

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO

ANA LUISA FERNANDES DE MORAES

Manifestações expressivas e simbólicas

Dissertação apresentada à Faculdade de Educação da
Universidade Estadual de Campinas para a obtenção
do título de mestrado em Educação

Área de concentração: Educação, Conhecimento, Lin-
guagem e Arte

Orientador: Prof. Dr. Adilson Nascimento de Jesus

Co-orientadora: Profa. Dra. Ana Angélica Medeiros Albano

Campinas
2011

**Ficha catalográfica elaborada pela Biblioteca
da Faculdade de Educação/UNICAMP**

Bibliotecário: Rosemary Passos – CRB-8ª/5751

Moraes, Ana Luisa Fernandes de.
M791m Manifestações expressivas e simbólicas / Ana Luisa Fernandes de Moraes. –
Campinas, SP: [s.n.], 2010.

Orientador: Adilson Nascimento de Jesus.
Co-orientador: Ana Angélica Medeiros Albano.
Dissertação (mestrado) – Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de
Educação.

1. Dança. 2. Criação. 3. Símbolos. 4. Desenhos. 5. Corporeidade. I. Jesus,
Adilson Nascimento de. II. Albano, Ana Angélica Medeiros. III. Universidade
Estadual de Campinas. Faculdade de Educação. IV. Título.

10-293/BFE

Título em inglês: Expressive and symbolic expressions

Keywords: Dance; Creation; Symbol; Drawings; Corporeity

Área de concentração: Educação, Conhecimento, Linguagem e Arte

Titulação: Mestre em Educação

Banca examinadora: Prof. Dr. Adilson Nascimento de Jesus (Orientador)

Profª. Drª. Elisabeth Bauch Zimmermann

Profª. Drª. Ana Elvira Wou

Profª. Drª. Lúcia Helena Reily

Profª. Drª. Eliana Ayoub

Programa de pós-graduação : Educação

e-mail : anafmoraes@hotmail.com

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO

DISSERTAÇÃO DE MESTRADO

Manifestações expressivas e simbólicas

Ana Luisa Fernandes de Moraes
Orientador: Prof. Dr. Adilson Nascimento de Jesus

Este exemplar corresponde à redação final da Dissertação defendida por Ana Luisa Fernandes de Moraes e aprovada pela Comissão Julgadora.

Data: 11/02/2011

Assinatura:.....



Orientador

COMISSÃO JULGADORA:




RESUMO

O objetivo da pesquisa foi buscar expressões que revelassem uma experiência simbólica através de práticas corporais oferecidas tanto aos internos de uma instituição psiquiátrica como para mulheres universitárias. O método utilizado no trabalho foi qualitativo e baseado nos estudos de Eloísa Penna (2005, 2007). Os dados dos internos da clínica psiquiátrica vieram através da atuação profissional da pesquisadora durante o período de três anos. E para as mulheres universitárias foram realizados dezesseis encontros. Em ambos os grupos foram utilizados recursos expressivos, como a criação em dança e o desenho livre. Dentre todos os participantes, foram selecionados três casos para seguir com as análises. Os dois primeiros casos, que são os do grupo dos internos da instituição psiquiátrica, mostraram a expressão de imagens circulares que revelaram uma saudade do estado primordial vivido no primeiro ano de vida. Também associou tais manifestações com o arquétipo do Self e sendo uma tendência do inconsciente em compensar o caos vigente na consciência. O terceiro caso corresponde ao grupo de improvisação em dança e com o foco nas imagens de árvores que foram desenhadas por uma participante ao longo dos encontros. Através destas imagens, foi compreendida a árvore novamente como um arquétipo do Self. Também percebeu na pesquisa que os símbolos, por serem abstratos, apenas existem quando se notam suas manifestações no tempo presente. Além do mais que jamais é possível expressá-los de maneira satisfatória, já que a própria linguagem acaba perturbando a verdadeira essência de um símbolo.

Palavras-chaves: Dança; Criação; Símbolo; Desenho e Corporeidade.

ABSTRACT

The research objective was to seek expressions that reveal a symbolic experience through bodily practices offered to inmates in a psychiatric institution as college women. The method used in the study was qualitative and based on studies of Eloisa Penna (2005, 2007). The data of inmates of the psychiatric clinic came through the researcher's professional performance during the period of three years. And for the college women were held sixteen meetings. In both groups significant resources were used as dance creation and drawing freedom. Among all participants, we select three cases to proceed with the analysis. The first two cases, which are the group of inmates of the psychiatric institution, showed the expression of circular images that revealed a longing for the primordial state lived in the first year of life. Also associated with such manifestations of the archetypal *Self* and the unconscious is a tendency to compensate for the chaos prevailing in consciousness. The third case corresponds to group improvisation in dance and with the focus on images of trees that were drawn by a participant during the meetings. Through these images it was understood the tree again as an archetype of the *Self*. It has also been realized in the research that the symbols only exist when we perceive its manifestation in the present time, due to the fact they are abstract. Furthermore we can never express them in a satisfactory manner, since the language itself ends up disturbing the real essence of a symbol.

Key words: Dance; Creation; Symbol; Drawings and Corporeity.

AGRADECIMENTOS

Primeiro, quero agradecer ao Professor Doutor Adilson Nascimento de Jesus pela orientação que não se deu somente no âmbito do mestrado, mas vem de uma longa data. Também agradeço por toda a sua paciência e compreensão como por sua linda sensibilidade.

Agradeço a Professora Doutora Ana Angélica Medeiros Albano, a Nana, por ter me ajudado a enxergar um caminho na pesquisa que estava ofuscado.

A Professora Doutora Elisabeth Bauch Zimmermann que me ensinou muito em suas disciplinas e por seus sensíveis comentários realizados na banca de qualificação.

Quero agradecer também aos Professores Doutores, membros das bancas: Luiz Alberto Lorenzetto, Lucia Helena Reily, Ana Elvira Wou e Eliana Ayoub.

Às amigas e companheiras de grupo que sempre estiveram presente: Thaís Adriana, Sara Salum e Soraia Maria.

A todos os professores e membros do LABORARTE que me acolheram com muito carinho em seus encontros.

Aos funcionários da Faculdade de Educação, principalmente as meninas da Pós Graduação: Nadir, Gisele, Cleonice e Rita que tanto me auxiliaram.

À Camila Scarabel e Simone Cintra, pelos deliciosos encontros voltados para o estudo da Psicologia Analítica de Jung.

Às meninas que participaram do grupo de improvisação em dança: jamais me esquecerei daqueles momentos! E agradeço enormemente à Nicole por ter aceitado disponibilizar tanto de si!

Aos profissionais da Clínica Vivência, especialmente a Carolina Balhtazar, a Maria do Carmo Bueno, a Máyra Gatti, a Thereza Bertoncini, ao Pedro Abdalla e ao Luis Fernando Carvalho. Obrigada por acreditarem no meu trabalho!!

À Diane Ichimaru e Marcelo Rodrigues pela oportunidade de participar das Oficinas e Montagens da Confraria da Dança. Como cresci!!!

Também agradeço aos lindos amigos que estiveram sempre comigo: Juliana Gurgel, Elvis Lira, Carolina Bottosso, Gisele Ribeiro, Tainá Barreto, Daniela Alvarez, Gabi Agustini, Carolina Haber e tantos outros que não dão para nomear em poucas linhas, mas que fizeram parte direta e indiretamente desse trabalho.

Em especial, gostaria de agradecer a Amaranta Krepschi, a Camila Agustini, a Gabriela Freitas e a Natália Silva: amigas para sempre!!!

Agradeço a CAPES pelo apoio financeiro.

À minha família que sempre me amou! Obrigada mãe Raquel, vó Bel, minha linda irmã Flávia, meu irmão Luis e meu padrasto Lelo... Pelo amor incondicional!

Por último, agradeço enormemente ao meu esposo Javier por seu companheirismo e paciência, por me amar e acreditar sempre no meu trabalho. Também à minha filha Lila, que a cada dia me faz acreditar que as crianças são os seres mais iluminados do Universo!!!

Ao Javier e a Lila, lindas pessoas que me ensinam a arte de amar.

SUMÁRIO

AGRADECIMENTOS	vii
SUMÁRIO	ix
MEU MUNDO, MINHAS IMAGENS.....	xi
INTRODUÇÃO.....	1
1. APORTES TEÓRICOS PARA UMA COMPREENSÃO SIMBÓLICA	5
1.1. Uma introdução da Psicologia Analítica através da esquizofrenia	5
1.2. O processo psíquico.....	12
1.3. O desenvolvimento da personalidade.....	15
2. OBJETIVO E MÉTODO	25
2.1. Objetivo	25
2.2. Abordagem.....	25
2.3. Situação da pesquisa.....	28
2.3.1. Os participantes.....	28
2.3.2. Grupo I:	28
2.3.3. Grupo II:	28
2.4. Coleta dos dados.....	29
2.4.1. Grupo I.....	29
2.4.2. Grupo II.....	29
2.5. Procedimento	30
2.5.1. Grupo I.....	30
2.5.2. Grupo II.....	33
2.6. Interpretação dos dados	34
3. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS DADOS.....	37
3.1. As práticas corporais	37
3.1.1. Prática Corporal na Psiquiatria.....	38
TERRA	39
Aquecimento	39
Toque	47
Alongamentos	49
Exploração das dimensões espaciais e temporais do corpo	59
CÉU	60
Jogos de improvisação	60
Desenhos.....	63

3.1.2. Grupo de improvisação em dança.....	64
TERRA	64
Pilates.....	64
Propriocepção.....	70
Toque.....	72
Movimentos meditativos.....	73
Exploração das dimensões espaciais e temporais.....	74
CÉU.....	78
Improvisação em Dança.....	78
Desenhos	80
3.2. Um mundo de Maria.....	81
3.3. Movimento circular	88
3.4. O caso Nicole	90
3.4.1. Percepção corporal	91
3.4.2. Nicole e a árvore.....	93
3.4.3. Antepassados indígenas: os Mapuches.....	100
3.4.4. Entre o Céu e a Terra.....	105
4. CONSIDERAÇÕES	109
REFERÊNCIAS	113
ANEXOS.....	119

MEU MUNDO, MINHAS IMAGENS

“Por que eu sou eu? Por que tenho este corpo e não outro?”.

Quando criança, sentada sobre um cimento, ao sol agradável de um dia frio, esses eram meus questionamentos. Até hoje não tenho as respostas, mas as perguntas continuaram... nas minhas procuras, nas minhas grandes paixões, na minha vida. Durante as andanças e danças, um dos caminhos que me levou à descoberta desse mistério foi a relação com o corpo.

O corpo sempre foi a melhor maneira que encontrei para me expressar, principalmente através da dança, através da criação de movimentos. O dançar me faz tocar uma Ana Luisa sensível o bastante para entrar em contato com imagens desconhecidas. Imagens apenas visuais em minha mente, com suas formas e cores ou que se revelam, elas mesmas, em meus próprios movimentos.

Desde pequena eu era muito introspectiva. Não convivía com outras meninas da minha idade, apenas com a minha irmã mais velha. As minhas brincadeiras preferidas eram aquelas que não envolviam muitas pessoas, como desenhar, modelar massinha, recortar, fazer roupinhas para as bonecas, empilhar toquinhos de madeira, brincar de boneca e de casinha, vestir as roupas da minha mãe, folhear revistas e imaginar que as casas das fotos eram as minhas... e tantas outras.

No entanto, era através da dança que eu conseguia ser uma criança menos desinibida. A minha mãe me contou que, desde pequena, em qualquer situação onde houvesse música e dança, eu me aproximava e começava a me movimentar. Não importava se era um grupo de adultos, crianças, se era na praia ou no shopping.

A minha mãe sempre incentivou a prática de esportes, talvez pelo fato de meu avô materno ter sido um grande defensor da atividade física, em nome de uma vida

saudável. Ele remava, nadava, fazia judô e corria. Nós herdamos dele o título do Clube de Regatas e Natação localizado na cidade de Campinas, São Paulo, minha cidade natal. Junto com a oportunidade de frequentar o Clube, herdei também o gosto pelo movimento.

Neste clube, aos seis anos de idade, iniciei aulas de Ginástica Rítmica, conhecida como G. R. Lembro-me que os treinos eram pesados e aconteciam todos os dias da semana, das 14h às 18h. Sentia muito prazer em estar ali, pois a G. R., além de exigir a técnica, também envolvia a dança e a música. Participei de campeonatos regionais e paulistas e, dias antes do meu primeiro campeonato brasileiro, aos 12 anos, fracturei o meu braço esquerdo durante um treino. Este fato foi a minha primeira grande decepção. Depois, não soube lidar com a frustração. A Ginástica Rítmica tinha perdido o encanto e deixei o esporte.

Na adolescência, aventurei-me em outras atividades corporais. Pratiquei o Jazz por dois anos, depois a Capoeira. Quando eu me movimentava, independente da atividade, a impressão era de que uma grande tranquilidade tomava conta de mim e o momento presente era o único tempo que existia. Eu me sentia inteira.

Aos 18 anos, quando chegou o momento de escolher um curso de graduação, decidi por perseguir o caminho que mais me obstinava: o corpo. Assim, iniciei o curso de bacharelado em Educação Física, na Universidade Estadual Paulista (UNESP), da cidade de Rio Claro. No primeiro ano da universidade, tudo era muito interessante e envolvente, mas, já no segundo ano, não me identificava com o curso e nem com as pessoas. As perguntas continuavam e, talvez, o problema existente naquela época estava mesmo dentro de mim. Aos 21 anos havia uma inquietação, uma sensação de que dentro do meu corpo não existia nada, apenas uma matéria que se mobilizava sem ter uma razão de ser. Em meu peito, uma dor pungente pedia calma. E eu a busquei em práticas, como o Yoga, massagens e muita, muita leitura.

O Yoga me ofereceu a oportunidade de me movimentar, respirar e me acalmar, junto com uma profunda concentração. Continuei praticando por alguns anos e em 2005 iniciei o curso de formação de professores em Yoga, no Instituto ISVARA em Campinas. Cursei apenas um ano, de dois necessários para a conclusão.

Minha experiência com as massagens se deu através do professor Dr. Luiz Alberto Lorenzetto, da UNESP de Rio Claro. Naquela ocasião, aprendi algumas técnicas voltadas, principalmente, para o relaxamento muscular. Participei por três anos do curso de extensão voltado para a aprendizagem, execução e recebimento de massagens. Também fui bolsista do Projeto de Extensão Universitária (PROEX) por um ano, com a função de auxiliar o professor Lorenzetto nas práticas de massagens para a comunidade.

Além das técnicas de massagem, foi com o professor Lorenzetto que pude entrar em contato com a *Eutonia*, através da disciplina *Práticas Corporais Alternativas*, da pós-graduação da UNESP. Durante as aulas, descobri que a palavra eutonia (do grego *eu*: bom, harmonioso e do latim *tônus*: tensão) significa tensão em equilíbrio, tônus harmonioso e é uma prática corporal criada e desenvolvida por Gerda Alexander (1908-1994), a qual consiste em observar as sensações para promover a ampliação da percepção e da consciência corporal.

