nunca, alternativas pautadas em reais prioridades, e não mais às quais temos visto como tal: lucro desenfreado e poder a qualquer custo, através de uma competitividade agressiva.

De acordo com Saviani (1989, p.23), o conceito de “problema, apesar do desgaste determinado pelo uso excessivo do termo, possui um sentido profundamente vital e altamente dramático para a existência humana, pois indica uma situação de impasse”. Assim, problema não se classifica como sendo toda pergunta, ou qualquer tipo de dúvida, problema existe quando

³ René Descartes (1596 – 1658): filósofo matemático que “[...] inaugura o racionalismo moderno ao fazer do sujeito do conhecimento o fundamento de toda a verdade” (CHAUÍ, 1998, p.65).

⁴ Holístico, do grego “holos”, significa totalidade e “refere-se a uma compreensão da realidade em função de totalidades integradas, cujas propriedades não podem ser reduzidas a unidades menores” (N. do T.) (CAPRA, 1982, p.13).

temos algo que não sabemos como resolver, mas temos a necessidade de fazê-lo, pois isto traz conseqüências importantes à nossa vida.

Hoje, a humanidade tem vários problemas não resolvidos, tais como o lixo, o desmatamento, a excessiva poluição, a fome entre outros, e todos eles resumem-se a um problema maior que é modo como até então lidamos com nossa existência.

Com relação ao corpo, este também sofreu, e ainda sofre, uma forte influência do pensamento cartesiano. Assim, ao menos no ocidente, a visão hegemônica de ser humano era, e ainda é, a de uma mente pensante sobre um corpo executante, uma mente brilhante e capaz de atingir a transcendência, mas que se encontra ligada a um corpo que envelhece e adocece sob a ação do tempo. Enfim, crescemos esperando a realização da promessa de um dia nos libertarmos dessa matéria perecível que é nosso corpo.

Neste trabalho, quando me refiro ao corpo, o faço para além de seu caráter anátomo-fisiológico conforme mostrarei a seguir, no entanto, ainda que tentando utilizar o termo **Ser** para exprimir, de maneira mais completa, o que sinto e penso a respeito da existência humana, é difícil não recorrer ao uso do termo corpo em alguns momentos, o que demonstra novamente a força imposta pelo paradigma tradicional no pensamento ocidental.

É importante destacar que em outros períodos históricos este dualismo que submeteu o corpo à condição de objeto também se fez presente. Assim, conforme Guedes (1995) temos, sob a influência do pensamento platônico⁵, as concepções de corpo e alma; na Idade Média, as concepções de carne e espírito (período de maior negação do corpo); no Renascimento, através de Descartes, as concepções de corpo e mente; no Iluminismo, pelas idéias de Kant⁶, corpo e espírito.

A partir na modernidade, podemos falar de corpo em outra perspectiva: a de produção, que também não exclui os dualismos. Não que em outros períodos o corpo não produzia, mas, a partir de então, esta particularidade tornou-se explícita, de modo que a sociedade ocidental passou a enxergar no

⁵ Platão (428-7 a.C. – 348-7 d.C.): Filósofo “[...] discípulo de Sócrates e o fundador da Academia, escola que via o conhecimento como algo vivo e dinâmico [...]” (CHAUÍ, 1998, p.69).

⁶ Immanuel Kant (1724 – 1804): Filósofo Alemão cuja obra mais célebre foi *A crítica da razão pura* (CHAUÍ, 1998, p.76).

corpo possíveis valores, como destaca Guedes (1995, pp.6-7) com base no referencial teórico do sociólogo Jean Baudrillard:

O primeiro sentido refere-se ao estágio de valor de uso, a partir do momento em que o homem pensa no uso dos objetos e remete esta reflexão ao uso do próprio corpo na satisfação de suas realizações. O segundo é o valor de troca – trocam-se necessidades, o corpo serve-se da troca de sua força para obtenção do que se precisa. O terceiro é o de valor de signo, onde o corpo corresponde a um código e seu valor se desenvolve em referência a um conjunto de modelos. [...] No enfoque da era Pós-Moderna, assumo o valor Fractal do corpo na crise da percepção gerada pela era midiática, que implica as formas-imagens corpóreas como simulacros.

Para Guedes (1995, p.77)

A tradição dualista e os valores atribuídos ao corpo revelaram que a intenção foi torná-lo um objeto longe do alcance do que fosse bom, justo, divino e perfeito. O corpo representou e representa ameaças ao domínio de outros, por ser a concretude da existência, percepção e contato com o mundo, na manifestação da vida de desejos, necessidades, lutas e realizações.

Ainda com Guedes (1995, p.77), essa atitude perante o corpo não existe por acaso, ela *“ocorre na medida em que a dominação e o controle das organizações humanas sempre são corporais”*. É preciso rebaixar o corpo à condição de simples objeto para, então, adquirir o pseudo-direito de controlá-lo.

A partir do exposto acima, concordo com Moreira (1994, p.54) quando este diz: *“Temos um corpo, conhecemos muito sobre um corpo, mas não somos um corpo, não sabemos o corpo”*. Porém, acredito estarmos caminhando, cada vez mais, no sentido desta descoberta: de nos descobrirmos enquanto corpo, ou melhor, enquanto ser. Assim, apresento a seguir alguns conceitos que comprovam este processo.

1.1- Corporeidade e motricidade humana

Embora lutemos na atualidade contra os dualismos de outrora, ainda somos constantemente traídos por eles através de nossos pensamentos e de nossas palavras. De acordo com Freire (1991, p.28), “os discursos em oposição ao dualismo denunciam freqüentemente o dualismo do discursador”. Para ele, a falha está no raciocínio, pois quando pensamos e falamos, dividimos.

No dia-a-dia é comum dividirmos o mundo em objetos e eventos isolados, o que, de certo modo, é necessário e ocorre em decorrência da maneira pela qual nosso intelecto funciona. A partir do momento que focalizamos um conceito, automaticamente está criado seu oposto. Uma profunda diferença entre o ocidente e o oriente é que a essência da visão oriental de mundo tem por base a consciência da unidade e inter-relação entre tudo, assim, os opostos, uma vez abstratos, pois criados pelo pensamento, são relativos e, em sua relatividade, ao invés de se excluírem, se complementam para integrar o todo cósmico (CAPRA, 1983).

Para o ocidente é difícil aceitar a unidade dos opostos. O problema está no fato de acreditarmos que nossas criações, nossos conceitos abstratos, são realidades absolutas da natureza. A partir daí, de acordo com Capra (1983), através de uma sensação de desconforto em relação à polaridade, a sociedade ocidental favoreceu um lado (yang - masculino) em detrimento de seu oposto complementar (yin - feminino) e sabemos bem os desdobramentos deste fato.

De acordo com Capra (1993), o misticismo oriental, sem descartar a individualidade das coisas, tem a consciência de que todas as diferenças são relativas dentro de uma unidade abrangente. Para ele

Uma vez que em nosso estado normal de consciência essa unidade de todos os contrastes – e, especialmente, a unidade dos opostos – é extremamente difícil de ser aceita, ela constitui uma das características mais enigmáticas da filosofia oriental (CAPRA, 1993, p.113).