Ao me formar, retornei a Campinas e desejei ter experiências semelhantes às aquelas que tive na UNESP. Em 2003, na Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), conheci o professor Dr. Adilson Nascimento de Jesus. O primeiro contato com ele se deu durante as aulas da disciplina de Dança, na graduação, da qual participei como aluna ouvinte. No curso, passei a compreender a dança como uma forma de manifestação simbólica através das teorias do Butoh, que é uma dança criada por Tatsumi Hijikata (1928-1986) na década de 1950, no Japão pós-guerra. Outra base teórica era a Psicologia Analítica de Carl Gus-

tav Jung (1875-1961), médico psiquiátrico suíço e fundador da Psicologia Analítica e, também, as contribuições da Dr^a. Nise da Silveira (1905-1999), médica psiquiátrica brasileira que propiciou uma mudança dos tradicionais atendimentos psiquiátricos através do incentivo à criação artística e expressiva. Durante o curso, o professor Adilson também implementava em aula o uso das técnicas de massagem e Eutonia.

Em 2003, passei a fazer parte do Grupo de Estudos em Dança (GEDAN), ministrado pelo professor Adilson. Aos poucos descobria que o GEDAN não era um grupo de dança semelhante a todos os outros que já havia vivenciado. No GEDAN, havia a possibilidade de criar os próprios movimentos com o objetivo de manifestar a interioridade psíquica, além de termos a possibilidade de nos observarmos através das imagens simbólicas manifestadas durante as práticas. Para isso, o professor iniciava a prática com um trabalho de toque, seguida de dinâmicas em grupos, em duplas e individuais, assim como a produção de desenhos após o final de cada encontro. Esses desenhos, uma forma de manifestação plástica, pretendiam que os integrantes também entrassem em contato com suas imagens interiores, provocando um diálogo entre a consciência e o inconsciente.

O GEDAN, então, abria possibilidades para que eu adentrasse um mundo subjetivo e não racional, um mundo manifestado através das imagens e dos movimentos. Recordo que, após cada prática, eu escrevia sobre as minhas sensações e visualizações. Também naquela época, passei a ter um diário, no qual registrava os meus sonhos. A Psicologia Analítica passava a fazer parte, cada vez mais, de meus estudos.

Dando continuidade à caminhada, também participei de duas disciplinas, como aluna especial, ministradas pela Profa. Dr^a. Elisabeth Bauch Zimmermann, no Programa de Pós-graduação do Instituto de Artes Corporais da Unicamp. Essa experiência me proporcionou ainda mais aprendizados sobre práticas e técnicas voltadas

para a dança e a expressividade. Uma das marcantes práticas foi o trabalho de Imaginação Ativa, criado por Carl Gustav Jung (2006, p.190) que propõe:

[...] método de introspecção [...] que consiste na observação do fluxo das imagens interiores: concentra-se a atenção em uma imagem onírica que causa impacto, mas é ininteligível, ou em uma impressão visual, observando-se as mudanças que ocorrem na imagem. Evidentemente, devemos suspender todo senso crítico e o que ocorre deve ser observado e anotado com absoluta objetividade.

Também conheci os exercícios meditativos que são, segundo Zimmermann (1992, p. 58) “determinadas sequências de movimentos [...] executados de forma extremamente lenta e mantendo o fluxo do movimento”, tendo como objetivo alcançar uma maior percepção interior.

Nas disciplinas da professora Elisabeth, entrei em contato com os estudos de Erich Neumann (1905-1960), psicólogo alemão que se dedicou à Psicologia Analítica com um enfoque desenvolvimentista e as suas principais obras são dedicadas ao estudo da psicologia feminina.

Com o passar das leituras, discussões e experiências, pude perceber que a professora Zimmermann conseguia relacionar, sabiamente, o processo criativo com a Psicologia Analítica.

Assim, a partir das vivências acadêmicas, tanto com o professor Adilson quanto com a professora Elisabeth, fui capaz de aprender a importância do trabalho corporal expressivo, como um potencial para o “desenvolvimento da personalidade”, termo utilizado pela Psicologia Analítica e que significa o crescimento humano em ressonância a potencialidades particulares de cada indivíduo.

Em 2004, comecei a trabalhar como professora de educação física em uma instituição psiquiátrica em Campinas, a Clínica Vivência de Psiquiatria Dinâmica, permanecendo por quatro anos. Nessa instituição, mantive contato com pessoas de dife-

rentes doenças mentais, desde esquizofrenia, depressões à dependência química. Também atuei por três anos no ambulatório.

Quando iniciei esse trabalho, não conhecia nada referente à área da saúde mental, já que o curso de graduação em educação física não abordava tal temática. Talvez por isso, percebia a educação física como uma área fragmentada na sua forma de analisar o homem e os movimentos por ele manifestados. Na clínica, pelo contrário, senti que poderia pensar, através das minhas práticas, a psique associada ao corpo.

O primeiro ano de atuação nessa área mexeu muito comigo e não foi fácil, pois comecei a visualizar algumas imagens fortes provindas de sonhos, de estados meditativos e de relaxamento. Também passei a ter aflições de objetos pontiagudos e cortantes, com a fantasia de que eu os enfiaria em meus próprios olhos. Esses acontecimentos começaram a me deixar preocupada e, num dado momento, comecei a reprimir tais devaneios.

Depois, acreditei que o pior seria não aceitar os fatos e temê-los. Passei, então, a dialogar com as minhas imagens através da dança. Este impulso não foi planejado, mas se tornou uma necessidade psíquica. Os movimentos que concretizei a partir das imagens transformaram-se em criação, em dança. Experiência que me levou a perceber que as imagens associadas à expressão corporal auxiliam na saúde mental. Assim, depois desse momento, as imagens perderam suas forças e não mais me senti coagida por elas.

Após essa experiência, como fruto das minhas vivências e reflexões, participei de congressos da área de Educação Física e Educação Física Adaptada, apresentando os seguintes trabalhos: “Experiência corporal numa instituição psiquiátrica” (2005) e “Movimentos corporais expressivos e simbólicos numa instituição psiquiátrica” (2007).

Mais tarde, em 2006 e 2007, fora do âmbito profissional institucionalizado, mas na área de dança, passei por uma experiência através do Projeto Oficina/Montagem, oferecido pela Confraria da Dança. Este projeto acontece na cidade de Campinas desde 1998, com o objetivo de compartilhar a prática de processos criativos entre artistas e estudantes de dança, visando o intercâmbio, reciclagem e aperfeiçoamento dos profissionais. A cada ano, um grupo é selecionado para vivenciar todas as etapas de criação e produção de um espetáculo de dança. Em 2006, o espetáculo resultante foi “Gosto de Calêndulas” e em 2007 “9 Ensaaios sobre a Vontade”.

Preciso admitir que escrever sobre a minha experiência na Confraria da Dança é uma tarefa complexa, pois racionalizar sobre as vivências exige uma clareza diante dos processos criativos. Mas sei que um dos grandes aprendizados durante as oficinas foi criar sequências de movimentos a partir de uma improvisação para a montagem de um espetáculo. Nas minhas experiências anteriores com a dança, estava acostumada somente a permanecer na improvisação, sem dar continuidade às expressões. No entanto, a repetição das sequências não era fácil, pois, em muitos momentos, não alcançava uma integridade no movimento e realizava um esforço somente mental. Assim, foi visível o distanciamento que tive do meu corpo enquanto um ser dançante.

O maior aprendizado foi perceber que a dança como criação representa uma relação com um mundo desconhecido e que, para saber lidar com este mundo, necessitamos de uma estrutura para apreender a energia mais primitiva vinda do inconsciente. Num primeiro ponto, a dança incita a uma entrega: conseguir ser o que não estávamos acostumados a ser. O segundo ponto é fazer desta entrega algo que não é uma soltura total, como um abandono de si a energias desconhecidas, pois isso, facilmente, levaria a um movimento repetitivo e uma inércia. É preciso uma estrutura

que possibilite confiança para respaldar as próprias intuições. Para mim, o corpo era a estrutura que se fortalecia através da disciplina e do trabalho diário.

No início de 2008 ingressei no mestrado, na Faculdade de Educação da UNICAMP. As experiências com a Confraria da Dança eram tão intensas e me exigiam uma vasta dedicação que decidi deixar as oficinas por um tempo.

Na Faculdade, entrei no Departamento de Educação, Conhecimento, Linguagem e Arte, sob a orientação do Prof. Dr. Adilson Nascimento de Jesus, com o projeto que visava continuar as reflexões relacionadas aos símbolos corporais e a doença mental. Acreditei, junto com meu orientador, que a construção de uma dissertação com esse tema seria de grande relevância para a comunidade acadêmica, já que não há muitos estudos que analisam a relação da expressão corporal simbólica e a psiquiatria.

Logo após o meu ingresso, ocorreu algo que me confrontou diante da minha proposta de pesquisa envolvendo a Clínica Vivência, pois o tema escolhido começou a se manifestar dentro da minha própria família: o meu irmão mais novo começou a apresentar comportamentos agressivos com os familiares, consequência do uso abusivo de narcóticos e álcool, além de evidenciar sensações persecutórias e delírios em torno da figura de minha mãe. Nunca antes sentira a insanidade tão próxima, o que me levou a compreender que quando alguém do círculo familiar adoece, todos, de alguma maneira, adoecem juntos.

Em Março de 2008, deixei meu trabalho na instituição psiquiátrica, pois além do problema com meu irmão, eu não me sentia mais a vontade de estar ali.

Depois, para complementar minha formação e ter a possibilidade de mudar minha atuação no mercado de trabalho, realizei um curso profissionalizante em Pilates, que é uma técnica corporal na qual os movimentos são realizados de acordo com

os princípios básicos de concentração, do controle respiratório, da coordenação, da correção postural e da fluidez.

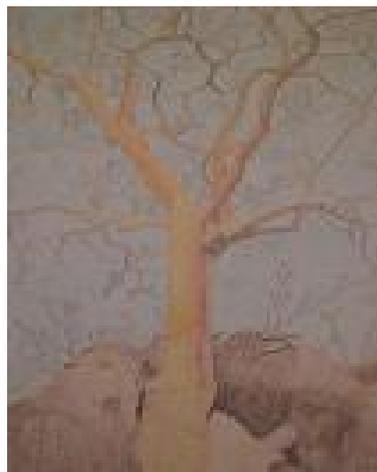
Somando o problema familiar e a nova proposta de trabalho, comecei a pensar o corpo relacionando-o com a imagem da árvore, símbolo este que ficou muito forte nesta etapa da minha vida. Parecia que eu necessitava de uma estrutura: firmar os pés no chão sem perder a conexão com o mundo da imaginação.

Foi na disciplina Arte, Psicologia e Conhecimento, ministrada pela Prof^a. Dr^a. Ana Angélica Albano, minha co-orientadora, que o símbolo da árvore entrou no campo acadêmico, pois, através de um seminário apresentado em aula, expus as relações deste símbolo com o corpo apresentando o trabalho: “O simbolismo da árvore e a estrutura da postura corporal”.

Esta disciplina foi a mais importante das realizadas na pós-graduação da Faculdade de Educação na UNICAMP, pois, além de ter conhecido a professora Ana Angélica, pude estudar um pouco mais sobre a Psicologia Analítica de Carl Gustav Jung e conhecer alguns pós Junguianos, principalmente James Hillman (1926), criador da Psicologia Arquetípica. A Nana, como é conhecida a professora, também nos proporcionava deliciosas incursões literárias. Todas as referências bibliográficas do curso indicavam um caminho: a compreensão de cada trajetória em direção ao conhecimento de si mesmo.

Por fim, devido a tudo que vivenciei naquele semestre, retomei todas as árvores que desenhei e pintei ao longo dos últimos anos. Coloquei as imagens em série e fiquei admirada ao perceber como elas revelavam um desenvolvimento pessoal. A impressão que tive foi a de que as árvores ganharam vida: passaram pela seca, pelas chamas e escuridão, até readquirirem força e se disseminarem, como uma floresta.

Seguem as imagens das árvores criadas, em ordem cronológica:



Ano 2002



Ano 2004



Ano 2004



Ano 2008

Figura 1 : Imagens pessoais árvores

O tempo foi passando e a cada dia eu estava mais obcecada pela simbologia da árvore e conseqüentemente mais distante do meu projeto de pesquisa inicial, que buscava relacionar minha experiência na psiquiatria. Por conta disto, no segundo semestre de 2008, resolvi desistir da temática inicial e assumi outro projeto, cujo objetivo era propor um grupo de improvisação em dança, verificar como o trabalho imaginativo com o corpo e com os desenhos auxiliavam na estruturação da postura corporal, tanto no sentido físico quanto no sentido psíquico.

Com este fim, organizei um grupo de improvisação em dança na sala ED – 03, na Faculdade de Educação, às terças-feiras, das 9h às 11h. Participaram deste processo 07 meninas. Foi um grupo muito especial para mim, pois pude colocar em prática a minha vivência de criação em dança obtida no GEDAN e na Confraria da Dança.

Já no primeiro semestre de 2009, trabalhei na pesquisa com a proposta de analisar os dados obtidos e partir para as considerações finais, ao mesmo tempo em que participava das Atividades Programadas de Pesquisa (APP), do Laboratório de Estudos sobre Arte, Corpo e Educação (LABORARTE).

Neste grupo, os integrantes se revezavam a fim de realizar apresentações sobre as pesquisas em andamento e no final daquele semestre seria minha vez de expor o trabalho. Ao fechar o texto para enviar, mostrei antes para a professora Ana Angélica, a qual questionou o valor do meu estudo e não apoiava o fato de eu ter desistido do projeto anterior. Comentou que não existia comparação entre uma dissertação de mestrado constituída por três anos de uma experiência na psiquiatria e outra de apenas um semestre.

Por fim, depois de uma longa conversa com o meu orientador, decidimos acatar a proposta da professora Nana e dar continuidade à pesquisa referente à experiência na psiquiatria. O professor Adilson concordou veemente com ela. Assim, retomei o meu trabalho de anos e passei a me dedicar exclusivamente às revisões bibliográficas e às análises dos dados.

Finalmente, em junho 2009 nasceu minha filha. Uma experiência rica que me fez amadurecer e compreender a devoção que é ser mãe. Ao me tornar mãe é que senti o valor de tal figura para a humanidade.

Ao expor a minha pesquisa para a banca de qualificação, em agosto de 2010, foi sugerido que eu incluísse o trabalho de improvisação em dança nos estudos. Acatei tal ideia e a dissertação se concluiu com esta nova proposta.

A pesquisa a seguir é fruto de todas minhas vivências, mesmo que a escrita não esteja relacionada diretamente a minha pessoa. No entanto, realizei o possível para que a pesquisa fosse singular e autêntica.

Termino este memorial com um poema de Manoel de Barros (1993). Poema que consegue expressar mutuamente sobre a minha pessoa e a minha pesquisa:

Para entender nós temos dois caminhos:
o da sensibilidade que é o entendimento do corpo;
e o da inteligência que é o entendimento do espírito.
Eu escrevo com o corpo.
Poesia não é para compreender, mas para incorporar.
Entender é parede;
Procure ser uma árvore.

INTRODUÇÃO

Durante as aulas de graduação em dança, na Faculdade de Educação Física da UNICAMP em 2003, o Prof. Dr. Adilson Nascimento de Jesus introduziu alguns conceitos da Psicologia Analítica de Carl Gustav Jung e Dr^a. Nise da Silveira, uma estudiosa trazida como referência para abordar o assunto em discussão.

Segundo Silva (2006), que traz alguns dados biográficos da autora, Nise da Silveira nasceu na cidade de Maceió, no estado de Alagoas. Em 1921, ingressou na Faculdade de Medicina da Bahia e, após conclusão, Nise partiu para a cidade de Rio de Janeiro, com o objetivo de estudar com um renomado neurologista da época, o professor Antônio Austragésilo. Através do incentivo dele, ela ingressou, no ano de 1933, como médica psiquiátrica, no Centro Psiquiátrico da Praia Vermelha, no estado do Rio de Janeiro.

A Dr^a. Nise, ao longo da sua carreira, sempre se manifestou contra as formas agressivas de tratamento psiquiátricos da época, como o confinamento em hospitais, os eletrochoques, a insulino-terapia e a lobotomia.

Mais tarde, em 1944, iniciou seu trabalho no Centro Psiquiátrico Nacional Pedro II, no bairro Engenho de Dentro, na cidade do Rio de Janeiro, onde inaugurou a Seção Terapêutica Ocupacional. Nesta instituição ocorreram as suas maiores investigações científicas.

Ao longo dos anos, Dr^a. Nise foi percebendo que a manifestação criativa dos pacientes através do desenho, da pintura e da modelagem livres, possibilitava que as ima-

gens do inconsciente dos internos encontrassem forma e expressão, o que ajudava a apaziguar os tumultos emocionais pertinentes às doenças mentais.

Em 1954, Dr^a. Nise realizou o primeiro contato com Jung através de uma carta, com fotografias das imagens de mandalas produzidas pelos seus pacientes e, em 1957, viajou para Zurique, na Suíça, a fim de realizar estudos no Instituto C. G. Jung.

Durante as pesquisas realizadas no Centro Psiquiátrico, havia uma paciente que a Dr^a. Nise analisou em seus estudos chamava-se Adelina e frequentava o setor de Tera-
pêutica Ocupacional. Em 2003, durante as aulas do professor Adilson, pude assistir ao documentário que contava a estória de Adelina, o qual mostrava o envolvimento da paciente com as pinturas e esculturas, assim como a relação dessas criações com a realidade psíquica de Adelina.

Ao me deparar com as imagens do documentário em aula, compreendi a importância do trabalho criativo com pessoas portadoras de doenças mentais e em situações de internação. Como a minha área envolve as práticas corporais visualizei, naquele momento, uma proposta de inserir a dança na psiquiatria.

Como detalhei no Memorial, em 2004 pude concretizar tal aspiração na *Clínica Vivência de Psiquiatria Dinâmica*, em Campinas, através da minha contratação como professora de educação física. Permaneci por três anos na instituição, organizando grupos e desenvolvendo atividade física na clínica de internação e no setor ambulatorial, priorizando, especialmente, as práticas expressivasⁱ.

Dentro da instituição, sempre busquei expressões motoras dos internos que pudessem revelar uma experiência simbólica, pois, segundo os estudos de Jung (1999, p. 246), na esquizofrenia há “conteúdos estranhos que inundam a consciência de maneira mais ou menos repentina e fragmentam a coesão interna da personalidade”. Estes conteúdos

ⁱ Práticas que serão detalhadas mais à frente da dissertação.

são constituídos por uma camada mais profunda da psique, chamada de inconsciente coletivo, dotada de caráter universal. Como manifestação desse inconsciente, a pessoa estaria propensa a vivenciar motivos mitológicos em suas expressões.

Também, foi através da experiência com a dança, principalmente na prática voltada para a criação, que pude ter contato com um universo mais simbólico. Assim, como já exposto no Memorial, integrei à pesquisa o grupo de improvisação em dança que ofereci na Faculdade de Educação na UNICAMP. A possibilidade existente das participantes de também revelar conteúdos simbólicos nas suas manifestações, seja corporal ou plástica, acontecia diferentemente das pessoas acometidas por uma doença mental, já que possuíam uma estrutura do ego preservada.

Assim, através de dois grupos: na área da psiquiatria e outro voltado para a improvisação em dança, realizei esta pesquisa com o intuito de captar as respectivas manifestações simbólicas.

Abaixo, descrevo a estrutura da dissertação:

No primeiro capítulo, introduzo a teoria da Psicologia Analítica de Carl Gustav Jung a partir da esquizofrenia, seguida de uma breve explanação sobre os principais conceitos que se referem ao desenvolvimento da personalidade. Na sequência, detalho a compreensão de corpo segundo o viés simbólico.

O capítulo II contém o objetivo e a metodologia utilizados nesta dissertação.

O terceiro capítulo é voltado para a apresentação dos dados com as respectivas análises. Primeiramente, transcrevo as dinâmicas do trabalho corporal estabelecidas em ambos os grupos. Após este momento, exponho os três casos, cada qual seguido com a sua análise.

Por último, as considerações finais que constituem o capítulo IV.

1. APORTES TEÓRICOS PARA UMA COMPREENSÃO SIMBÓLICA

1.1. Uma introdução da Psicologia Analítica através da esquizofrenia

Ao longo da minha atuação na Clínica Vivência, uma citação que ressoava em meus pensamentos foi um parágrafo da Dr^a. Nise da Silveira escrito em seu livro *Mundo das Imagens* (2001, p. 97-8):

Dever-se-ia, portanto, observar e procurar a significação das expressões motoras que acompanham as representações delirantes. Mas, se muito pouca atenção é de ordinário dada pelo psiquiatra às ideias delirantes, menor atenção ainda é concedida às expressões motoras do esquizofrênico. Fala-se de excitação psicomotora, mímica e gestos extravagantes, esteriotipias, ações compulsivas, negativismo, inadequada manifestação dos afetos, etc., sem se cogitar do sentido psicológico que possa existir sob essas estranhas perturbações do comportamento. [...] Na esquizofrenia, há uma volta ao mundo arcaico. Por isso não é raro vermos em esquizofrênicos mímicas e gestos extravagantes que nos parecem completamente incompreensíveis. Estão, no entanto, carregados de sentido.

Neste trabalho, no campo psiquiátrico, eu ansiava encontrar as manifestações motoras e que revelassem este mundo arcaico, discutido por Silveira (2001). Desejava, também, visualizar, através da corporeidade, aquele mundo tão desconhecido no qual o esquizofrênico está submerso. Entretanto, para ler e discutir sobre esse mundo, eu preci-

sava estudar mais a fundo as mitologias, as histórias das religiões e os contos de fadas, além de estar atenta aos meus próprios sonhos, fantasias e não deixar de dançar.

Em conversa realizada com Dr^a. Nise da Silveira, em junho de 1957, Jung comentou sobre a importância do estudo das mitologias para compreender melhor os delírios e as imagens vindas dos pacientes, conforme relata a autora:

Perguntou-me de repente:

- Você estuda mitologia?

Não, eu não estudava mitologia.

- Pois se você não conhecer mitologia nunca entenderá os delírios de seus doentes, nem penetrará na significação das imagens que eles desenhem ou pintem. Os mitos são manifestações originais da estrutura básica da psique. Por isso seu estudo deveria ser matéria fundamental para a prática psiquiátrica. (SILVEIRA, 1981, p. 98).

Jung (1999), através de sua experiência clínica, presenciou relatos de mitos dos pacientes esquizofrênicos. Relatou também o caso de uma jovem internada com catatonia e alucinações e que, após uma breve melhora em quadro psíquico, narrou um mito sobre a vida na Lua.

Silveira (1981) comenta mais uma observação clínica de Jung em um de seus pacientes esquizofrênicos:

[...] Um esquizofrênico lhe perguntou se não estava vendo o pênis do sol mover-se de um lado para outro. Jovem catatônica desenvolvia, no seu delírio, o tema mítico da vida na lua, onde ela desempenhava o papel de salvador feminino para o povo lunar. (p.97)

Através dessas e de outras constatações, Jung (1999) chegou ao conceito de arquétipos:

A frequente retomada de formas e imagens arcaicas de associação observadas na esquizofrenia me forneceu, pela primeira vez, a ideia de um inconsciente que não consta apenas de conteúdos originários da consciência que se perderam, mas de uma camada ainda mais profunda, dotada de caráter universal, como são os motivos míticos característicos da fantasia humana. [...] Não se trata de maneira alguma de ideias herdadas mas de *impulsos e formas instintivas herdadas*, tais como observamos em todo o ser vivo. (p. 250, grifos do autor).

Quando Jung (1999) comenta sobre esta camada mais profunda da psique, refere-se ao inconsciente coletivo. A camada mais superficial seria aquela constituída com os conteúdos pessoais do indivíduo, o qual chamou de inconsciente pessoal. O inconsciente pessoal, segundo o autor:

[...] se caracterizam em parte, por aquisições derivadas da vida pessoal e em parte por fatores psicológicos, que também poderiam ser conscientes [...] Os conteúdos inconscientes são de natureza pessoal quando podemos reconhecer em nosso passado seus efeitos, sua manifestação parcial, ou ainda a sua origem específica. (JUNG, 2002a, p.11).

Jung (2006) também afirma que uma existência psíquica pode ser reconhecida através de conteúdos que possam ser conscientizados. No inconsciente pessoal, isto ocorre por meio dos “complexos de tonalidade emocional, que constituem a intimidade pessoal da vida anímica” (p.16). Esses complexos, segundo Jung (2002b), se constituem através de conteúdos psíquicos de caráter afetivo acentuado e se apresentam por um elemento central formado pela experiência individual e pelas disposições internas de cada pessoa. Sendo que este núcleo tem uma força capaz de constelar os conteúdos psíquicos.

Assim, a conscientização dos complexos auxilia no conhecimento da camada dotada de caráter pessoal. Na camada de ordem coletiva, o reconhecimento dos conteúdos ocorre não por meio dos complexos e sim através dos arquétipos:

O conceito de arquétipo, que constitui um correlato indispensável da ideia do inconsciente coletivo, indica a existência de determinadas formas da psique, que estão presentes em todo o tempo e em todo lugar. [...]

O inconsciente coletivo não se desenvolve individualmente, mas é herdado. Ele consiste de formas preexistentes, arquétipos, que só secundariamente podem tornar-se conscientes. (JUNG, 2006, p.53-4, grifo do autor).

Já na psicoseⁱⁱ, estes conteúdos inconscientes se apoderam da consciência devido à desestruturação do ego o que leva à destruição da personalidade. Silveira (2002), ao descrever as diferenças entre uma pessoa neurótica de uma psicótica, afirma:

A grande diferença está em que o psicótico não pode integrar esses conteúdos, mas ao contrário, é dominado por eles. É preciso frisar que o fator patológico não reside nas imagens arquetípicas, mas na dissociação do consciente, que perde a possibilidade de controle sobre o inconsciente. A doença está na cisão do ego, incapaz de fazer face às irrupções do inconsciente. (Ibidem, p.87).

Para melhor compreender a causa das invasões inconscientes ocorridas na mente de um esquizofrênico é necessário entender o funcionamento da psique, a partir de um viés junguiano, através da relação compensatória entre as dimensões da consciência e do inconsciente.

Segundo Zimmermann (1992), para Jung, a psique apresenta um fluxo energético constante, energia que o estudioso chamou de libido. A movimentação da libido aconte-

ⁱⁱ A Psicose é um termo vindo da psicanálise e Esquizofrenia é um termo utilizado na área da psiquiatria. Pode-se afirmar que a esquizofrenia é um dos tipos de psicose. (DALGALARRONDO, 2008).

ce na busca do equilíbrio entre os pares de opostos que flui entre a consciência e o inconsciente. Quando um lado da psique está mais sobrecarregado que o outro, a tendência da libido é compensar para o lado menos utilizado com o intuito de produzir uma função reguladora. Há progressão no momento em que se satisfazem as necessidades da consciência, ou seja, quando a energia é aplicada ao mundo exterior, e regressão quando a energia flui para o inconsciente.

Para ocasionar uma patologia mental, um excesso de energia psíquica flui para o inconsciente e a maneira pela qual a psique compensa esta unilateralidade se dá por meio de uma irrupção dos conteúdos inconscientes na consciência. Esta irrupção, quando abrupta, leva à psicose.

O mecanismo psicológico capaz de transformar a libido é a formação dos símbolos e, segundo Jung (1991, 2002b), é um canal de conhecimento para uma realidade ainda desconhecida. Para o autor, o símbolo ativa a função psíquica que realiza a transformação dos conteúdos inconscientes em material consciente, através de ação coordenada pelo ego. [iii]

ⁱⁱⁱ Neste sentido e aliado à ontologia moderna, Acuña (2009) menciona que esta transformação acontece apenas no momento presente, na medida em que se vivencia a ação dada pelo símbolo. Este autor também agrega que a percepção da existência do abstrato ocorre somente devido à noção de um eixo temporal dos acontecimentos dentro do universo físico. Assim, a informação temporal da existência do símbolo é suficiente para falar que estes também fazem parte do Universo físico. Segundo Acuña, estas manifestações abstratas, como os símbolos, são partes do Universo e com existência apenas no ponto de tempo presente. Fisicamente, elas acompanham no tempo, porém são de volume nulo (representadas com coordenada temporal e coordenadas espaciais nulas).

Conforme explicita Penna (2004), o símbolo também é considerado um arquétipo na medida em que a manifestação arquetípica surge de acordo com uma determinada realidade, mas pontua ainda que “Dessa forma, cada símbolo é também um arquétipo, mas isso não quer dizer que um arquétipo seja idêntico a um símbolo” (PENNA, 2004, p. 84).

Com a capacidade da psique de formar símbolos existe ainda a atuação de um mecanismo auto-regulador, capaz de unir os pares de opostos numa síntese e provocar a comunicação entre consciente e inconsciente.

Na esquizofrenia, devido à invasão abrupta do inconsciente e a possível dilaceração da estrutura do ego, a pessoa não consegue assimilar os símbolos na consciência e, assim, as imagens ganham força capaz de dominar sua mente. A pessoa é acometida pela camada mais profunda da psique e as imagens arquetípicas tornam a existir de acordo com a experiência individual.

Com a imersão exacerbada da pessoa doente no mundo das imagens, há uma desorganização do espaço temporal e uma fragilização da comunicação verbal. Por isso, a melhor maneira de iniciar o tratamento com os esquizofrênicos pode ser através de atividades que promovam outras formas de expressão diferentes da linguagem não verbal, como pinturas, desenhos, esculturas, danças, etc.

Esta compreensão levou a Dr^a. Nise da Silveira priorizar, na sua prática clínica, a Terapêutica Ocupacional, pois entendia que as criações plásticas não seriam apenas uma maneira de ocupar os internos, mas uma forma de incentivar a comunicação com as imagens do inconsciente, o que propiciaria uma melhor compreensão dos casos em que o caos psíquico se estabeleceu.