Freire (1991) afirma que é no ato de movimentar-se que o ser humano concretiza aquilo que tanto almeja em seu discurso: a totalidade ou a unidade do ser. Esta é a razão de, neste trabalho, nos lançarmos à defesa da

importância das experiências práticas exploradas pelo próprio corpo durante nossa formação acadêmica sem, é claro, negarmos os conceitos elaborados na área ou fora dela que, em constante desenvolvimento, também se fazem indispensáveis.

É através dos conceitos de motricidade humana e corporeidade que o pensamento procura aproximar-se deste estado almejado de unidade, e por apresentarem entre si uma estreita ligação, serão aqui tratados simultaneamente.

É pela corporeidade que manifestamos nossa condição de sermos um corpo. Um corpo de carne e osso, mas também de espírito, de alma, de sangue, nervos, sentimentos, pensamentos, dores, prazeres, tristezas, alegrias (perceba de novo a traição do discurso dualista) e, também, um corpo que se move.

Freire (1991, p.63) expressa que

Pela motricidade o homem se afirma no mundo, se realiza, dá vazão à vida. Pela motricidade ele dá registro de sua existência e cumpre sua condição fundamental de existência. A motricidade é o sintoma vivo do mais complexo de todos os sistemas: o corpo humano.

O movimento para o ser humano é muito mais do que um simples deslocar no espaço, significa caminhar com uma intenção para alguma direção, significa uma abertura à criação, significa a expressão de seus sentimentos e significa, também, a manifestação viva da corporeidade.

Ao falar de corporeidade, nos referimos direta ou indiretamente ao filósofo francês Merleau-Ponty e à corrente filosófica denominada Fenomenologia que, de acordo com Souza (1992, p.51), tinha como base a “[...] refutação e denúncia da divisão dicotômica e reducionista, que via no homem um ser composto de duas partes: o corpo e a mente.”

Guedes (1995, p.82) ao fazer referência à obra de Merleau-Ponty diz

Ao desenvolver um projeto filosófico de enraizamento da consciência no corpo, Merleau-Ponty se refere a uma consciência perceptiva, ou seja, da própria existência. E para isso ele buscou ultrapassar a concepção materialista, que considera o corpo enquanto objeto, e a concepção religiosa, que desvaloriza o corpo e o opõe a alma.

Um exemplo citado por Chauí (1998) ao falar sobre a essência do nosso corpo na perspectiva de Merleau-Ponty mostra que, para além das explicações da física, da biologia e da psicologia, para os quais o corpo representa uma máquina receptiva e ativa e que, como tal, é considerado como um objeto de conhecimento, o corpo humano possui certas peculiaridades: sendo visível como outros seres visíveis, ele vê; podendo ser tocado como outros corpos, ele toca; produzindo sons e podendo ser ouvido como os outros corpos, ele ouve.

Assim conclui Chauí:

Visível-vidente, tátil-tocante, sonoro-ouvinte/falante, meu corpo se vê vendo, se toca tocando, se escuta escutando e falando. Meu corpo não é coisa, não é máquina, não é feixe de ossos, músculos e sangue, não é uma rede de causas e efeitos, não é um receptáculo para a alma ou para uma consciência: é meu modo fundamental de ser e de estar no mundo, de me relacionar com ele e dele se relacionar comigo. Meu corpo é um sensível que sente e se sente, que se sabe sentir e se sentido. É uma interioridade exteriorizada e uma exterioridade interiorizada. É esse o ser ou a essência do meu corpo. (CHAUÍ, 1998, p.244)

Fruto da História, a educação física escolar se vê ainda fortemente enraizada ao paradigma corpoXmente, procurando desenvolver o primeiro, ao passo que concebe o segundo como tarefa de outras disciplinas. A instituição escolar também reforça esta visão à medida que perpetua este equívoco.

Assim, ainda hoje encontramos, sem maiores dificuldades, professores cujo trabalho se volta para o desenvolvimento, em seus alunos, de técnicas e táticas de determinadas modalidades esportivas, visando à descoberta de futuros atletas; para o aprimoramento de capacidades físicas: velocidade, resistência, força e flexibilidade; para a homogeneização dos corpos, desconsiderando a individualidade de cada ser; ou ainda, para a apresentação e discussão de temas ligados à saúde, fazendo da educação física um meio.

Como bem sabemos, as conseqüências vão desde o desinteresse até uma forte negação por parte de certos alunos de participarem das aulas em função da discriminação sofrida pela exposição de suas dificuldades, chegando, muitas vezes, ao extremo da ridicularização, até mesmo por parte do próprio professor.

Acreditamos, assim, que os conceitos de corporeidade e motricidade humana, necessitam serem incorporados à vida do educador, e não apenas

assimilados enquanto possíveis conteúdos a serem trabalhados em sua prática profissional. Como consequência, espera-se a incorporação destes também por parte dos educandos num espectro cada vez ampliado.

1.2- Consciência corporal

Diferentemente das coisas que estão à minha volta, que posso manejar, observar de vários ângulos para, a partir de uma perspectiva, descrever e explicar; com relação ao meu corpo isto não acontece. Deste modo, concordo em partes com Guedes (1995, p.89) quando diz que “compreender o corpo somente é possível, a partir das suas experiências vivenciadas nas relações, que são estabelecidas com os outros, com o mundo e com as coisas.”

Digo em partes por acreditar que um indivíduo, a partir do **desenvolvimento** consciente de uma atividade introspectiva, cujo foco de atenção seja si próprio, pode também expandir a compreensão de si à medida que abre espaço, de modo consciente, à ampliação da consciência através das mensagens vindas instintivamente de seu inconsciente. Trabalhos de consciência corporal, entre outros, representam um exemplo da viabilidade disto. Este processo de ampliação da consciência, que eleva a compreensão do indivíduo enquanto tal, recebe na área da psicologia, mais propriamente da psicologia Junguiana, o nome de Individuação.

Para Jung (1998, p.49) “Individuação significa tornar-se um ser único, na medida em que por “individualidade” entendermos nossa singularidade mais íntima, última e incomparável [...]”, nada tendo haver com egoísmo ou individualismo que representam uma maneira de o ego voltar-se contra as obrigações impostas pela coletividade.

Os termos consciente e inconsciente são aqui utilizados na perspectiva Junguiana. Assim, de acordo com Cavalari (2005), a psique humana pode ser comparada a um oceano com uma pequena ilha emergindo. Esta ilha representa o consciente, cujo centro denomina-se *ego*, e o oceano, em toda sua vastidão, representa o inconsciente no qual encontra-se um centro ordenador, e portanto dinâmico, denominado *self* (si mesmo) que, geralmente confundido com o centro do inconsciente, representa sim o centro da personalidade total de um ser.

Enquanto o consciente reúne tudo aquilo que temos consciência, o inconsciente possui todo o material psíquico restante, como os componentes reprimidos na infância, mas também, e para além deles, vários outros componentes subliminais que, não tendo alcançado o limiar da consciência,

carregam o potencial para fazê-lo. De acordo com Cavalari (2005), os componentes do inconsciente ao tornarem-se conscientes influenciam no desenvolvimento do ser ao ajudarem no amadurecimento da personalidade.

Mas o que entende-se por consciência corporal? Utilizado na educação física como área de conhecimento e também na educação física escolar, comumente este termo abre margem para mal-entendidos. Assim, procurarei detalhá-lo a seguir, até porque o próximo capítulo, no qual apresento a experiência cujos questionamentos deram origem a este trabalho, terá como base tal conceito.

O termo consciência corporal é passível de confusão, pois, ao mesmo tempo em que anuncia certas propostas de trabalho corporal – tais como: Yoga, Shiatsu, Antiginástica, entre outras – substituindo seus nomes específicos, serve também para indicar o objetivo em comum destas, qual seja, a consciência de si e dos outros.

Conforme discutido anteriormente, se, neste trabalho, faço distinção entre ter um corpo e ser um corpo, acreditando na completude apontada pelo segundo, que denuncia o sentido fragmentado do primeiro, não há razão em dizer consciência corporal quando falo do objetivo de tais propostas, do contrário estaria novamente sendo traído pelo discurso dualista: haveria, assim, uma consciência e uma consciência do corpo, ambas distintas. Portanto, para mim, bem como descreveu Cavalari (2005), os termos consciência e consciência corporal são tratados como sinônimos.

Enquanto que, pela corporeidade manifestamos nossa condição de sermos um corpo, sendo a motricidade um veículo para isso; pela consciência, ou consciência corporal, nos é possível ampliar o conhecimento sobre nós mesmos e, conseqüentemente, sobre os outros, nossos pares ou não, utilizando-nos das diferentes formas de comunicação.

JESUS (1992, p.19) compreende a consciência como “um processo, um constante devir, porque se dá através do desvelamento progressivo que fazemos sobre nós mesmos pelas nossas vivências diárias [...]” e, ainda com JESUS (1992, p.32), “[...] a experiência corporal pode tornar-se um ato consciente [...] um ato reflexivo, na medida em que eu me perceba em ato e pensamento. Assim, me vejo em dinâmica. Sou pura motricidade”.

Souza (1992, p.40) utiliza-se do termo “Novas Propostas de Abordagem do Corpo” para apresentar, em seu trabalho, algumas das principais propostas ou práticas corporais que visam o conhecimento do corpo, trazendo como princípio básico “a busca do **AUTO CONHECIMENTO** através da percepção do próprio corpo”.

As propostas mencionadas por Souza (1992) são: Método Feldenkrais, que considera a tomada de consciência uma etapa da evolução; Eutonia, do grego eu=harmonia e tonos=tensão, que visa reestabelecer o movimento natural do corpo humano ao passo que estimula o indivíduo a tomar consciência de sua posição habitual; Bioenergética, técnica terapêutica que, atuando nos processos energéticos do corpo, busca promover a livre circulação da energia, eliminando as “courageas musculares” criadas pela repressão social das pulsões; Louise Ehrenfried, alemã considerada a pioneira das Novas Propostas de Abordagem do Corpo, cujo método tem como objetivo o melhor funcionamento corporal, tornando os indivíduos mais conscientes e sensíveis de si; Biodança, que traz como características a sensibilização corporal e estimulação ao contato com o outro, com o objetivo principal de desenvolver as potencialidades do indivíduo; Antiginástica, método cuja finalidade é tornar o indivíduo autônomo, uma vez que se conheça melhor que qualquer outra pessoa; Reeducação Postural Global (RPG), método de reeducação postural que tem como objetivo colocar o corpo em estiramento máximo, evidenciando tensões e possibilitando o reequilíbrio; Rolfing, sistema de educação corporal que busca o melhor funcionamento do organismo através de seu correto alinhamento gravitacional. Além destas propostas, são mencionadas ainda as práticas corporais Yoga e Tai Chi Chuan e as técnicas de massagem Do In e Shiatsu que, conforme Souza (1992), demonstram a assimilação da cultura oriental pelo ocidente.

Cavalari (2005), com o objetivo de apresentar em seu projeto a construção de uma educação física escolar que, superando uma prática já estabelecida, viabilize a contemplação do ser e não apenas de algumas de suas dimensões, discute a importância destas atividades cujo objetivo é a ampliação da consciência e relata sua limitada aplicação na sociedade devido ao desconhecimento de seus benefícios pela maioria, tornando-as restritas a pequenos grupos privilegiados.

Concordo com Cavalari (2005) quando ela fala da reduzida reflexão e vivência de tais atividades em âmbito acadêmico, o que acaba por formar profissionais com uma visão muito limitada de si mesmos, quem dirá das pessoas com as quais irá atuar profissionalmente nos diferentes níveis de ensino, pois como posso atuar na sociedade, desempenhando um papel de educador, se desconheço o potencial que possuo para transformar a mim mesmo?

Capítulo II - A experiência do toque

Dizem que o que todos procuramos é um sentido para a vida. Não penso que seja assim. Penso que o que estamos procurando é uma experiência de estar vivos, de modo que nossas experiências de vida, no plano puramente físico, tenham ressonância no interior do nosso ser e da nossa realidade mais íntimos, de modo que realmente sintamos o enlevo de estar vivos (Campbell, 1990, p.5).⁷

2.1- Tocar: uma necessidade humana básica

Um fato que chama a atenção quando se observa a sociedade em que vivemos é que enquanto o ato de tocar é bastante permissível em áreas profissionais que lidam com o corpo, oferecendo-lhe cuidados (exemplos: massagem ou enfermagem), o mesmo não acontece no contato casual que estabelecemos com outras pessoas no dia-a-dia, sejam elas próximas ou desconhecidas, através de situações de cumprimento, em caso de amparo em momentos de dor ou dificuldade, ou em demais situações de contato. Nestes casos, comumente surgem bloqueios, estranhamentos, desconfianças ou, então, desagradados. Assim, algo que parece contraditório é que precisamos adoecer para sermos tocados, cuidados, para que nossas necessidades de contato corporal sejam minimamente satisfeitas.

Ao discursar sobre as diversas manifestações de tutilidade entre diferentes culturas, Montagu (1988) ressalta que enquanto os povos de língua anglo-saxônica encontram-se num pólo de absoluta intocabilidade, os povos latinos, no pólo contrário, são bastante táteis. No entanto, estas características são dinâmicas e, como tal, podem e vão se modificando com o tempo.

A partir de minha própria experiência de vida e, uma vez que faço parte da cultura de um povo latino, ainda que eu tenha sido bastante tocado e acariciado por minha mãe na infância, hoje percebo o quanto isto foi se modificando durante meu crescimento fazendo com que, aos poucos, as demonstrações táteis de carinho fossem se reduzindo, até ocorrer uma mudança extrema, devido ao problema de saúde de minha mãe, mencionado na introdução, responsável por trazer com muito vigor novamente a vivacidade em nossas demonstrações de amor recíproco através da comunicação tátil.

⁷ CAMPBELL, Joseph. O poder do mito. 14ª ed. São Paulo: Palas Athena, 1996.

Com relação ao meu pai, as privações foram ainda maiores a ponto de, por exemplo, eu sentir uma enorme dificuldade em abraçá-lo, mesmo em datas comemorativas, único momento em que este contato acontece.

Ao citar como exemplo a Inglaterra, Montagu fala sobre o enorme distanciamento entre pais e filhos da classe alta do nascimento à morte, concluindo que, a partir destas circunstâncias, torna-se fácil perceber de que modo a intocabilidade foi sendo institucionalizada como parte de um modelo de vida. E conclui dizendo:

O condicionamento para a não-tatilidade, recebido por tantos ingleses da classe alta, parece ter produzido uma virtual sanção negativa sobre a tatilidade, no âmbito da cultura inglesa. Isto se deu em tal escala que o sentido do tato e o ato de tocar acabaram sendo ambos culturalmente definidos como vulgares (MONTAGU, 1988, p.335)

A partir do exposto anteriormente percebe-se que dentro de uma determinada cultura, há também variações que ocorrem através de classes sociais. Assim, em geral pode-se dizer que quanto mais elevada a classe, menor é a tatilidade entre seus indivíduos.