Segundo Silveira (1981), Jung não abordou em seus estudos a terapêutica ocupacional na abordagem psiquiátrica. Entretanto, Jung (2006) criou uma prática chamada de *Imaginação ativa*, que consiste em trazer as imagens interiores de uma pessoa com o obje-

tivo de propor um diálogo entre os conteúdos da inconsciência e os conteúdos da consciência. O autor explica a prática como:

[...] método de introspecção indicado por mim e que consiste na observação do fluxo das imagens interiores: concentra-se a atenção em uma imagem onírica que causa impacto, mas é ininteligível, ou em uma impressão visual, observando-se as mudanças que ocorrem na imagem. [...] a vantagem deste método é o de trazer à luz uma grande quantidade de conteúdos inconscientes. [...] Em alguns indivíduos um pouco patológicos e especialmente nas esquizofrenias latentes, que não são raras, este método pode ser um tanto perigoso, requerendo um controle médico. (p.190)

Como já exposto na citação, Jung não via a prática de imaginação ativa adequada para pessoas com perturbações mentais. É importante esclarecer que o trabalho na Terapêutica Ocupacional não se voltava para o método de imaginação ativa, já que na mente de um esquizofrênico a estrutura consciente não estaria preservada o suficiente para manter o diálogo estabelecido com as imagens vindas do inconsciente. No entanto, a Terapêutica Ocupacional propõe certo diálogo com a camada mais profunda da psique, para permitir que o potencial criativo, inerente a qualquer ser humano, seja revelado através das expressões artísticas. Silveira (1981) considera:

Evidentemente, quando se trata de psicóticos tudo se apresenta mais complicado. Imagens e correspondentes impulsos arcaicos invadem o consciente de maneira abrupta e caótica. Entretanto, apesar de se apresentarem em estado bruto, fragmentadas, desordenadas, não diferem na essência daqueles conteúdos sobre os quais o indivíduo normal ou o neurótico são capazes de um trabalho de confrontação. Baseada na experiência, não direi que o psicótico seja inexoravelmente incapaz de alguma forma de trabalho sobre o material arcaico invasor. Séries de pinturas pertencentes ao Museu de Imagens do Inconsciente dão testemunhos dessa possibilidade. (p.102).

Assim, torna-se possível que a psique reconstrua um caminho através do qual a pessoa consiga dar formas aos símbolos e mínima ordem à sua vivência caótica.

1.2. O processo psíquico

Quando Jung (2006) propõe a Imaginação Ativa é para que exista um método capaz de permitir que o indivíduo consiga acessar a camada mais profunda da psique, trazendo à luz os conteúdos inconscientes. Assim, haveria uma amplificação da consciência cada vez que o símbolo pudesse ser assimilado pela pessoa. Na medida em que a consciência amplifica-se, haveria cada vez mais a viabilidade de provocar o processo que Jung (2002) chama de *Individuação*, que é desenvolvimento do ser através do conhecimento sobre si mesmo. Explica o autor que:

Individuação significa tornar-se um ser único, na medida em que por 'individualidade' entendermos nossa singularidade mais íntima, última e incomparável, significando também que *nos tornamos o nosso próprio si mesmo*. [...] Podemos pois traduzir 'individuação' como 'tornar-se si mesmo' [...] ou 'o realizar-se do si mesmo' [...] o si mesmo abarca não só a psique consciente, como a inconsciente. (p. 49 e 53, grifos do autor)

De acordo com Jung, o processo da individuação acontece em duas etapas: na primeira metade da vida e na segunda metade. A primeira ocorre quando o indivíduo se depara mais com o mundo exterior do que com seus conteúdos interiores. Neste momento da vida é imprescindível a formação da estrutura do Eu, além da constituição de uma *Persona*.

A persona, segundo o autor, caracteriza-se como a aparência do indivíduo e apresenta-se através de conteúdos contrastantes e compensadores do inconsciente. Ele explica:

Sendo esta última um recorte mais ou menos arbitrário e acidental da psique coletiva, cometeríamos um erro se a considerássemos [...] como algo individual. Como o seu nome revela, ela é uma simples máscara da psique coletiva, máscara que aparenta uma individualidade, procurando convencer aos outros e a si mesma que é uma individualidade, quando, na realidade, não passa de um papel, no qual fala a psique coletiva (*Ibidem*, p. 32).

Quando a máscara da persona é retirada, surge, ainda nesta primeira etapa da individuação, a sombra que se relaciona tanto com as ordens morais de uma sociedade quanto com os conteúdos desconhecidos para a consciência. Esta zona desconhecida é percebida como obscura para a personalidade e impede que o indivíduo saia da visão sombria. As resistências em lidar com a sombra, segundo Jung (1988), aliam-se a projeções, as quais não são do sujeito, mas advindas de uma disponibilidade inconsciente para tal.

Estas resistências ligam-se a projeções que não podem ser reconhecidas como tais [...] A consequência da projeção é um isolamento do sujeito em relação ao mundo exterior, pois em vez de uma relação real o que existe é uma relação ilusória. As projeções transformam o mundo externo na concepção própria, mas desconhecida. Por isso, no fundo, as projeções, levam a um estado de auto-erotismo ou autismo, em que se sonha com um mundo cuja realidade é intangível. (p. 07).

Quando se adquire consciência dos aspectos sombrios, as projeções são retiradas, o que é fundamental para o auto-conhecimento.

O segundo momento da individuação ocorre quando as projeções não se resumem somente à esfera sombria, mas se relacionam também ao sexo oposto. Quando isso acontece é que nos deparamos com o encontro com a *imagem anímica*. No homem, essa ima-

gem é chamada de *anima* e na mulher, *animus*. Explica Jung (2002) que “A anima, sendo feminina, é a figura que compensa a consciência masculina. Na mulher, a figura compensadora é de caráter masculino e pode ser designado pelo nome de animus” (p. 81).

A anima atua como conteúdo sumamente dramático do inconsciente e aparece de maneira personificada. Para Jung (1988), pode ser chamada como imago da mulher e continua:

É o consolo que compensa as agruras da vida, mas é também, apesar de tudo, a grande sedutora, geradora de ilusões em relação a esta mesma existência, ou melhor, em relação não só aos aspectos racionais e utilitários, por exemplo, como também a seus paradoxos e às suas ambiguidades terríveis, em que contrabalançam o bem e o mal, o êxito e os fracassos, a esperança e o desespero. Sendo o seu maior perigo, ela exige o máximo do homem e quando há alguém capaz disto, ela efetivamente o recebe. (p. 11)

A mulher compensada por uma natureza masculina tem, em seu inconsciente, um sinal masculino. Esse fato transparece com opiniões demais de irrefletidas e incontestáveis, já que “como o animus tem tendência a argumentar, é nas discussões obstinadas em que mais se faz notar a sua presença [...] Para as mulheres, [...] o que importa é o *poder* da verdade ou da justiça ou qualquer outra coisa abstrata”, explica Jung (1988, p. 13, grifo do autor).

Jung (1988) aborda a questão da figura anímica do homem designando-a como Eros, com a sua função de relacionamento e com caráter vinculador. Na mulher, chama de Logos, referindo-se ao aspecto diferenciador e cognitivo.

Para coordenar e integrar todas as emissões inconscientes há o arquétipo que Jung designou de *Self* ou *Si-mesmo*, que atua como um centro regulador entre a consciência e o inconsciente. O *Self* é inerente ao processo de individuação e não é somente o centro,

mas toda a circunferência capaz de abranger a consciência e o inconsciente, formando, portanto, a totalidade psíquica^{iv}.

A imagem do Self, na história da humanidade, manifesta-se de inúmeras formas. Segundo Silveira (1981), este núcleo mais profundo da psique se apresenta, na mulher, através de figuras femininas superiores, como a sacerdotista, a feiticeira, etc. Já no homem, continua a autora (1981, p. 166) “assume figura masculina de categoria superior. Será aquele que ajuda nas situações perigosas, o mestre que conhece a significação de ordem oculta na natureza, o médico, o guia e iniciador” Além da tonalidade humana do Self, há expressões de animais sagrados, de pedras preciosas, de árvores e também de figuras geométricas. Um símbolo bastante significativo do Self são as Mandalas, figuras circulares e simétricas.

1.3. O desenvolvimento da personalidade.

Para iniciarmos este tópico, a melhor maneira é esboçarmos um caminho teórico sobre o desenvolvimento da corporeidade desde a vida intrauterina do indivíduo até a sua formação adulta.

Um autor imprescindível para citarmos é Erich Neumann, principalmente através de sua última obra escrita^v *A criança* (1995).

Neumann (1995) escreve que, após o nascimento, o bebê ainda não se encontra maduro, principalmente em relação à maioria dos mamíferos que já nascem desenvolvi-

^{iv} Samuels, Shorter e Plaut (2010)

^v Obra do autor inacabada devido a sua morte durante a escrita.

dos. Comenta ainda que, para alcançar um grau de maturidade no ventre materno, o bebê deveria passar por uma gestação de 22 semanas e que existe tanto uma gestação intrauterina quanto uma extrauterina, sendo que a última perdura até a criança completar por volta de um ano de idade.

Nesta segunda gestação, o bebê se encontra totalmente dependente da mãe no que se refere tanto aos cuidados básicos de higiene e alimentação quanto para a formação do seu ego.

Para melhor compreender esta relação entre mãe e filho no início da vida, é importante esclarecer que o bebê nasce inconsciente. O autor declara:

[...] o que vem primeiro é o inconsciente, e que só depois é que surge a consciência. A personalidade como um todo e seu centro diretor, o Self, existem antes do ego tomar forma e desenvolver-se como centro da consciência; as leis que regem o desenvolvimento do ego e da consciência estão subordinados ao inconsciente e à personalidade como um todo, que é representado pelo Self. (NEUMANN, 1995, p.10).

Assim, existem dois caminhos que permeiam a formação psíquica de um indivíduo: a Mãe como Self externalizado e o Self Corporal da criança.

No primeiro caso, tanto na vida intrauterina quanto fora, tem-se o Self da Mãe sendo a referência de Self para a criança. Neumann (1995) aborda essa fase da relação primal entre mãe-filho como uma realidade mitológica e escolhe a imagem do Uroboros para descrevê-la:

Foi escolhido o termo urobórico para designar o estado inicial pré-ego, porque o símbolo do uroboros, a serpente circular que morde a própria cauda, “engolindo-a”, portanto, caracteriza a unidade sem opostos dessa realidade psíquica. É assim que o uroboros, como o Grande Círculo em cujo centro, à maneira de um útero, o germe do ego repousa protegido, é o símbolo característico da situação uterina na qual não existe ainda uma criança com uma personalidade delimitada de forma suficientemente clara para permitir um confronto com um meio ambiente humano e extra-humano. Esse estado não delimitado, característico da situação

embrionária uterina, preserva-se em grande parte, se bem que não inteiramente, após o nascimento. (p. 11).

Após o nascimento, nos primeiros meses de vida, o ego começa a se formar e a relação com a mãe torna-se decisiva, pois, não há diferenciação entre o corpo da mãe e o da criança. E explica: “A criança, no entanto, encontra-se totalmente imersa neste reino, sendo que, para ela, nesse caso, a mãe representa tanto o mundo como o Self” (*Ibidem*, p.13).

Segundo o autor, sendo a relação materna primordial para a formação psíquica da criança, esta experiência:

[...] deixa suas marcas, em todo o desenvolvimento posterior, é de particular importância para a psicologia dos indivíduos criativos, constitui-se numa fonte de perene nostalgia, que pode ter no adulto um efeito tanto regressivo quanto progressivo (NEUMANN,1995, p.14).

Além do Self projetado na figura materna, existe o Self Corporal da criança, centro regulador que se constitui como uma unidade biopsíquica entre corpo e mundo. Assim, tudo o que ela vivencia acontece através da sua corporeidade e não existe distinção entre a sua realidade interna e o mundo externo. É o que Neumann (1995) afirma: “O Self Corporal, a totalidade da unidade biopsíquica, é uma instância reguladora que opera a serviço da totalidade e que dirige, quase que com exclusividade, o desenvolvimento biopsíquico da criança”. (p.26)

No entanto, na primeira fase da criança, não é possível ter um Self Corporal diferenciado do Self externalizado na mãe, já que ambos se complementam.

O autor afirma ainda que, na primeira etapa da vida de uma criança, os fatos são vivenciados através de uma ordem unificada, onde “todos os elementos espirituais e psíquicos são experimentados como corporais, substanciais e tangíveis” (*Ibidem*, p. 45).

No início da vida, o bebê permanece constantemente em uma posição deitada. Nesta fase, “o Self Corporal, como centro da psique-corpo inconscientemente dirigida, ocupa o primeiro plano” (*Ibidem*, p.98). A mãe e a criança apresentam um único corpo. Ao mesmo tempo, existe a acentuação na região oral manifestada através da sucção e uma integração positiva com o polo anal.

Para complementar esta linha de pensamento, Beziérs e Hunsinger (1994), em seus estudos sobre o bebê, comentam, assim como Neumann (1995), que é através da coordenação motora que a criança conhece a própria corporeidade na relação com a sua mãe e, a partir disto, forma sua personalidade.

As autoras expõem o conceito de “enrolamento”, como um dos princípios da coordenação motora do bebê, o qual se dá quando a criança está reagrupada sobre si mesma o que a leva, progressivamente, à estruturação do ego, à autonomia e à conquista do mundo exterior.

Segundo Beziérs e Hunsinger (1994), no enrolamento, a cabeça e a bacia se deslocam, uma em direção a outra, através da atuação dos músculos flexores da parte anterior do tronco, localizados nos seguimentos do pescoço, do abdômen e do períneo. Os braços permanecem à frente e se enrolam por iniciativa própria. Caso o recém-nascido apresente algum desequilíbrio, não ocorrerá o enrolamento, ao contrário, observará a posição inversa, em extensão, na qual a cabeça e os braços ficam atirados para trás, o dorso arqueado e os músculos extensores endurecidos.



Figura 2 : Postura de enrolamento (p. 17).

A importância desta postura corresponde a primeira fase do desenvolvimento infantil que Neumann (1995) chama de Urobórico, fase na qual a energia psíquica movimenta-se em esquema circular.

À medida que a criança cresce, o Self que está projetado na mãe se desloca para a criança. Segundo Neumann (1995), é neste momento que, a partir da formação de um Self unitário, a criança nasce verdadeiramente. Por isso, na infância, com o surgimento do ego, institui-se um eixo fundamental para o desenvolvimento de uma personalidade, o eixo ego-Self:

Falamos de um eixo ego-Self porque o desenvolvimento psíquico e os processos que ocorrem entre os sistemas de consciência e do inconsciente e seus centros correspondentes, o Ego e o Self, são tais que os dois centros e sistemas se afastam e às vezes se aproximam um do outro [...] o eixo ego-Self encontra-se sempre em movimento, pois é afetado por toda e qualquer alteração na consciência. (p.40).

Quando ocorre uma falha no desenvolvimento do Self, haverá uma deficiência no eixo ego-Self, com a tendência para gerar uma patologia psíquica. Explica-nos o autor:

Uma relação primal insegura e a correspondente instabilidade do eixo ego-Self se expressam numa auto-representação negativa e num exagerado mecanismo de defesa do ego. Um deslocamento do eixo ego-Self na direção do Self pode levar a uma desintegração da personalidade com todos os fenômenos destrutivos característicos da psicose. (p.42).

O autor comenta também que nem sempre a falha está relacionada à mãe, pois também existe a forte influência da grande mãe arquetípica.

Uma mãe pessoal 'boa' pode tornar-se para o filho uma mãe 'terrível' pela preponderância de fatores negativos transpessoais, tais como uma doença ou uma calamidade. [...] Por esta razão, uma anamnese restrita a fatores personalísticos nunca é adequada para a compreensão do desenvolvimento, seja ele sadio ou não. Os fatores cruciais são sempre as experiências arquetípicas da criança e nunca apenas os dados objetivos e nisso reside o significado fundamental da percepção mitológica da criança e da interpretação característica da psicologia analítica. (p. 61-2)

Após a criança passar da fase embrionária pós-uterina ocorrem diversas mudanças com respeito ao desenvolvimento corporal, pois o amadurecimento do sistema nervoso motor em direção à postura ereta está relacionado com as primeiras manifestações do ego.

A partir do momento em que a criança alcança uma maior mobilidade com as mãos e os braços, consegue permanecer na postura sentada, além do surgimento dos primeiros dentes, a atitude deixa de ser passiva e torna-se cada vez mais ativa em relação ao mundo. Estes indícios motores mostram que o ego começou a se estruturar ou seja, o ego se estrutura junto com a estruturação corporal.

Neumann (1995) comenta que, neste processo, a criança afasta-se da Terra e volta-se para o Céu, pois, a partir do instante em que a criança senta, existe uma mudança de orientação que ocorre através dos órgãos sensoriais localizados na região da cabeça. O autor afirma também que ocorre a polarização entre os sistemas psíquicos conscientes e inconscientes:

A correlação entre essa separação e o corpo da criança provoca os seguintes esquemas característicos da orientação arcaica do mundo: por um lado, cabeça-ego-em-cima-céu, e por outro, polo inferior, instintos-escuridão-terra. Por essa razão, a situação conflitante da criança corres-

ponde, por um lado, à polarização da psique em sistema de cabeça, vontade, consciência e, por outro, ao mundo conflitante do inconsciente e seus instintos. (p.99)

O autor aborda o desenvolvimento da criança até adquirir a postura bípede e segue com a descrição de outros estágios do desenvolvimento do ego até alcançar a fase patriarcal da personalidade. Explica ainda que dentre as fases do matriarcado e patriarcado há subfases com o sentido de compreender o desenvolvimento do ego. Segundo Neumann (1995), as fases são:

- a) Estágio fálico-ctônico – tendo o arquétipo da Grande Mãe como Self e subdivide-se em:
 - Vegetativo – Passivo, quando a criança vive a fase urobórica com a mãe. Como a planta na terra.
 - Animal, momento mais ativo para a criança e quando começa a andar.
- b) Estágio mágico-fálico – a personalidade começa a se diferenciar, mas ainda não é independente da mãe.
- c) Estágio mágico-guerreiro; inicia uma oposição com o arquétipo da mãe e momento de transição do matriarcado para o patriarcado.
- d) Estágio solar-guerreiro do ego – quando há uma identificação com o arquétipo do pai.
- e) Estágio solar-racional do ego – momento de desenvolver o patriarcado.

Para alcançar a fase patriarcal é necessário que se dê, segundo o autor, a separação dos *Pais do Mundo*, que corresponde ao momento em que o filho se estabelece com um ego e que há a polarização do mundo através da consciência: “[...] com a emergência do arquétipo do pai como antítese do arquétipo da mãe anteriormente dominante que a

tensão entre polos de embaixo e em cima, de céu e terra, de consciência e inconsciente fica plenamente constelada” (NEUMANN, 1995, p.144).

Ainda ocorre, ao mesmo tempo, a independência do corpo devido à aquisição do movimento muscular voluntário. A pessoa se torna capaz, através da vontade consciente, de ter domínio sobre o corpo, passando agora a existir uma oposição entre o ego e o corpo:

A oposição entre ego e corpo, é como dissemos, uma condição original. O ser contido no uroboros e a supremacia desta sobre o ego significam, no nível corporal, que o ego e a consciência no princípio se encontram, de maneira contínua, à mercê dos instintos, impulsos e reações advindos do mundo do corpo. [...] À medida que se fortalece, ele se aparta cada vez mais do mundo do corpo. Isso termina por levar, como sabemos, a um estado de sistematização da consciência do ego, no qual todo o reino corporal é, em larga medida, inconsciente, e o sistema consciente é dissociado do corpo, que representa os processos inconscientes. (NEUMANN, 2010, p. 92)

No patriarcado, o Self aliado ao ego possui uma dinâmica que, independente do conteúdo da manifestação, sempre revelam uma atitude criativa, pois o Self aporta com o que há de novo, com os símbolos emergentes da psique e o ego vem para compreender, configurar e concretizar as imagens.

Conforme explica Neumann (1995), entre os símbolos do patriarcado estão aqueles que se relacionam com “atividade e movimento, agressividade e penetração, fecundação e destruição” e são imagens “O sol, a luz e o vento, o falo e a espada” (p. 148).

É preciso também considerar que todo símbolo apresenta em si uma dualidade e, por isso, o princípio masculino, ao mesmo tempo em que mostra uma faceta espiritual e superior também evidencia o seu lado sombrio e terreno, representada no fogo dos vulcões e nas divindades que emanam do céu flechas e relâmpagos, etc. Explica ainda

Neumann (2010) que um dos aspectos superiores e espirituais ligado ao desenvolvimento da consciência é o Céu:

O Céu é a morada dos deuses e dos gênios; é o mundo simbólico da luz da consciência, o contrário do mundo terreno do inconsciente e condicionador do corpo. Olhar e reconhecer são as funções características da consciência; a luz e o sol são os fatores celestes transpessoais que constituem a sua condição superior; o olho e a cabeça são os órgãos físicos ligados à discriminação consciente. (p. 225)

Como no patriarcado é estabelecida uma forte relação simbólica com o Céu e a Cabeça, é possível verificar que a criança, quando inicia a estruturação do ego, desenvolve sua motricidade, não fica mais à mercê do chão e começa a andar.

A corporeidade, portanto, através de um viés simbólico, abrange tanto os aspectos terrenos, no caso dos pés e membros inferiores, quanto às dimensões celestes, associadas à cabeça e as aspirações criativas, respectivamente, a esfera inconsciente e da consciência.

2. OBJETIVO E MÉTODO

2.1. Objetivo

O objetivo em relação à pesquisa foi buscar expressões, tanto nos internos da instituição psiquiátrica como nas pessoas participantes do grupo de improvisação em dança, que pudessem revelar uma experiência simbólica. Sendo que estas expressões serão observadas tanto na corporeidade quanto nas imagens trazidas nos desenhos.

2.2. Abordagem

A pesquisa baseia-se numa abordagem qualitativa que pressupõe um modelo interpretativo e compreensivo dos fenômenos. De acordo com Moreira (2002), o pesquisador irá analisar os dados a partir das perspectivas subjetivas dos envolvidos no estudo.

O autor explicita as características básicas da pesquisa qualitativa, que são:

- 1) Utiliza a interpretação em vez da quantificação.
- 2) Enfatiza a subjetividade em vez da objetividade.
- 3) Pressupõe uma flexibilidade no processo de conduzir a pesquisa, como existem situações complexas, não há como definir com exatidão os caminhos que a pesquisa percorrerá.
- 4) A ênfase está no processo, no entendimento e não no resultado.
- 5) Preocupa-se com o contexto.

- 6) Admite que o pesquisador exerça influência sobre a situação de pesquisa e é por ela também influenciado.

Segundo Penna, E. (2007), é importante que o pesquisador adquira um paradigma científico para respaldar a construção da pesquisa, sendo que a noção de paradigma se baseia em três elementos: ontologia, epistemologia e metodologia.

A pesquisa presente se detém no paradigma junguiano discutido por Penna, E. (2004, 2007), no qual tem como concepção ontológica o ser humano e a sua relação entre a consciência e o inconsciente.

Como base para a proposta epistemológica, tem-se que viabilizar o conhecimento vindo do inconsciente e, por isso, sustentar que o conhecimento científico e o autoconhecimento do pesquisador estão inseparáveis.

[...] a hipótese do inconsciente faz parte da concepção da psique e de ser humano, ocupa lugar central na epistemologia e, portanto, está necessariamente implicada no método. O método de investigação em Psicologia Analítica exige atenção e reflexão constantes sobre os aspectos inconscientes do pesquisador para assegurar que a pesquisa seja realizada de forma apropriada e eficiente. (PENNA, E., 2007, p. 128).

A partir do ponto de vista epistemológico da Psicologia Analítica, o conhecimento apenas é viável através da intermediação dos símbolos na consciência do pesquisador. Assim sendo, é fundamental realizar o processamento simbólico das manifestações, com o objetivo de tornar os conteúdos do inconsciente conhecidos pela consciência. Somente desta maneira há a produção de um conhecimento novo para a comunidade acadêmica. “O caráter inédito e relevante do conhecimento científico a ser produzido no processo da pesquisa reside nos aspectos inconscientes contidos no símbolo a ser investigado” (PENNA, E. 2007, p. 130).

Nesta trajetória, a relação pesquisador-pesquisado é vista como um par de opostos complementares, compreendendo dois sistemas em interação: o sistema pesquisador com seus aspectos conscientes e inconscientes e o sistema pesquisado, que é o fenômeno psíquico a ser conhecido (símbolo) com suas características conhecidas e desconhecidas.

Penna, E. (*Ibidem*, p. 132) elaborou uma figura para elucidar a dinâmica existente durante o processo da pesquisa:

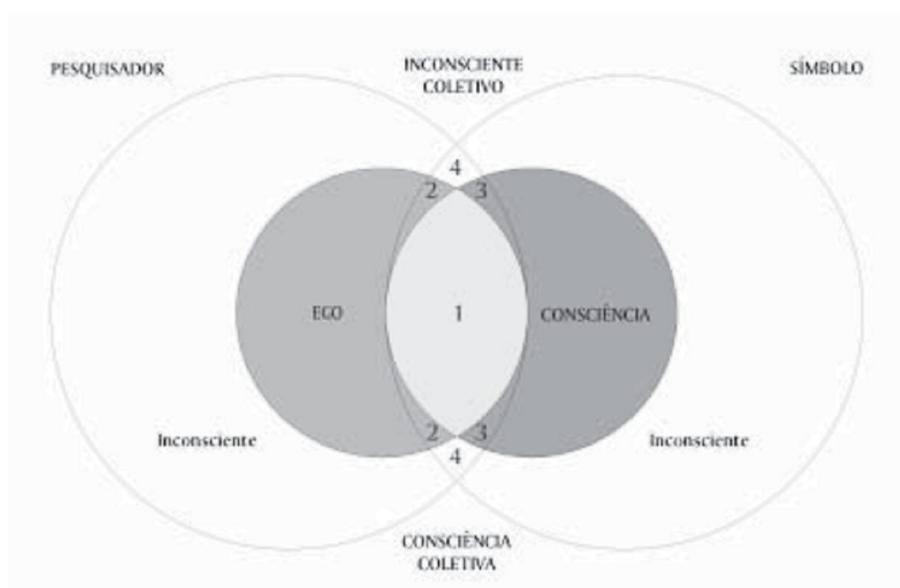


Figura 3 : Diagrama de Penna (2007)

1. o ego do pesquisador com a face reconhecível do símbolo;
2. o ego do pesquisador com a face desconhecida (inconsciente) do símbolo;
3. o inconsciente do pesquisador com a face manifesta do símbolo;
4. o inconsciente do pesquisador com os aspectos inconscientes do símbolo.

Essa perspectiva se mostra como uma relação dialética que diferencia o pesquisador e o objeto da pesquisa, mas não um em detrimento do outro, já que a produção do conhecimento não é dada pelo controle do ego e sim oriundo das camadas do inconsciente pessoal e coletivo.

2.3. Situação da pesquisa

2.3.1. Os participantes.

A pesquisa teve como participantes duas populações distintas que foram divididas entre Grupo I e Grupo II.

2.3.2. Grupo I:

Pessoas internas em uma clínica psiquiátrica localizada na cidade de Campinas – SP. As patologias psíquicas encontradas na instituição eram agrupadas em psicóticos, neuróticos e dependentes químicos, com as respectivas subdivisões existentes em cada patologia mental.

A Clínica atende pessoas adultas e de ambos os sexos.

2.3.3. Grupo II:

Constituído por mulheres universitárias de graduação e de pós-graduação da UNICAMP. Não foi identificada nas participantes qualquer patologia mental.

2.4. Coleta dos dados

2.4.1. Grupo I.

A coleta de dados dos internos da instituição psiquiátrica se deu tanto através do oferecimento de uma prática corporal como por meio da minha observação empírica no ambiente clínico.

O grupo de prática corporal aconteceu no período de quatro anos e com a frequência de duas vezes na semana, sendo a duração de uma hora.

Esta prática se respaldou na contemplação dos aspectos biopsíquicos do homem através de atividades que proporcionavam tanto um conhecimento da estrutura corporal como o trabalho criativo dado por meio dos jogos de improvisação e dos desenhos.

Outra forma de coletar dados se deu com a observação livre dos internos no ambiente clínico, sendo assim, as expressões foram vistas na rotina das pessoas e fora da prática corporal.

Segundo Triviños (1987, p. 153), observar é verificar algo específico dentro de um conjunto de situações, sendo “abstratamente separado de seu contexto para que, em sua dimensão singular, seja em seus atos, atividades, significados, relações, etc”.

O registro de campo ocorreu por meio das anotações escritas tanto após os grupos de prática corporal como depois da observação de algum fato onde houvesse uma movimentação que me sensibilizasse.

2.4.2. Grupo II.

Inicialmente, a proposta da pesquisa com este grupo era a de investigar sobre a importância do trabalho de criação para uma estruturação da postura corporal.

Como meio para a obtenção dos dados, realizei uma análise postural, baseado no Diagnóstico Clínico e Postural de Ângela Santos (2001), para avaliar a postura estática, realizada no início e no final do processo. Também, houve um registro de campo realizado por meio das anotações escritas após os trabalhos com o grupo e através da cópia dos desenhos realizadas pelas participantes durante os encontros. Além de dois questionários com perguntas abertas: um entregue antes dos encontros e outro no término.

Depois do término da pesquisa prática, convidei uma das participantes para que comentasse de forma livre sobre os seus desenhos realizados durante as vivências.

Após a execução das análises posturais, identifiquei que não houve uma melhora significativa da postura estática das participantes. Por conta disto, tais dados foram desconsiderados para efetuar a interpretação e discussão dos dados.

Assim, o objetivo inicial que era verificar a influência da prática de criação para a melhora da postura, foi modificado para buscar expressões que pudessem revelar uma experiência arquetípica.

As práticas aconteceram na sala ED – 03, do prédio anexo da Faculdade de Educação da Unicamp. O grupo iniciou em agosto de 2008 e finalizou em dezembro de 2008. No total, somaram dezesseis encontros, tendo a duração de uma hora e meia cada, com a frequência de uma vez na semana.

2.5. Procedimento

2.5.1. Grupo I.

A educação física passou a fazer parte da grade de atividades da *Clínica Vivência de Psiquiatria Dinâmica* no início do ano de 2004, a partir de solicitações dos próprios usuá-

rios e de uma crescente conscientização da equipe com relação à importância deste trabalho para a saúde mental.

O primeiro ano aconteceu com minha atuação e com carga horária de vinte horas semanais, de segunda a sábado. As práticas ocorriam no período da manhã e tinham, na época, um caráter experimental, para que, depois de algum tempo, fosse avaliada a aderência dos internos às atividades.

O grupo de atividade física tinha a duração média de uma hora, uma vez ao dia. Em 2004, o grupo acontecia no mesmo horário do grupo de terapia ocupacional e as pessoas escolhiam a prática de sua preferência.

A partir de 2005, a prática passou a ter um horário exclusivo, mantendo a duração de uma hora e com a frequência de duas vezes na semana.