Em outro momento de sua obra, Montagu (1988) apresenta resultados de um estudo realizado nos Estados Unidos sobre se a quantidade e qualidade da estimulação e contato tátil dados pelas mães americanas aos seus bebês eram adequados às suas necessidades fisiológicas e emocionais. A resposta foi negativa. Constatou-se que havia menos preocupação em expressar amor através de afago, colo, carícias, do que em controlar o comportamento das crianças e prover suas necessidades de alimento é líquido.

Montagu (1988), afirmou que a moda no início da década de 70⁸ nos Estados Unidos das práticas impessoais de criação de filhos acarretaria na criação de pessoas isoladas e solitárias, com fortes valores materialistas e elevado grau de consumo. Hoje, três décadas depois, já presenciamos diversos absurdos ocorridos naquele país, como por exemplo, crianças armadas que entram em suas escolas matando todos que vêm à sua frente; no entanto, sabemos que esta patologia social que apresenta como uma das

⁸ A primeira publicação da obra *Tocar; o significado humano da pele*, de Montagu, foi no ano de 1971.

características o individualismo, longe de ser um caso isolado dos EUA, encontra-se presente em diversos lugares do globo.

Novamente fazendo menção à Inglaterra, devido ao elevado índice de divórcios naquele país o Conselho Nacional de Orientação Conjugal sugeriu, em uma de suas publicações, que este fato era resultado da falta de contato físico entre os entes familiares, propondo o aumento da quantidade de toques e carícias como forma de modificar este dado analisado na população (MONTAGU, 1988). Observação: segundo Montagu os ingleses não são os mais radicais quanto à não-tatilidade, sendo superados pelos alemães. É possível imaginar?

Na obra de Montagu (1988), são várias as citações e relatos de experiências com mamíferos (ratos, gatos, cães, coelhos, golfinhos entre outros) demonstrando o quanto é evidente a importância da estimulação cutânea em qualquer etapa do desenvolvimento mas, em particular, nos primeiros dias de vida do recém-nascido, durante sua gestação, durante o parto, e durante o período de amamentação.

Ao apresentar resultados de testes efetuados em ratos, o autor demonstra a melhor aprendizagem e o mais rápido crescimento entre o grupo de animais que foi calorosamente acariciado a partir do nascimento em detrimento do que foi friamente tocado. As condições de vida e as quantidades de alimentos eram as mesmas para ambos os grupos.

Foi constatado no grupo acariciado maior peso cerebral e maior desenvolvimento do córtex e subcórtex, maior vitalidade e capacidade de resolução de problemas, menor emotividade em situações de estresse – indicando maior segurança – e também, quando adultos, um sistema imunológico mais eficiente.

Segundo Montagu (1988), atualmente há muitas evidências, também para os bebês humanos, de que a estimulação tátil ou sua ausência afetem o crescimento e o desenvolvimento.

Num interessante tema para monografia – *Relações entre as emoções e o tônus muscular: uma reflexão a partir de uma pesquisa bibliográfica*, uma grande amiga, Livia de Siqueira Farah (2004), descreve que se um profissional de educação física conseguir enxergar os seres humanos a partir de uma visão integrada, poderá compreender que há mais do que um simples corpo anônimo

a procura de atividade; há um ser que possui identidade, emoções, desejos, medos, tudo isso em um cenário contemporâneo de insegurança e complicações psicossomáticas.

A autora abordou o fenômeno da emoção relacionando-o ao tônus muscular, constatando uma bidirecionalidade entre ambos: tanto o estado emocional de uma pessoa pode alterar seu tônus muscular, aumentando-o ou diminuindo-o; quanto as ocorrências sobre o corpo podem afetar o estado emocional. Deste modo, ela conclui que, um profissional consciente e preparado para lidar com o ser humano numa visão holística pode não apenas compreender melhor o estado emocional de seus alunos através de seus corpos, como também oferecer atividades mais adaptadas à individualidade de cada um visando, através da modificação corporal, uma melhora de ordem emocional.

Pergunto: o curso de educação física tal como atualmente está estruturado possibilita ao aluno formular uma visão de ser humano não mecanicista? Existem trabalhos corporais durante o curso que proporcionem uma reflexão sobre o ser humano, possibilitando a ampliação da consciência?

Mesmo acreditando que muito ainda pode se modificar no currículo do curso, para mim, a resposta a estas perguntas é sim. Creio que demonstro isso com o relato a seguir.

2.2- Relato e reflexão a partir de uma vivência

Sendo o toque uma forma importante de compartilhar experiências com os outros, por que razão há tanta dificuldade em se estabelecer este contato? Esta pergunta foi uma dentre várias outras às quais me peguei pensando enquanto recebia e aplicava massagem nas aulas da disciplina *Dança*.

Para falar desta atividade (massagem) em particular, desenvolvida durante as aulas, vamos, antes, descrever brevemente a ementa e o objetivo da disciplina.

Através da linguagem corporal, particularmente da dança, o objetivo desta disciplina era o de desenvolver um trabalho de autoconhecimento e de reflexão sobre o movimento. Para tanto, ora se realizou um trabalho de educação das sensações, através dos seguintes elementos: propriocepção – sensação de percepção de si pelo sentido sinestésico, toque, massagem e alongamento – trabalhos com a sensação tátil; ora se realizou um trabalho de jogos de expressão corporal, tais como o jogo do espelho ou o jogo da sombra; ora trabalhos com o ritmo – ritmo próprio e ritmos externos; ora exercícios de voz e respiração; ou ainda, exercícios de desenho do corpo no espaço/tempo – trabalhos com o centro de gravidade, dinâmica e vocabulário gestual corporal (JESUS, 1992)

Todos estes itens descritos anteriormente demonstraram ser de grande importância para a aquisição dos objetivos propostos pela disciplina e, de modo mais amplo, para a formação na graduação em educação física, porém, a escolha do tema *toque* para esta monografia deveu-se pela manifestação mais intensa em mim de inquietações e questionamentos sobre o corpo, sobre meu corpo, no decorrer das aulas.

Nas aulas, o desenvolvimento do trabalho de toque ocorreu individualmente em alguns momentos, tendo como base alguns elementos do Do In⁹ e em dupla em outros momentos, através de técnicas do Shiatsu¹⁰. Uma possibilidade não utilizada, embora apresentada pelo professor, é a de se trabalhar em grupos de até seis pessoas, sendo que enquanto uma recebe –

⁹ Do In: sistema de auto massagem que, com base na medicina chinesa, visa o equilíbrio energético.

¹⁰ Shiatsu: técnica japonesa de massagem que visa o reequilíbrio físico e energético através de pressões em determinadas áreas do corpo. Significados: shi – dedo e atsu – pressão.

todos passam por esta posição – as demais aplicam o toque e, a cada troca, alternam-se nas posições.

No presente trabalho as questões erigidas para discussão centralizam-se nas massagens realizadas em dupla, portanto, através do Shiatsu. Assim, apresento a seguir o resumo da técnica.

Para a aplicação do toque e massagem podem ser utilizadas as mãos, cotovelos, pés ou calcanhares. Nas práticas às quais participei durante o curso limitou-se o emprego dos membros superiores.

No uso das mãos, uma permanece sempre repousada sobre determinado segmento corporal, tonificando-o, enquanto a outra executa movimentos de pinçar, pressionar ou circular, com o intuito de acalmar a musculatura envolvida. No uso do polegar, trabalha-se com sua polpa a fim de localizar e manipular áreas menores e específicas, sendo que em áreas mais sensíveis e com forte acúmulo de tensão, pode-se usar também o indicador-médio-anular. O uso dos cotovelos limita-se a grupos musculares volumosos, uma vez que seu toque é muito potente.

Com relação ao posicionamento dos participantes, estes podem apresentar-se em pé, sentados ou deitados. É interessante o uso de colchonetes a fim de evitar desconfortos.

Em geral, na vivência individual de massagem, através do Do In, o trabalho é feito com a pessoa sentada, sendo que as posições em pé ou deitada também podem ser utilizadas. No trabalho em dupla (ou em grupos) a posição mais utilizada pelo sujeito que recebe o toque é a deitada, de modo a permanecer bastante relaxado, inclusive deixando-se mover, quando necessário, procurando não ajudar nem tão pouco oferecer resistência ao movimento. Quanto ao sujeito que aplica a massagem, este pode permanecer sentado em alguns momentos ou se deslocar ao redor ou sobre o outro, buscando o melhor acesso a cada segmento corporal deste. As posições devem ser confortáveis para ambos, evitando-se, assim, uma prática fisicamente desgastante.

A pessoa que aplica a massagem deve estar sempre presente e atenta, pois, de acordo com os estímulos provocados, reações podem surgir por parte daquele que recebe. Estas reações manifestam-se de maneira explícita através de contrações musculares involuntárias, através de expressões faciais ou

através da alteração no ritmo cardíaco-respiratório, geralmente ocorrendo devido a dores ou cócegas em regiões de maior sensibilidade. Há, ainda, formas mais sutis de manifestação de reações, porém, é preciso tempo e constância na prática de aplicação bem como estudo aprofundado sobre o assunto a fim de que se perceba possíveis variantes.

Caso falhe em alguns momentos a percepção de quem aplica a massagem, aquele que recebe pode manifestar-se verbalmente no sentido de informar para a mudança de força e ritmo nas ações, porém, este recurso deve ser evitado a fim de que se prevaleça a comunicação tônica que, enquanto tal, possibilita àquele que aplica o toque o desenvolvimento de sua sensibilidade tanto percebendo o outro, quanto percebendo a si mesmo ao tocar e possibilita àquele que recebe o toque o desenvolvimento da confiança e da entrega.

Feita uma breve descrição da disciplina e, em particular, de aspectos do trabalho de toque, inicio agora a apresentação e reflexão dos questionamentos, bastante pessoais, que afloraram em mim durante a aplicação de massagem em dupla.

Sentimentos de desconforto, insegurança e vergonha surgiram quando recebi contato em certas partes de meu corpo que, de alguma maneira, me incomodaram (mais do que agora) me fazendo insatisfeito com o que era. Percebo que isto ocorria à medida que tomava como base o outro, algo exterior a mim, ao passo que, deste modo, negava a mim mesmo. Mas por que estabelecer como parâmetro o outro, o que está fora? Quais as raízes deste equívoco? Como compreender que minha insatisfação vem do fato de que busco ser o que não sou ao invés de investir na constante descoberta daquilo que sou, na singularidade que faz de mim um ser único e que muitas barreiras ultrapassou para chegar até aqui?

O primeiro passo dado por mim no sentido de buscar respostas a estas perguntas foi justamente participar destas experiências de toque, que são parte de um trabalho maior denominado vivências corporais, que agrupa todos os itens da ementa anteriormente descrita. De acordo com Jesus (1992), as vivências corporais representam um processo no qual nossa existência é colocada em evidência para ser novamente vivenciada e percebida em profundidade, em novas situações.

Para muitos, este assunto pode parecer desnecessário e até engraçado, mas nas entrelinhas dos caminhos de nossas vidas e suas conseqüências, em geral banalizamos, quando não ridicularizamos, vários aspectos raramente analisados com profundidade e, portanto, pouco compreendidos.

O isolamento não é característica de nossa espécie, assim, em nossa história, desde o início nos organizamos em grupos. Com o tempo, estes grupos cresceram em complexidade até chegarmos às sociedades atuais que, através de inúmeras regras, tentam estabelecer ordem para que a convivência aconteça de modo pacífico. As regras, por sua vez, buscam padronizar o comportamento dos indivíduos interferindo em suas maneiras de ser e de se expressar e, não raramente, são ditadas por minorias que em dado momento detêm as rédeas da sociedade, fazendo prevalecer suas ideologias.

Esta intrincada construção social não possibilita com facilidade a cada pessoa que a compõe a ampliação de sua consciência, ainda sim, isso é possível, e essa busca é algo extremamente necessário tanto para nós quanto para a própria sociedade.

De acordo com Betelheim (1978), com tanto controle externo, o espaço para a livre tomada de decisões de cada ser é cada vez mais restrito, com isso diminui também o alcance de sua responsabilidade pessoal, logo, sua autonomia. Para este autor, a tomada de decisões é desgastante e arriscada, logo, freqüentemente evitada, mesmo quando é possível. Assim, duas são as situações em que alguém pode considerar inútil tomar decisões: a primeira é uma situação altamente opressora, o que faz com que tomar suas próprias decisões possa acarretar em risco de vida; a segunda é quando outros o fazem por nós e nos acostumam com isso. Ambas implicam na atrofia desta função em nós. E quais as conseqüências disto? Segundo Betelheim, se não utilizarmos e fortalecermos nossas faculdades decisórias ao longo de nossa vida seremos fatalmente intimidados tanto por nossos desejos instintivos – por não podermos organizá-los e controlá-los – quanto pela sociedade – porque esta dirigirá nossa vida se nós mesmos não o fizermos.

Autonomia, ainda com Betelheim (1978), para longe do “culto à personalidade” ou “auto-afirmação espalhafatosa”, tem haver com nossa capacidade interna de determinação e busca conscienciosa de sentido, embora tenhamos a percepção de não haver sentido para a vida. Trata-se de uma

tranqüila manifestação de convicção interior. Deste modo, autonomia não implica em termos voz absoluta, mas um consenso entre auto-afirmação individual e bem-estar social, de modo que consigamos equilibrar nossas próprias tendências opostas interiores bem como nossas tendências opostas à sociedade da qual fazemos parte o que, para Betelheim (1978, p.63), “[...] propicia uma crescente consciência de liberdade e constitui a base para o aprofundamento do sentido de identidade, respeito próprio e liberdade interior do homem [...]”.

Estar em constante busca pela minha autonomia representa, então, uma importante maneira de superar este sentimento de rejeição de aspectos de meu ser que se evidenciaram com o toque. Ter sido tocado e, através desta experiência, ter percebido tais singularidades, tais inquietações, me despertou para esta necessidade constante na vida de cada ser humano e que acaba sendo tão negligenciada.