É importante ressaltar que, numa instituição psiquiátrica as pessoas já estão com o seu inconsciente predominando sobre sua estrutura psíquica, o que pede cautela quanto à inserção de uma prática que priorize o trabalho com as imagens e a criação. Lembra Zimmerman (informação verbal)^{vi} que:

[...] tem também a questão da imagem corporal, do próprio esquema corporal, pessoas que estão em surto ou pessoas mais idosas perdem este esquema.[...] eu me lembrei do estágio que eu fiz na psiquiatria na Suíça, como realmente isto acontece, a pessoa olha para o próprio corpo ou parte do corpo como algo estranho. Ela não integra isto em uma imagem, ela está despedaçada.[...] Para nós aqui, a ideia é chegar no inconsciente e se abrir para as sequências de imagens. Mas, eles já estão no inconsciente e por demais. Não tem Eu para integrar. É necessário fazer a possibilidade de uma integração psíquica não verbal. Experiências que tenham um significado mais expressivo 'para que e não o por que?', eu imagino que alguma coisa, ao longo do trabalho, possa ficar mais claro através da movimentação e da música, também dos desenhos. Assim, começam aparecer pequenas luzes, mas *no caso dos psicóticos e dos droga-*

^{vi} Palestra ministrada em 2004 no ambulatório da Clínica Vivência pela Profa. Dra. Elisabeth Bauch Zimmermann e pelo Prof. Dr. Adilson Nascimento de Jesus com o tema que abordava o trabalho corporal e a saúde mental.

ditos, onde os limites estão muito tênues, é necessário dar uma continência, limites, aumentar o tônus muscular, mostrar que o chão existe e os apoios. [...] (grifo meu).

Aqui posso relatar alguns procedimentos criados durante a minha atuação na instituição para efetuar o trabalho corporal na psiquiatria:

O primeiro ponto é deixar as pessoas livres com respeito a realização das atividades, pois, na doença mental, devido à imersão da consciência no inconsciente, existe o sentimento de medo constante e a tendência a certo isolamento. Assim, é necessário expor o indivíduo somente quando ele estiver à vontade com as práticas, pois, só então, é possível adquirir a segurança emocional necessária para se expressar.

O segundo ponto a considerar é que, antes de iniciar a prática criativa, faz-se imprescindível conduzir o trabalho de modo que as pessoas conheçam a estrutura corporal e percebam o corpo de maneira integrada, pois, conforme Zimmerman relatou acima, quando o caos psíquico está constelado, a tendência é sentir os segmentos corporais dissociados entre eles, da mesma maneira que ocorre a fragmentação do ego. Por isso, o trabalho a ser realizado deve contemplar:

- os limites corporais através da pele;
- a percepção de todas as articulações e as ligações delas com os outros segmentos do corpo;
- o sentimento que se tem um tônus muscular;
- o trabalho em duplas; uma conduta do trabalho criativo através de jogos, o que ajuda a condicionar algumas regras.

O terceiro ponto é começar as atividades com a base do corpo: os pés e as pernas, pois, sendo estas estruturas simbolicamente associadas à esfera inconsciente da psique, é necessário fazer com que a pessoa sinta o chão como base e não como algo que pode trazê-la para baixo, através da atuação da força da gravidade terrena sobre o corpo.

Todas as atividades realizadas estão expostas no capítulo 3.

2.5.2. Grupo II.

A constituição do grupo foi realizada através da divulgação da prática com fim de conseguir pessoas interessadas em participar da pesquisa. Foi realizado um texto (ANEXO I) contendo uma breve explicação dos objetivos gerais do trabalho e convidando a participar da proposta. A divulgação se deu pela internet para os alunos da UNICAMP através do encaminhamento das secretárias de pós graduação de todos os institutos da universidade. Os interessados entraram em contato por e-mail e, por existir mais pessoas interessadas do que o número de vagas, foi realizado uma pré-seleção, via internet, por meio de uma explicação mais detalhada da pesquisa, um resumo da minha trajetória profissional e um questionário (ANEXO II) contendo perguntas abertas. Através das respostas, foram selecionadas 12 pessoas que demonstraram uma preferência pela prática de improvisação e dança.

No primeiro dia de encontro, foi explicado novamente o intuito da pesquisa e uma apresentação de todos os participantes. Também exposto a necessidade da assinatura referente ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (ANEXO III).

No decorrer das práticas, constelou uma segunda seleção, sendo esta dada de forma mais espontânea, já que algumas pessoas não deram continuidade ao trabalho e outras duas pessoas entraram depois de alguns encontros.

As práticas realizadas com o grupo tinham como base para o aquecimento as técnicas de Pilates. Após, havia atividades que seguiam uma estrutura que começava na terra: com os pés, pernas e os apoios do corpo no chão, seguindo com o trabalho dos membros superiores, tronco até a cabeça. E chamei de Céu, o momento de criação de

movimentos. Como referência didática me inspirei na trajetória apresentada por Gouvêa (2004)^{vii} na sua dissertação de mestrado que fez uso do *corpo-árvore*:

O trajeto visível segue do plano inferior, baixo ou horizontal para o plano médio (altura da cintura pélvica) e deste para o plano superior, alto ou vertical (acima da linha da cintura pélvica, em pé e/ou saltando). É preciso explorar cada nível espacial antes de passar para o seguinte (direções, profundidade, intensidade, apoios etc. (p. 114).

Todas as atividades realizadas estão expostas no capítulo 3.

2.6. Interpretação dos dados

A compreensão dos dados se baseou no trabalho desenvolvido por Penna, onde se visualiza as interfaces entre o paradigma junguiano com a metodologia da pesquisa qualitativa.

Para Penna (2005), a análise dos dados na Psicologia Analítica se detém na leitura simbólica, já que o símbolo, segundo Jung (1991, 2002b), é um canal de conhecimento para uma realidade ainda desconhecida. O símbolo ativa a função psíquica que realiza a transformação dos conteúdos inconscientes em material consciente, através da ação coordenada pelo ego.

Neste contexto, o pesquisador tem a função de interpretar os símbolos observados com o objetivo de tornar conscientes os fenômenos ainda inconscientes. Penna (2005) comenta que a tradução dos símbolos acontece através de um pensamento simbólico

^{vii} Prática corporeoenergética para a Improvisação de Dança: uma via para a manifestação da criatividade. Dissertação de mestrado, defendida no Instituto de Artes da Unicamp.

que funciona por analogias, associações e comparações entre as áreas do conhecimento e as funções da consciência. A autora chama de “processamento simbólico” a forma para se compreender os dados. Assim:

[...] promove uma produção de conhecimento de ordem intelectual, perceptiva, valorativa e intuitiva. Desta forma, mais que um pensamento simbólico, como foi proposto por Jung, trata-se de um processamento simbólico do material (PENNA, 2005, p.87).

Segundo Parisi (2009), a amplificação do símbolo é utilizada na Psicologia Analítica com o intuito de traduzir e interpretar o material simbólico. Tal amplificação se constituiu em analisar e comparar os dados a partir de referenciais mitológicos, históricos e culturais para alcançar nas imagens abordadas um parâmetro arquetípico. Com isto, torna-se possível trazer algo que é individual para o coletivo.

Os símbolos abordados nesta pesquisa surgiram, primeiramente, a partir das minhas imagens das árvores que desenhei e pintei ao longo dos últimos anos, como já exposto no memorial. Tais imagens foram fundamentais para conduzir a pesquisa, já que a escolha do material para efetuar a amplificação simbólica, de alguma maneira, apresentou relação com as imagens pessoais. Também se considera nesta pesquisa a interação existente entre a imagem da árvore e os símbolos do Céu e da Terra.

Neste sentido, pode-se dizer que a proposta de Penna (2007) foi contemplada.

O pesquisador participa ativamente no processo da pesquisa interagindo com os aspectos conscientes e inconscientes do fenômeno pesquisado. Assim, os elementos conscientes e inconscientes do próprio pesquisador têm papel importante durante todo o processo, uma vez que conhecimento e autoconhecimento são indissociáveis. Portanto, pode-se supor, como parte integrante da pesquisa, a participação da personalidade do pesquisador em todas as etapas do processo. (p. 129)

As imagens das árvores, como elementos provenientes do meu inconsciente, também foram fundamentais para estruturar as práticas corporais realizadas tanto para os

internos da instituição psiquiátrica como para o grupo de improvisação em dança. Assim, tornou-se possível elaborar um olhar simbólico frente às execuções e manifestações ocorridas durante os grupos.

3. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS DADOS

3.1. As práticas corporais

As práticas foram construídas através da relação existente do ser humano com o arquétipo da árvore.

A árvore apresenta suas raízes no solo e seus galhos voltados para cima. “A árvore é universalmente considerada como símbolo das relações que se estabelecem entre a terra e céu” (CHEVALIER & GHEERBRANT, 2002, p. 84). Assim, como o homem que tem seus pés fincados no chão e o topo da cabeça para o alto, tendo a coluna vertebral como uma estrutura na relação entre os opostos de cima e embaixo.

Assim, uma postura saudável que mantém a curvatura natural da coluna e com menos esforços musculares e compensações para se manter na postura bípede, contém: um alongamento axial, uma força ativa na região abdominal e uma boa sustentação na região dos quadríceps.

Neste sentido, a coluna vertebral está ligada a um aspecto estrutural: eixo do corpo que possibilita uma comunicação entre os membros inferiores com os membros superiores, tronco, pescoço e cabeça. No aspecto simbólico, é a relação entre a consciência e o inconsciente. “A noção de verticalidade, que preside a essa orientação do símbolo [...] para fazer da coluna o símbolo da afirmação do Self” (CHEVALIER & GHEERBRANT, 2002, pg. 265).

Uma pessoa que deseja ter uma educação do corpo e uma comunicação entre aspectos inconscientes com os da consciência, é fundamental trabalhar a relação entre os símbolos da Terra e do Céu.

Por isso, a prática corporal também deve contemplar um trabalho voltado para a criatividade. Sendo que no trabalho com corpo, as práticas de criação voltam para a possibilidade do indivíduo em se expressar livremente os seus movimentos e manifestar nas imagens corporais seus conteúdos psíquicos.

Ao expressar suas experiências internas, o homem compreende melhor o caráter de suas imagens que se geram em sua psique, graças às quais pode-se relacionar com a criação exterior. Assim, não se podem separar as ações externas das experiências internas, porque a essência de ambas é a integração e a integridade. (WOSIEN, 1997, p. 12).

3.1.1. Prática Corporal na Psiquiatria

Como já considerado na metodologia, foi fundamental para este grupo começar as atividades com a base do corpo: os pés e as pernas, pois: “todas estas relações entre pernas, joelhos e pés nos põem em contato com a nossa mãe interna, com a terra, com o nosso enraizamento na matéria” (LELOUP: 2005; p. 65).

Sendo tais estruturas simbolicamente associadas à esfera inconsciente da psique, é necessário fazer com que a pessoa sinta o chão como base e não como algo que pode trazê-la para baixo, através da atuação da força da gravidade terrena sobre o corpo.

As práticas corporais na psiquiatria estão constituídas em dois momentos:

- **Terra:** que contempla uma preparação corporal, dividida no Aquecimento; Toque; Alongamento e Exploração das dimensões espaciais e temporais.

- **Céu:** momento de criação, constituídos através dos Jogos de Improvisação e os Desenhos.

TERRA

Aquecimento

- a) Iniciar a prática com as pessoas numa formação circular e de mãos dadas. Antes de prosseguir com os movimentos, perguntar como se sentem e, mais especificamente, se existe alguma dor ou sensação vinda do corpo.
- b) Espreguiçar o corpo. A prática era direcionada com a imagem dos movimentos dos gatos e dos cachorros se espreguiçando;
- c) Solicitar que os participantes percebam os apoios plantares sem movimento e quais segmentos dos pés eles apoiam mais no chão: os calcanhares ou os dedos; a borda lateral interna ou a externa. Após esta prática, pedir para sentirem o apoio de toda a planta de maneira uniforme, respeitando a anatomia mais saudável dos pés, mantendo contato uniforme dos pés com o chão;
- d) Flexão dos dedos em apoio no solo;



Figura 4 : Flexão dos dedos

e) Rotação dos tornozelos;



Figura 5 : Rotação dos tornozelos

f) Para o trabalho com as articulações dos joelhos, realizar a flexão de um dos joelhos juntamente com a flexão do pé e alternar as pernas na sequência;



Figura 6 : Flexão joelhos

- g) Com as pernas posicionadas na linha dos quadris e com o tronco em flexão e mãos apoiadas sobre os joelhos, realizar a rotação dos joelhos com repetições de um lado e depois para o outro;



Figura 7 : Rotação joelhos

- h) Com as pernas também posicionadas na linha do quadril, retirar uma delas do chão e manter-se em equilíbrio sobre uma das pernas, movimentando para frente e para trás a perna suspensa e mantendo flexionados os joelhos, para mobilizar a articulação entre quadril e perna. Repetir do outro lado. Depois, realizar o movimento de adução e abdução com cada perna suspensa;



Figura 8 : membros inferiores frente e trás; adução e abdução.

- i) Mobilização da articulação do quadril de um lado para o outro, seguida de rotação.



Figura 9 : Mobilização quadris

- j) Aproximar ambos os ombros na região anterior do tronco e depois colocá-los para trás. Este movimento serve para que as pessoas percebam a mobilização tanto dos ombros quanto das escápulas;



Figura 10 : Abertura e aproximação ombro

k) Para os ombros, especificamente, elevar ambos seguida de relaxamento;



Figura 11 : Elevar e relaxar os ombros

l) Rotação dos braços e ombros;



Figura 12 : Rotação braços e ombros

m) Flexão e extensão dos cotovelos;



Figura 13 : Flexão e extensão dos cotovelos

- n) Abrir e fechar os dedos das mãos. Juntar as mãos, entrelaçar os dedos e realizar a rotação de punho para ambos os lados;



Figura 14 : Abrir e fechar os dedos das mãos



Figura 15 : Rotação punhos

- o) Mobilização do pescoço de um lado para o outro. Seguida de uma circundução para ambas as direções.



Figura 16 : Pescoço de um lado para outro



Figura 17 : Circundunção pescoço

Toque

O toque é proposto ao grupo para conceder aos participantes um conhecimento dos limites corporais e também sentir o tônus da musculatura. Tem o objetivo de proporcionar uma maior aproximação dos integrantes quando realizado em duplas, pois, conforme explica Montagu (1988, p.13) “As comunicações que transmitimos por meio do toque constituem o mais poderoso meio de criar relacionamentos humanos”. Passemos às etapas:

- a. Com uma bolinha de tênis, na postura de pé, um dos pés é apoiado e desliza sobre a bola. O joelho da outra perna se mantém ligeiramente flexionado. Após des-

- lizar e expirar, colocar todo o peso sobre a bolinha. Repetir até que a planta inteira do pé seja pressionada. Antes de trocar de pé, notar a diferença entre o pé que acabou de realizar o exercício e o outro que ainda não o fez. Repetir com o outro pé e, depois, comparar novamente.
- b. Em pé, palmear o corpo com as mãos que devem estar em forma de uma concha. Iniciar no trapézio e percorrer para um dos braços. Repetir para o outro lado. Flexionar o tronco, palmear a região da lombar. Sentado sobre os ísquios, palmear uma das pernas tanto na parte anterior quanto na posterior e, por último o pé. Repetir com a outra perna.
 - c. Em duplas, enquanto uma pessoa permanece na posição de decúbito dorsal, a outra toca a parte abdominal para acentuar a percepção da respiração de quem está deitada. Depois, desloca o apoio das mãos para a região das costelas e, em seguida, para o tórax. A pessoa que está deitada deve respirar no local em que está sendo tocada.
 - d. Em duplas, enquanto uma pessoa se situa na posição em decúbito dorsal, a outra mobiliza as articulações de todo o corpo. Quem está deitado deve manter-se relaxado e deixar o corpo bem solto para que, quem manipula, faça os movimentos sem indução. Inicia-se pelas articulações dos dedos das mãos – punho – cotovelo – ombros – escápulas. Troca de braço. Depois, dedos dos pés – tornozelos – joelhos - coxofemural. Troca de perna. Por último, pescoço. Uma observação importante de registrar é que houve necessidade dessa prática ser realizada em três pessoas.
 - e. Em duplas, uma pessoa se posiciona em decúbito ventral. Com a polpa do polegar, a outra faz três círculos em volta da cada uma das vértebras. Inicia na região da cervical e desce até o segmento lombar. Repetir 03 vezes essa sequência. Na musculatura paravertebral, pressionar com as duas polpas dos polegares tendo início no segmento da cervical e com término na musculatura lombar. Repetir três

- vezes. Por último, com pressão de toda a mão, pressionar as musculaturas laterais das costas. Repetir três vezes.
- f. Em duplas, passar as mãos rapidamente e sem perder o contato sobre todo dorso da pessoa, com o intuito de deslizar. Inicia na cervical e encerra no segmento lombar. Quantas vezes a pessoa quiser.
 - g. Com as pessoas em formação circular e sentadas com as pernas cruzadas a frente do tronco, realizar um deslizamento com as mãos sobre toda a região dorsal, seguir para uma tapotagem^{viii} e massagear a musculatura do trapézio. Quando o número de participantes não era suficiente para fazer um círculo, era formada uma fila e, depois, invertia-se a posição das pessoas para o outro lado.
 - h. Com uma folha de papel A4 realizar o contorno de cada pé e mão com lápis de cor. Com uma folha de papel tipo Craft, colocar uma pessoa deitada em decúbito dorsal e outra realizar o contorno do corpo na folha.