Com o progresso social, científico e tecnológico, surgem inúmeros conhecimentos capazes de nos ajudar na compreensão de nós mesmos. Assim, antes de condená-los, visto que eles nos indicam em vários casos uma necessidade de mudança para nosso próprio crescimento, devemos perceber que, com eles, podemos caminhar rumo a uma consciência maior o que exige de nossa personalidade maior integração e força para, então, darmos um passo adiante.

O sentido de identidade, a convicção de ser um indivíduo único, que mantém relações duradouras e profundamente significativas com alguns outros; que tem uma história de vida específica por ele mesmo moldada e que por sua vez o molda; que tem respeito por seu trabalho e prazer pela competência que demonstra nele; que tem lembranças peculiares de sua experiência pessoal, atividades, gostos e prazeres preferidos – tudo isso está no âmago da existência autônoma do homem. Em vez de simplesmente permitir que ele se adapte às exigências razoáveis da sociedade sem perder sua identidade, esses fatores fazem dela uma experiência compensadora, quase sempre criativa (BETELHEIM, 1978, p.63).

De acordo com Dahlke e Dethlefsen (2004), quando dizemos **eu** iniciamos uma polaridade, separando tudo que percebemos como **não-eu** como sendo o **outro** e, a partir daí, preso num mundo de oposições, nosso ego torna impossível que percebamos a totalidade. Nossa própria consciência é a barreira que nos impede de alcançar a completude pois ela “divide e classifica

tudo em pares de opostos que, quando somos forçados a encará-los, consideramos conflitantes” (Dahlke e Dethlefsen, 2004, p.21). Ainda com esses autores (2004, p.22) “todos temos uma consciência polarizada, que cuida para que o mundo nos pareça polarizado.”

Quando me apresento, o faço a partir de uma série de identificações tais como sexo, idade, profissão, muitas delas fazendo parte das escolhas que realizei durante minha vida. Dahlke e Dethlefsen (2004, p.41) acrescentam que “na maioria das vezes, a identificação também implica em juízo de valor”, por exemplo, é melhor sermos competentes do que o contrário, assim, ao nos identificarmos, dificilmente expomos características nossas que são desprezadas socialmente, pelo contrário, procuramos mostrar o que nos satisfaz, o que nos torna felizes por possuímos e, principalmente, o que acreditamos ter aceitação pelos outros. Porém, todos temos presentes pólos opostos complementares que formam a unidade que somos. O simples fato de escolhermos um em detrimento de outro não faz com que este desapareça, visto que ambos se complementam, deste modo, como estratégia para escondê-lo, o excluímos da consciência, criando nossa sombra:

[...] tudo aquilo que nós não queremos ser, tudo o que não desejamos encontrar dentro de nós, tudo o que não queremos viver, e tudo o que não queremos deixar participar de nossa identificação, forma nossa sombra.[...] Assim permitimos que um pólo (por exemplo, a competência) entre no raio luminoso da consciência, ao passo que o pólo oposto (a incompetência) tem de ficar no escuro para não ser visto. Do não-ver chega-se logo ao não-ter e começamos a acreditar no fato de que um pólo pode existir independentemente do outro (Dahlke e Dethlefsen, 2004, pp.41-42).

Ao ser tocado detalhadamente por outra pessoa me senti muito bem a maior parte do tempo, porém, foram nos momentos de desequilíbrio, devido aos incômodos anteriormente mencionados, que pude perceber a necessidade de um trabalho interior de descoberta ou redescoberta de aspectos de meu ser que, de modo inconsciente, fui relegando à sombra.

No caso específico desta experiência com a massagem foram algumas de minhas características físicas as responsáveis por tais questionamentos, mas por intermédio delas, a busca por respostas sobre meu ser se estendeu também a algumas características psicológicas que possuo e que menosprezo

por sua aparente insignificância, ou outras que receio por me colocarem sempre em situações de conflito justamente por sua incompreensão.

Neste caminho pouco trilhado de aprofundamento do que realmente somos é necessária bastante honestidade de cada indivíduo consigo mesmo, mas isto, longe de ser uma tarefa fácil, acaba por tornar-se uma árdua barreira na vida daqueles que o procuram.

Durante o semestre em que cursei a disciplina *Dança*, apresentou-se claramente por parte de nós alunos diferentes níveis de maturidade para compreender a importância da proposta das aulas na vida de cada um, incluindo-se aí formação acadêmica e profissional. Indicativos disso eram o esvaziamento das aulas, até se destacar um grupo de alunos assíduos e participativos; as diferentes reações às atividades, neste aspecto destaco as constantes brincadeiras de alguns, o que atrapalhava bastante o desenvolvimento do trabalho visto que este exigia concentração e silêncio à sua realização; também as variadas demonstrações de interesse ou desinteresse pelo material teórico selecionado para o curso.

Partindo agora para a apresentação dos momentos em que eu massageei outros alunos e alunas, coloco como um grande obstáculo a relativa falta de entendimento de certos questionamentos que fiz a mim mesmo no que diz respeito à sexualidade.

Acredito que a incompreensão do verdadeiro sentido do sexo e sua crescente banalização na sociedade massificada em que vivo e que também construo, sendo portanto, responsável, proporcionaram para mim uma enorme dificuldade de poder realizar nas aulas a comunicação não-verbal, através do toque, com liberdade tanto com homens, quanto mulheres. Mais uma vez vejo a sociedade, com todas suas regras e também seus vícios, como não facilitadora para o crescimento pessoal e social. Porém, uma vez responsável e ciente disso, cabe também a mim o importante papel de transmitir os conhecimentos, ainda que limitados, que passo a adquirir sobre o assunto.

Conforme Montagu (1988, p.209), a relação sexual deveria significar o que a palavra implica, ou seja, comunicação entre duas pessoas na qual o coito representa apenas parte da totalidade da experiência da realização do amor. “Sem uma comunicação tátil – que o corpo sente e diz de modo não-

verbal – a experiência do sexo só pode ser agudamente incompleta”, diz o autor.

Há, na sociedade, uma série de elementos que contribuem para transmitir uma visão parcial e, por vezes, equivocada com relação ao ato sexual. Podemos destacar alguns destes elementos: prostituição como forma de sobrevivência; banalização pelos principais veículos de comunicação (em particular a TV e a Internet); forte repressão educacional e religiosa fazendo perpetuar o tabu sobre o assunto; variadas manifestações de violência contra crianças e mulheres; privações táteis na infância; e algo por demais enraigado em nós, devido a sua intensa propagação através da história, o preconceito em algumas de suas diversas roupagens.

Montagu (1988) nos dá alguns exemplos para mostrar o quanto somos criados no Ocidente segundo a crença de que os prazeres sensuais são errados e, portanto, merecem ser desencorajados. Aos bebês é negado o direito de permanecerem com os polegares em suas bocas, a persistência pode implicar em punição. Carícias nos genitais ou em outras partes do corpo são desestimuladas também desde cedo. Estes fatos servem para transmitir a mensagem destrutiva de que existe algo de errado com o próprio corpo e com os prazeres proporcionados por estas experiências. Segundo Montagu, isto pode afetar a própria sensação que a criança desenvolve por si mesma, bem como as punições podem acarretar conseqüências negativas no que tange os sentimentos trocados entre pais e filhos, podendo até alimentar a visão, por parte da criança, de um genitor repressor implicando numa diminuição de afetos compartilhados entre estes.

Jesus (1992), através das entrevistas realizadas com indivíduos que participaram de suas aulas de vivências corporais, pôde constatar em sua dissertação a presença de incômodos durante os contatos corporais ocasionados pelas massagens. Isto levou a reações negativas como o receio de machucar, devido à falta de percepção do próprio tônus muscular daquele que aplicava a massagem, ou então, a inibição pelo toque muito influenciada por padrões culturais pré-conceituosos. Com base nisto, Jesus (1992, p.161) então nos diz: “[...] percebo que este acontecimento tende a provocar o sujeito à reavaliação de sua atitude quando ele a expõe ou é questionado sobre tal, e a qual ele mesmo, na maioria das vezes, considera como negativa”.

Ao massagear as pessoas durante as aulas, o bloqueio para mim se deu na forma de uma preocupação: como definir o limite até onde eu podia avançar com meu toque. Refletindo agora, percebo que esta nem deveria ter sido uma preocupação ao passo que havia, por conta das vivências e das reflexões, mais do que permissão para tocar aqueles corpos, interesse em fazê-lo da melhor forma possível, uma vez sendo o autoconhecimento um dos principais objetivos da disciplina. No entanto senti esta preocupação, o que demonstra que para além da concessão e da necessidade de tocar as pessoas, algo em meu interior impediu que a experiência acontecesse com plena liberdade.

Tanto para com os homens quanto para com as mulheres havia, de minha parte, o receio do toque, pois era nítida a impressão de que eu pudesse demonstrar desejo caso eu estivesse muito presente e compenetrado, o que representa ao certo uma contradição visto que a própria experiência trazia como um de seus pressupostos justamente atenção e presença. Para mim, esta demonstração de desejo poderia abrir a possibilidade por parte dos homens de criar suposições tais como o fulano é afeminado ou *gay*; ou criar, por parte das mulheres, o sentimento de que eu estivesse me aproveitando daquele momento com outras intenções.

Pelo apresentado, percebo que naqueles instantes faltou algo em mim, e para longe de ser este um fato ruim, posso dizer que por conta desta percepção novas portas se abrirão, como a própria compreensão, que por si só já representa um enorme passo, dos preconceitos que carrego comigo tal como pelo homossexualismo.

Sendo o autoconhecimento um objetivo, posso dizer que dele me aproximei e é evidente para mim que há muito o que buscar. Enquanto experiências valiosas como esta faltam a muitas pessoas, há, no entanto, muitas outras pessoas que, tendo a possibilidade de conhecê-las, não se aprofundam neste caminho. Não é minha pretensão julgar este fato, pois acredito que cada um tem seus encontros e desencontros na medida e momento certos, de modo que, se às vezes ocorre uma interrupção num caminho já iniciado pode ser para um novo recomeço já mais elaborado mais adiante, assim concordo com Jesus (1992) quando afirma que, uma vez iniciado o processo de tomada de consciência sobre si, este só continuará a se desenvolver por iniciativa e desejo próprios do sujeito, do mesmo modo como

acontece em qualquer processo de aprendizagem que exija dedicação voluntária.

Posso dizer que as experiências de toque que vivi e aqui relatei vieram causar em minha rotina diária um enorme desarranjo, e sei o quanto situações deste tipo, quando acontecem, merecem o reconhecimento de sua importância, ao passo que nos abrem uma variedade de caminhos e oportunidades indispensáveis para a verdadeira aquisição de nossa liberdade.

Considerações finais

Com as práticas de toque e massagem apresentadas neste trabalho, procurei mostrar e discutir a importância da reflexão permanente sobre o corpo para o futuro profissional de educação física, porém, não apenas através de discursos e teorias, pois, se estes são indispensáveis à formação, a experiência vivida pelo próprio ser, por mim, por cada ser, também o é, aliás, é até maior, visto que toda construção teórica parte, ou é fruto, da experiência.

As manifestações do corpo são muito mais complexas do que muitos imaginam, no entanto, devido ao desconhecimento, é comum o descaso com relação ao assunto. Através de um trabalho consciente de toque, cada pessoa pode perceber o despertar de uma série de novas descobertas e, sem sombra de dúvida, isto não pode passar despercebido durante um curso de formação de futuros profissionais que irão lidar direta e intensamente com o ser humano.

Para graduar-me na licenciatura em educação física investi cinco anos de minha vida, o que significou mais de 3000 horas, considerando apenas o tempo das aulas¹¹. Embora não caiba neste momento uma discussão sobre a estrutura curricular do curso, sinto a necessidade de expressar o fato de que, para mim, parece haver uma fragilidade nesta estrutura no que diz respeito à experiência de vivências corporais durante a formação, tais como a que relatei neste trabalho, tamanha sua relevância para a formação acadêmica.

Das disciplinas pré-determinadas pelo currículo, em algumas vivenciei a prática de movimentar o corpo com certa intencionalidade, proporcionando a observação e reflexão sobre aquilo que fazia, com enfoque predominantemente pedagógico. Destas, destaco apenas duas que possibilitaram a ênfase em sentimentos e percepções, abrindo espaço também para a criação, são elas: Vivências Corporais e Pedagogia do Movimento – Dança, o que ratifica a crítica anterior.

O ato de tocar, conforme mostra com bastante propriedade Montagu, é de importância fundamental para o desenvolvimento saudável do comportamento

¹¹ Catálogo dos cursos de graduação 2001. Campinas, SP: UNICAMP, 2001: De acordo com este catálogo, para graduar-se no curso de licenciatura em educação física o aluno deverá perfazer 205 créditos, equivalentes à carga horária de 3075 horas.

de uma pessoa, então, ainda com este autor, se formos errar em algum momento, que seja pelo excesso de amor e de carinho do que pela falta.

Ao falar sobre a necessidade, para nós ocidentais, de mais experiências táteis entre as pessoas, Montagu diz:

Não são tanto as palavras quanto os atos de comunicação de afeto e envolvimento que as crianças, e realmente os adultos também, precisam. As sensações táteis tornam-se percepções táteis segundo os significados dos quais foram investidas pela experiência. Experiências táteis inadequadas resultarão numa falta dessas associações e numa conseqüente incapacidade de criar relacionamentos fundamentais com outras pessoas. Quando o afeto e o envolvimento são transmitidos pelo tato, são com estes significados, além dos de provimento de segurança através de satisfações, que o tato passará a estar associado. Este é, portanto, o significado humano de tocar (1988, p.379).

Percebo claramente que houve transformações em meu ser a partir das experiências táteis que tive nas aulas de dança, e neste trabalho procurei demonstrar isso. Percebo também que, ainda que bastante pessoais, essas transformações possuem um caráter universal uma vez sendo possíveis a qualquer pessoa que delas queira se apossar. O mergulho é de cada um.

Certa vez o professor Adilson disse em aula como é importante nos envolvermos, para uma pesquisa, com algo que realmente nos toca, nos sensibiliza, pois a energia dispensada é grande e o resultado irá nos acompanhar por um longo tempo. Sinto-me feliz e em paz por ter concluído esta etapa e ainda mais com a certeza de que realizei algo de muito valor para mim. Concluindo, arrisco dizer que, embora não seja nada fácil a descoberta de nossa própria individualidade, como afirma Jung, posso dizer com imensa alegria que sinto ter ampliado o nível de conhecimento sobre meu ser durante a criação deste trabalho e no decorrer destes anos que compartilhei minha vida com tantas pessoas na e da FEF.