Alongamentos

Na postura em pé:

- a. Com as pernas posicionadas na linha do quadril, flexionar o tronco para frente. Manter o pescoço, ombros e braços relaxados. Os apoios dos pés devem ser distribuídos por toda a planta.

^{viii} Técnica que consiste em bater ritmicamente sobre o tórax tendo a mão em forma de uma concha.



Figura 18 : Alongamento musculatura posterior

- b. Mesma posição, mas com uma perna cruzada à frente da outra. Trocar as pernas e repetir.



Figura 19 : Alongamento musculatura posterior com pernas cruzadas

- c. Segurar um dos pés com as mãos atrás na direção dos glúteos. Manter o joelho da perna de apoio ligeiramente flexionado. Repetir com a outra perna. Quando a

peessoa não conseguia manter-se em equilíbrio, tal postura era feita em duplas ou com apoio na parede.



Figura 20 : Alongamento musculatura quadríceps

- d. Com as pernas afastadas, um pouco além da linha do quadril, inclinar o tronco para a lateral com as mãos na cintura. Repetir para o outro lado.



Figura 21 : Alongamento das musculaturas dorsais

- e. Mesma posição de pernas, mas com tronco flexionado à frente e lateralmente com as mãos em apoio em uma das pernas. Repetir para o outro lado.



Figura 22 : Alongamento musculatura posterior com cruzamento de braços

- f. Segurar as mãos atrás do tronco com os braços estendidos e tentar elevar um pouco os braços.



Figura 23 : Alongamento musculatura peitoral

- g. Posicionar um dos braços estendidos e com o outro aproximar o braço no tronco, manter a posição. Repetir para o outro lado.



Figura 24 : Alongamento musculatura do tríceps e deltóide

- h. Manter um dos braços estendidos perpendicular e a frente do tronco, manter o membro na posição de supinação. Com a outra mão, flexionar os dedos para o alongamento da musculatura do antebraço. Repetir para o outro lado.



Figura 25 : Alongamento musculatura antebraço e bíceps

- i. Para as musculaturas do pescoço e trapézio, posicionar uma das mãos na lateral da cabeça e trazer o pescoço do lado oposto desta mão na direção aos ombros. Repetir para o outro lado.



Figura 26 : Alongamento musculatura pescoço

- j. Mesmo exercício, mas com uma leve inclinação do pescoço com o nariz apontando para baixo. Repetir para o outro lado.



Figura 27 : Alongamento musculatura pescoço inclinado

- k. Com ambas as mãos apoiadas sobre o topo da cabeça, flexionar o pescoço e aproximar queixo ao peitoral, sem colocar força.



Figura 28 : Alongamento musculatura pescoço com apoio de mãos

Na postura sentada:

- l. Realizar os mesmos exercícios de alongamento da musculatura de pescoço e trapézio, braços e mãos, mas na posição sentada com ambas as pernas flexionadas à frente do tronco. Coluna bem alinhada e ombros relaxados.
- m. Com os ísquios bem apoiados ao solo, ambas as pernas flexionadas à frente do tronco, inclinar lateralmente o tronco para um dos lados, sendo que este movimento pode ser realizado com o braço estendido ao oposto da inclinação do tronco posicionado ao lado da orelha. Repetir para o outro lado.



Figura 29 : Alongamento interno de coxas, braços e cintura

- n. Mesma posição de tronco e pernas, mas com uma leve inclinação de tronco com o nariz apontando para o chão.



Figura 30 : Alongamento interno de coxas e cintura

- o. Sentado com os ísquios bem apoiados no solo, pernas flexionadas e pés unidos pelas plantas dos pés, inclinar o tronco para frente. Manter o pescoço e ombros bem relaxados.



Figura 31 : Alongamento interno de coxas e musculatura posterior

- p. Sentado com os ísquios bem apoiados no solo, afastar ambas as pernas, manter os joelhos para cima e inclinar, vagarosamente, o tronco para baixo.



Figura 32 : Alongamentos internos de coxas

- q. Mesma posição de pernas, mas com inclinação lateral de tronco. Manter a musculatura do pescoço relaxada.



Figura 33 : Alongamento interno de coxas com inclinação do tronco

- r. Com ambas as pernas estendidas e na posição perpendicular ao tronco, inclinar o tronco na direção das pernas. Manter ombros relaxados e ísquios bem apoiados ao solo.



Figura 34 : Alongamento musculatura posterior na posição sentada

- s. Mesma posição de pernas, manter os braços atrás do tronco com as mãos apoiadas no chão e retirar somente os calcanhares do chão.



Figura 35 : Alongamento musculatura posterior com retirada dos pés

Exploração das dimensões espaciais e temporais do corpo

- a. Rolamento do corpo inteiro com os braços estendidos ao lado das orelhas na posição deitada sobre os colchonetes;
- b. Engatinhar sobre os colchonetes;
- c. Engatinhar com o tronco para cima sobre os colchonetes;
- d. Deslocamento somente com as plantas dos pés e os apoios das mãos;
- e. Corpo se movimenta para frente e para trás, sem realizar flexão das articulações de joelhos e quadris e sem deslocamento no espaço;
- f. Na postura em pé, caminhada lenta; caminhada lenta para trás; caminhada com passos pequenos para frente e para trás; caminhada com passos largos para frente

- e para trás; caminhada na ponta dos pés; caminhada somente com apoio dos calcanhares;
- g. Caminhada com a intenção de movimento pesado; caminhada com a intenção de movimento leve;
 - h. Apoio na postura em pé somente numa perna e exploração dos movimentos nessa posição;
 - i. Corpo para frente com a intenção de se jogar, mas recupera com flexão dos joelhos; corpo para trás com a intenção da queda, mas com pausa do movimento;
 - j. Movimentos do quadril: rotação, para frente e para trás;
 - k. Movimentos do tronco: na lateral e de torção;
 - l. Movimentação do quadril para frente e para o lado; Deslocamento pelo espaço tendo como foco a realização de movimentos contraídos alternando com movimentos relaxados;
 - m. Deslocamento alternando entre movimentos retos e curvos; movimentos retos e leves; movimentos curvos e pesados; movimentos retos e pesados e movimento curvos e leves;
 - n. Caminhar somente quando estiver inspirando. Realizar o mesmo, mas na expiração.

CÉU

Jogos de improvisação

- a. Em dupla, uma pessoa de frente para a outra. Enquanto uma realiza o movimento a outra a imita. Após o comando, invertem-se as posições.

- b. Em duplas, uma pessoa toca e a outra responde através de uma movimentação. Após o comando externo, trocam as funções.
- c. Em duplas, uma pessoa tem a função de hipnotizar outra dando estímulos sem tocá-la para que a movimentação livre aconteça. Depois, trocar as funções.
- d. Em duplas, uma pessoa fica disposta para a outra mobilizar as suas articulações e montar uma postura. Ao finalizar, quem foi manipulado desmonta a posição. Depois, trocar as funções.
- e. Num pequeno grupo, de três a cinco pessoas, quem se situa na frente deve realizar uma movimentação livre. As outras a seguem, formando uma espécie de cardume. Quem está à frente passa a liderança ao virar dando espaço para o comando de outra. Essa prática também foi realizada com todas as pessoas do grupo.
- f. Com o grupo em círculo, uma pessoa realiza um movimento livre para a pessoa ao lado, em sentido horário. A que recebe o movimento, observará e fará uma movimentação para a próxima pessoa. Depois, de todas as pessoas já tiverem realizado, repetir a prática, mas sem uma ordem estabelecida. Cada pessoa mostra o movimento para quem estiver na roda.
- g. Com as pessoas em círculo segurando um pedaço grande de barbante, formar uma espécie de teia no interior da roda. Uma pessoa permanece fora e deve entrar e atravessar o trajeto sem tocar o fio. Os outros devem, através do comando de voz de outra pessoa, andar para o lado direito ou esquerdo, com as mãos acima ou abaixo.
- h. Todas as pessoas retiram os sapatos e eles eram misturados todos num centro. Depois de um sinal, cada pessoa deve pegar dois sapatos, sem necessariamente estarem pareados, e calçá-los. Assim, cada pessoa deve parear os sapatos com outra pessoa.
- i. Imaginar uma bola e, a partir da formação circular das pessoas, jogá-la. Através do comando de voz a bola ora era pesada, ora leve.

-
- j. Passar uma bexiga entre os participantes. A passada era feita com as mãos, com os pés, com os ombros, cotovelos ou a cabeça.
 - k. Escrever o próprio nome com o corpo, menos com a mão.
 - l. Dividir os participantes em duas turmas. Um como fotógrafo e outro faz uma pose. Depois trocar.
 - m. Realizar uma caminhada que expressa um sentimento. Exemplos: Uma pessoa triste, uma alegre. Com dor. Com raiva.
 - n. Uma pessoa era escolhida para ser o pegador. E os outros deveriam correr dele. Assim que uma pessoa era pega, ela se juntava ao pegador com as mãos dadas. Assim, havia a formação de uma corrente humana. O jogo finalizava quando todos participantes estavam de mãos dadas.
 - o. As pessoas formam um círculo, de modo que os ombros de todos deviam se tocar. Uma pessoa permanece no centro e deve soltar o corpo para que as pessoas que estão no círculo a peguem e a impulsionem para o outro lado.
 - p. Em um círculo, as pessoas mantinham as mãos dadas e os olhos fechados. Um primeiro participante deveria ser escolhido para iniciar a prática através de um aperto de mão. A pessoa que o recebeu deveria seguir este aperto para o sujeito ao lado. Assim, formava um ritmo através dos toques.
 - q. Dividia os participantes em duas turmas: uma era chamado de queijo e a outra turma eram os ratos. Quem fosse queijo deveria se posicionar mantendo um contato corporal. A seguir, os ratos precisavam preencher com os próprios corpos os espaços que havia no queijo. Depois, trocava as funções.

Desenhos^{ix}

Este é um momento dedicado à expressão através de desenhos livres^x feitos em folha de sulfite A4, com giz de cera colorido. Após finalizar o desenho, era sugerido que colocassem atrás da folha palavras ou frases que surgissem naquele momento.

- a. Em duplas, realizar uma movimentação livre a partir da imagem feita do próprio desenho.
- b. Em duplas, os desenhos são trocados e uma pessoa comenta sobre o desenho da outra em cima das seguintes afirmativas: “O que eu vejo. O que eu sinto. O que eu imagino”. Depois, a dupla conversa entre si.
- c. Em duplas, uma conversa livre para comentar sobre o próprio desenho e o desenho da outra.

É importante ressaltar que os desenhos realizados pelos internos da Clínica não foram utilizados nas análises, principalmente por não estarem em uma sequência cronológica^{xi}. No entanto, foram selecionados alguns que se encontram no ANEXO IV.

^{ix} Algum dos desenhos realizados estão em ANEXO VI.

^x Técnica adquiridas através da minha experiência no Gedan (2004-2007) com Prof. Dr. Adilson Nascimento de Jesus, Faculdade de Educação Física e na Faculdade de Educação, ambas na Unicamp. E também, na disciplina Tópicos Especiais em Artes Corporais realizada no ano de 2004, no Instituto de Artes da Unicamp ministrada pela Profa. Dra. Elisabeth Bauch Zimmermann.

^{xi} Assunto que será abordado no capítulo com as considerações.

3.1.2. Grupo de improvisação em dança.

As práticas realizadas com este grupo também contemplaram a imagem da árvore e seguiram a mesma estrutura do grupo anterior, separadas em dois momentos: **a Terra e o Céu.**

No entanto, houve algumas diferenças. No momento voltado para o aquecimento utilizei as técnicas de Pilates e não era necessário iniciar as práticas sempre na postura em pé. Também, acrescentei uma parte chamada de Movimentos Meditativos e o momento destinado a criação foi baseado no trabalho de improvisação em dança.

TERRA

Pilates^{xii}

Técnicas Fundamentais do Pilates:

- a. *Respiração*: Inspiração pelas narinas e expiração pela boca, com contração do transverso do abdome. Na postura sentada, com as pernas cruzadas a frente. Apoio das mãos abaixo do umbigo para melhor perceber a contração da musculatura abdominal;
- b. *Posição da pelve*: Mantida na posição neutra. Para isto, deitar em decúbito dorsal com flexão das pernas e braços ao longo do tronco. Balançar a pelve numa pequena inclinação anterior e posterior. Localizar a pelve neutra que é um ponto no meio entre as duas inclinações;
- c. *Posição da caixa torácica*: Deitada em decúbito dorsal, manter a caixa torácica relaxada;

^{xii} Técnicas aprendidas no curso de formação de professores de Pilates da Metacorpus -SP, realizado em Março de 2008.

d. *Posição da escápula*: Deitada em decúbito dorsal, manter os braços estendidos, alinhados aos ombros e 90° com relação ao tronco. Realize o movimento de protração (retirar a escápula do solo) e retração (encostar ao solo); Sentada e apoiada sobre os isquios realizar os movimentos de elevação e depressão dos ombros;

Exercícios de Pilates solo:

- a) *Posição da cabeça e pescoço*: Deitada em decúbito dorsal, levar o queixo ligeiramente inclinado para baixo, com a intenção se sentir um alongamento da musculatura posterior do pescoço;
- b) *Rolamento do quadril*: Deitada em decúbito dorsal, pelve neutra, joelhos flexionados, pés afastados e alinhados com os quadris. Braços ao lado do corpo. Inspire. Ao expirar, flexione a coluna lombar trazendo o cóccix em direção ao teto e estenda a coluna até sentir o peso na região torácica. Inspire mantendo a posição. Expire e articule a coluna sequencialmente começando pela região torácica até retornar à posição neutra. Repetir seis vezes.
- c) *Rotação da coluna*: Em decúbito lateral, braços estendidos para frente na altura dos ombros, palmas das mãos unidas e joelhos flexionados. Inspire. Ao expirar gire o braço em direção ao teto seguindo até a torção do tronco do lado oposto ao início. Inspire e retorne na expiração. Repetir seis vezes de cada lado.
- d) *Gato*: Em quatro apoios, cabeça alinhada com a coluna. Inspire. Ao expirar contraia o abdome em direção à coluna até que possa olhar para o umbigo. Inspire e mantenha a posição. Expire, articulando sequencialmente a coluna até uma ligeira extensão e retorne a posição inicial. Verifique se está apoiada igualmente em ambos os braços. Repetir seis vezes.