Conhecer nosso lado sombrio ajuda na tolerância em relação ao outro. Então, o autoconhecimento possibilita o encontro com o outro como ele é e não como gostaríamos que ele fosse para satisfazer nossa própria incompletude.

Referências Bibliográficas

- BETELHEIM, Bruno. O coração informado. RJ: Paz e Terra, 1978.
- CAPRA, Fritjof. *O ponto de mutação*. São Paulo: Cultrix, 1982.
- _____. *O tao da física: um paralelo entre a física moderna e o misticismo oriental*. São Paulo: Cultrix, 1983.
- CAVALARI, Thais Adriana. Consciência corporal na escola. Dissertação de Mestrado. Campinas, SP: UNICAMP, 2005.
- CHAUÍ, Marilena. *Convite à filosofia*. 10ª ed. São Paulo: Ática, 1998.
- DAHLKE, Rüdiger; DETHLEFSEN, Thorwald. *A doença como caminho – uma visão nova da cura como ponto de mutação em que um mal se deixa transformar em bem*. São Paulo: Cultrix, 1983.
- FARAH, Livia de Siqueira. *Relações entre as emoções e o tônus muscular: uma reflexão a partir de uma pesquisa bibliográfica*. Monografia para conclusão de curso. Campinas: UNICAMP, 2004.
- FREIRE, João Batista. De corpo e alma: o discurso da motricidade. São Paulo: Summus, 1991.
- FREIRE, Paulo. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. 4ª ed. São Paulo: Paz e Terra, 1997.
- GUEDES, Cláudia Maria. Corpo: tradição, valores, possibilidades do desvelar. Dissertação de Mestrado. Campinas, SP: UNICAMP, 1995.
- JESUS, Adilson Nascimento de. *Vivências corporais: proposta de trabalho de auto-conscientização*. Dissertação de Mestrado. Campinas, SP: UNICAMP, 1992.
- JUNG, Carl Gustav. *O eu e o inconsciente*. 13ª ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 1998.
- MINAYO, Maria C. de Souza. *Ciência, técnica e arte: o desafio da pesquisa social*. In: MINAYO, Maria C. de Souza (org.). *Pesquisa social: teoria, método e criatividade*. 19ª ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 1994.
- MONTAGU, Ashley. *Tocar: o significado humano da pele*. 6ª ed. São Paulo: Summus, 1988.
- MOREIRA, Wagner Wey. *O fenômeno da corporeidade: corpo pensado e corpo vivido*. In: DANTAS, Estélio H. M. (Org.). *Pensando o corpo e o movimento*. Rio de Janeiro: Shape, 1994.

SAVIANI, Dermeval. *Educação: do senso comum à consciência filosófica*. 9ª ed. São Paulo: Cortez, 1989.

SOUZA, Elizabeth Paoliello Machado de. *A busca do auto-conhecimento através da consciência corporal: uma nova tendência*. Dissertação de Mestrado. Campinas, SP: UNICAMP, 1992.

Apêndice: Escritos sobre minha mãe e eu

Desde que um sério problema de saúde interrompeu brutalmente a vida de minha mãe e, conseqüentemente, de toda a família, pus a me questionar de que modo poderia ajudar aquele ser tão próximo e querido com a formação que, então, estava recebendo na graduação em Educação Física.

Tudo transcorreu muito rápido no tempo/espço entre o acidente vascular cerebral isquêmico seguido de outro hemorrágico e o silêncio final da pessoa, da mulher à qual sou eternamente grato pela minha criação, educação, personalidade e, provavelmente, aspectos de meu ser que ainda sequer a mim mesmo me foram revelados.

Foram tão breves aqueles dois anos e cinco meses de uma nova vida descoberta em família, com novas dores, novas alegrias, enfim, novos aprendizados. Eu, minha irmã e meu pai não tivemos tempo para muitos preparos. A nós só restou agir, movidos pelo impulso de uma força além de nossa compreensão. Deixo claro que não me sinto envaidecido pelo que fiz por minha mãe, porém não deixarei de apresentá-lo por saber que um dos pilares deste trabalho encontra-se certamente nesta experiência trocada entre nós.

Eu massageei minha mãe sem jamais ter tido contato até aquele momento com teorias e práticas sobre massagem; dei-lhe banhos; passei creme em seu corpo; beijei-lhe a face e as mãos com muito amor (certos acontecimentos fazem-nos perceber o quão negligentes podemos ser por tanto tempo com àqueles que amamos até despertarmos – o que não raro acontece através da dor); dei-lhe calorosos abraços; dei-lhe comida na boca; levei-a passear; estimulei várias vezes seu braço, mão, perna e pé comprometidos – as seqüelas do AVC foram afasia e perda dos movimentos do lado direito do corpo. Em particular, o pé quando tocado transmitia-lhe uma alegria imensa, pois, ainda que esboçasse um movimento involuntário como reação ao estímulo aplicado, demonstrava-lhe a vida que não se extingira dali. A esta alegria soma-se o gesto de fé, sempre evocado neste e outros momentos através da cerração da mão esquerda seguido do olhar para o céu.

Em junho de 2001 minha mãe partiu. Ela já havia feito o seu tanto por aqui e sabia disso, embora nós, outros, querendo sempre mais. Posso dizer também que ela já havia atravessado sozinha os subterrâneos da vida, como

diria Dina¹². Em 2003, segundo semestre, me matriculei na disciplina de dança, conhecendo, então, o professor Adilson e seu trabalho que, em vários momentos, me transportou ao lugar das lembranças ainda quentes, descritas anteriormente.

A Educação Física me fazia compreender o movimento, o funcionamento do corpo, as singularidades de cada corpo, suas possibilidades de expressão, suas doenças, as fases do corpo, tudo isso sob a ótica da fisiologia, psicologia, antropologia, filosofia, educação etc. Porém, ela não tinha a receita pronta para o meu problema: de que forma ajudar minha mãe da melhor maneira possível?

Hoje, de modo consciente, compreendo que o que fiz por ela foi o melhor que poderia ter feito naquele momento: dar-lhe atenção desvinculada de qualquer interesse pessoal, através, principalmente, da proximidade, do contato físico, da comunicação clara e direta possibilitada pelo toque.

Minha mãe não conseguiu mais andar nem falar, com exceção de quatro palavras (uma delas era o seu nome completo que, mesmo falado sem pausa, tornava claro o fato de que seu ego, ainda que fragilizado, continuava presente) e também não foi possível precisar o quanto nos compreendia através de nossas falas, embora parecesse bastante satisfatória sua compreensão. Nós (eu, minha irmã e meu pai), logo nos adaptamos com sua nova forma de comunicação. Ela nos dizia muito com o olhar, com gestos e com o toque. Às vezes nos surpreendemos com a infinidade de possibilidades que a vida nos abre.

Enfim, deixo aqui relatado um gesto, um diálogo tônico que partia de minha mãe para mim: ela sentada em sua poltrona de descanso, eu agachado e apoiado em suas pernas, ela colocava sua mão esquerda sobre minha cabeça aplicando uma leve pressão. Era maravilhoso. Era como se ela me dissesse: vá em frente meu filho, não temas nada. Eu te amo.

¹² Etelvina de Sousa Charrúa, citada em algumas crônicas de Rubem Alves no jornal Correio Popular.