-
- e) *Mobilização lateral da coluna*: Sentada sobre os ísquios com as pernas flexionadas a frente do corpo, braços nas laterais do tronco. Inspirar. Ao expirar, elevar um dos braços até a linha do ombro e seguir com a elevação dos braços junto com a inclinação lateral do tronco. É importante não deixar os ísquios saírem do solo. Inspire no alongamento e expire ao retornar o tronco e o braço. Repetir seis vezes para cada lado.
- f) *Mobilização da coluna para frente*: Sentada sobre os ísquios, com a coluna alinhada. Pernas estendidas e unidas à frente. Braços a frente do tronco. Inspire. Ao expirar, desloque o tronco para frente. Inspire na posição e expire retornando até a posição de início. Repetir seis vezes. Esse exercício também pode ser realizado na postura em pé.
- g) *Rolamento parcial para trás*: Sentada, joelhos flexionados, pés paralelos, coluna alinhada, braços na altura nos ombros e a frente do tronco. Inspire. Ao expirar, trazer o queixo para baixo e iniciar o rolamento da coluna para trás. Continue até manter a flexão lombar, o abdome contraído e os pés apoiados no chão. Inspire. Ao expirar, retorne desenrolando a coluna até alinhá-la. Repetir oito vezes.
- h) *Elevação da perna para frente*: Deitada em decúbito dorsal, manter um joelho flexionado e a outra perna estendida ao solo e alinhada com os quadris. Inspire. Ao expirar, eleve a perna estendida até uma altura em que a pelve não saia do chão. Inspire com a sustentação da perna e na expiração retorne a perna sem tocá-la ao solo. Repetir seis vezes para cada lado. Caso a pessoa tenha um bom controle da pelve, faça o movimento com as duas pernas estendidas.
- i) *Círculo com a perna*: Deitada em decúbito dorsal, uma perna estendida e a outra com o joelho flexionado. Braços apoiados ao longo do corpo. Inspire. Ao expirar, eleve a perna estendida até o teto e depois faça um círculo para fora até retornar ao solo. Importante não deixar a pelve se deslocar do chão, por isso indicado realizar círculos pequenos. Caso a pessoa tenha um bom controle da pelve, faça o movimento com as

- duas pernas estendidas. Repetir seis vezes para cada lado e depois inverter o sentido da rotação do círculo também para cada uma das pernas.
- j) *Chute para frente e para trás*: Deitada em decúbito lateral, com a cabeça apoiada sobre o braço, coluna e pelve neutras, escápula estabilizada, e o outro braço apoiado a frente do corpo no chão. Pernas estendidas – a de cima abduzida na linha dos quadris. Inspire. Ao expirar, traga a perna que está em cima para o centro. Inspire na posição. Expire retornando a postura inicial. Cada pessoa faz a amplitude da perna conforme os quadris se mantenham estáveis. Repetir seis vezes para cada lado.
- k) *Abrir e fechar a perna*: Deitada em decúbito lateral, com a cabeça apoiada sobre o braço, coluna e pelve neutras, escápula estabilizada, e o outro braço apoiado a frente do corpo no chão. Pernas estendidas e unidas na linha do quadril. Inspire. Ao expirar, afaste a perna de cima até uma altura em que a pelve se mantenha estável. Inspire na posição. Expire retornando a postura inicial. Repetir seis vezes para cada lado.
- l) *Pernas fechadas no ar*: Deitada em decúbito lateral, com a cabeça apoiada sobre o braço, coluna e pelve neutras, escápula estabilizada, e o outro braço apoiado a frente do corpo no chão. Pernas estendidas e unidas na linha dos quadris. Inspire. Ao expirar eleve a perna sobreposta em cima, depois, eleve a perna de baixo até encontrar com a de cima. Inspire nessa posição. Ao expirar novamente, desça as duas pernas unidas até o apoio. Repetir seis vezes para cada lado.
- m) *Nado*: Em decúbito ventral, coluna e pelve neutras, braços e pernas estendidos. Inspire na posição. Ao expirar eleve um braço do chão e a perna oposta. Inspira e alterne na expiração. Nesse movimento é necessária uma contração das musculaturas dos glúteos para que a região lombar não seja prejudicada. Repetir seis vezes para cada lado.
- n) *Retirada dos joelhos*: Em quatro apoios, com a coluna e a pelve neutras. Dedos fletidos no chão. Inspire. Ao expirar, retire os joelhos do chão. Inspire e permaneça na posição. Ao expirar, retorne os joelhos no solo. Repetir seis vezes.

o) *Equilíbrio:*

- i. Em pé, coluna e pelve neutra, braços ao longo do corpo, pernas paralelas e alinhadas com os quadris. Inspire. Ao expirar, retire uma das pernas com os joelhos flexionados em 90° até a linha dos quadris, formando também um ângulo de 90°. Inspire na postura. Ao expirar, retorne a perna sem apoiar o pé no chão. Quando a perna se eleva os braços sobem a frente do tronco até a linha dos ombros. Caso esteja de fácil execução, peça para fechar os olhos. Repetir seis vezes para cada lado.
- ii. Em pé, coluna e pelve neutra, braços ao longo do corpo, pernas paralelas e alinhadas com os quadris. Inspire. Ao expirar, retire uma das pernas e apoie o pé na lateral da outra perna. Cada pessoa posicionará a perna de acordo com os próprios limites. Inspire. Ao expirar, eleve ambos os braços à frente do tronco até a linha dos ombros. Inspira na posição e expire retornando os braços ao lado do corpo. Repetir seis vezes para cada lado.

Exercícios de Pilates com a Bola:

- a) *Saltar:* Posicione no centro da bola. Pernas afastadas na linha dos quadris. Joelhos mantêm 90° com relação aos quadris e aos pés. Mantenha o pescoço alinhado sobre a coluna. Pressione os pés no chão realizando um tônus na musculatura da coxa e salte com a respiração livre, sem retirar os pés do chão. Esse movimento é importante no início do trabalho com a bola para que perceba os ísquios bem apoiados.
- b) *Mobilização da coluna:* Posicione no centro da bola. Pernas afastadas na linha dos quadris. Os pés mantêm-se um pouco a frente dos joelhos. Inspire. Ao expirar, traga o queixo na direção do peitoral. O abdome se contrai permitindo que o cóccix vá para frente e haja um alongamento da musculatura dorsal. Os joelhos se aproximam da linha dos tornozelos e a bola desliza para frente. Inspire na posição. Ao expirar, re-

- torne o cóccix e a bola para trás e alinha novamente o pescoço sobre a coluna. Repetir seis vezes.
- c) *Flexão do tronco*: Posicione os quadris no centro da bola. As pernas mantêm-se um pouco afastadas da linha dos quadris. Pés e joelhos num ângulo de 90°. Inspire. Ao expirar, aproxime o queixo do peito e, vagarosamente, realize a flexão da coluna para frente percebendo o movimento de cada vértebra. Expire na posição. Ao inspirar, retorne cada uma das vértebras e, por último, o pescoço e a cabeça. Importante não movimentar a bola.
- d) *Rotação da coluna*: Posicione os quadris no centro da bola. As pernas mantêm-se um pouco afastadas da linha dos quadris. Pés e joelhos num ângulo de 90°. Mantenha os braços alinhados aos ombros e ao lado do tronco. Inspire. Ao expirar, rode o tronco para um dos lados sem retirar o quadril da bola e sem deixar as pernas entortarem para dentro. Inspire na postura. Ao expirar, volte ao centro. Repetir alternadamente para os dois lados, sendo seis vezes para cada lado.
- e) *Mobilização da coluna lateral*: Posicione os quadris no centro da bola. As pernas mantêm-se um pouco afastadas da linha dos quadris. Pés e joelhos num ângulo de 90°. Mantenha os braços ao lado do corpo. Inspire. Ao expirar suba um dos braços na lateralmente até que ocorra a inclinação do tronco. Pescoço permanece relaxado e acompanha a linha da coluna. Inspire na postura e expire retornando o braço ao lado do corpo. Repita seis vezes para cada lado.
- f) *Retirada de uma das pernas*: Posicione os quadris no centro da bola. As pernas mantêm-se um pouco afastadas da linha dos quadris. Pés e joelhos num ângulo de 90°. Mantenha os braços ao lado do corpo. Inspire. Ao expirar, retire uma das pernas mantendo os joelhos em flexão de 90° com relação à perna. Inspire ao retornar o apoio do pé. Expire ao fazer com a outra perna. Repita seis vezes para cada lado.
- g) *Retirada de uma das pernas com rotação de tronco*: Posicione os quadris no centro da bola. As pernas mantêm-se um pouco afastadas da linha dos quadris. Pés e joelhos

num ângulo de 90°. Mantenha os braços ao lado do corpo e alinhados com os ombros. Inspire. Ao expirar, retire uma das pernas mantendo os joelhos em flexão de 90° com relação à perna, ao mesmo tempo em que gire o tronco para o lado da perna que sai do chão. Inspire e mantenha na postura. Expire e retorne o tronco e a perna. Repita para o outro lado, sendo seis vezes para cada lado.

- h) *Mobilização coluna sobre a bola*: Com os joelhos apoiados no chão e a bola a frente da coxa. Apoie a região abdominal sobre a bola com o sentido de deitar em decúbito ventral, sendo que os braços ficam para cima com as mãos apoiadas no chão. Ao se sentir segura, retire os joelhos do chão e caminhe com as mãos até que a bola apoie somente na região das coxas. As mãos devem estar viradas para frente, braços estendidos e alinhados aos ombros. Pernas unidas. Caso, a pessoa não tenha força para sustentar seu quadril, a bola vai permanecer na pelve. Inspire. Ao expirar, empurre o chão e deslize a bola para a região abdominal sem realizar a flexão dos cotovelos. Inspire. Ao expirar novamente, volte à posição inicial com os braços estendidos. Repita seis vezes.
- i) *Ponte sobre a bola*: Deitada em decúbito dorsal e com as pernas apoiadas sobre a bola. Inspire. Ao expirar, retirar vértebra por vértebra do chão até a elevação do quadril do chão. Inspire e expire retornando vagarosamente a coluna. Repita seis vezes.
- j) *Posição de descanso*: Com os joelhos apoiados no chão e a bola a frente da coxa. Apoie a região abdominal sobre a bola com o sentido de deitar em decúbito ventral e os braços ao lado das orelhas. Ao se sentir segura, retire os joelhos do chão.

Propriocepção^{xiii}

^{xiii} Vivências aprendidas ao longo da minha experiência na disciplina de Vivência Corporal, ministrada pelo Prof. Dr. Adilson Nascimento de Jesus, na Faculdade de Educação Física, em 2004.

- a) *Passeio interno*: Deitada em decúbito dorsal, perceber todo o corpo apenas através das sensações internas. Pede-se que inicie por uma das extremidades – cabeça, mãos ou pés – até a outra extremidade oposta para, assim, compor todo o segmento corporal.
- b) *Pontos de apoios*: Percepção das partes do corpo que apoiam no chão.
- c) *Pontos de não apoios*: Percepção das partes do corpo que não estão em contato com o chão.
- d) *Percepção*:
- i. Pulso: Perceber o pulso do coração.
 - ii. Circulação: Perceber e imaginar o sistema circulatório em todos os segmentos corporais, tendo como base o coração.
 - iii. Temperatura corporal: Perceber o corpo em sua temperatura e nos diferentes segmentos.
 - iv. Respiração: Sentir a inspiração e a expiração. A diferença do trabalho muscular em cada etapa; o percurso do ar desde a entrada para chegar aos pulmões até sua saída.
- e) *Mudar de posição de maneira mais lenta possível*. Da posição de decúbito dorsal, passa-se à posição em decúbito lateral, depois em decúbito ventral e retorna-se a posição inicial.
- f) *Caminhar às cegas*: Atividade realizada na parte externa da Faculdade da Educação. Escolher uma pessoa para formar uma dupla. Uma mantém os olhos fechados e a outra a dirige pelo braço com o intuito de dar um passeio. A pessoa que conduz o passeio faz com que seu parceiro toque, cheire e sinta algumas experiências. Encerrado a prática, trocam de posição. Quando ambos já realizaram a experiência, conversam para trocar as impressões.

Toque^{xiv}.

- a) Com uma bolinha de tênis, na postura de pé, um dos pés apoia e desliza sobre a bola. O joelho da outra perna mantém ligeiramente flexionado. Após deslizar, ao expirar, coloque todo o peso sobre a bolinha. Repita até que a planta inteira do pé seja pressionada. Antes de trocar de pé, note a diferença entre o pé que acabou de pisar e o outro que ainda não. Repita com o outro pé. E depois, compare novamente.
- b) Em pé, palmear o corpo com as mãos que devem estar em forma de uma concha. Iniciar na região do trapézio e percorrer para um dos braços. Repetir para o outro lado. Flexionar o tronco, palmear a região da lombar. Sentado sobre os ísquios, palmear uma das pernas tanto na parte anterior quanto na posterior. E, por último o pé. Repetir com a outra perna.
- c) Em duplas, enquanto uma pessoa permanece na posição de decúbito dorsal, a outra toca a região abdominal para acentuar a percepção da respiração de quem está deitada. Depois, desloca o apoio das mãos para a região das costelas e, em seguida, para o tórax. A pessoa que está deitada deve respirar no local em que está sendo tocada. Após o trabalho de toque na região torácica, a pessoa deverá pousar a mão em outras partes do corpo até que completa a maioria dos segmentos corporais. A pessoa tocada deve imaginar o ar percorrendo o corpo até alcançar a região tocada.
- d) Em duplas, enquanto uma pessoa situa na posição em decúbito dorsal, a outra mobiliza as articulações de todo o corpo. Quem está deitado deve manter-se relaxado e deixar o corpo bem solto para que quem o manipula faça os movimentos sem indução. Inicia-se pelas articulações dos dedos das mãos – punho – cotovelo – ombros

^{xiv} Técnicas aprendidas através do estágio de massagem relaxante realizado na graduação sob orientação do Prof. Dr. Luiz Alberto Lorenzetto na Unesp de Rio Claro no período de 2001-2002. Também adquirida no GEDAN (Grupo de Estudos em Dança) ministrado pelo Prof. Dr. Adilson Nascimento de Jesus na Faculdade de Educação Física e na Faculdade de Educação, ambas da Unicamp, no período de 2004 -2007.

- escápulas. Troca de braço. Depois, dedos dos pés – tornozelos – joelhos - coxofemural. Troca de perna. Por último, pescoço. Houve necessidade, dessa prática ser realizada em três pessoas, o que sugeri foi que cada pessoa ficasse com um membro para alcançar um trabalho simétrico.
- e) Em duplas, uma pessoa posiciona-se deitada sobre a bola com os joelhos apoiados no chão e em decúbito ventral. Com a polpa do polegar, faz três círculos em volta da cada uma das vértebras. Inicia no segmento da cervical e desce até a lombar. Repete 03 vezes essa sequência. Na musculatura paravertebral, pressiona com as duas polpas dos polegares tendo início na região cervical e com término na musculatura lombar. Repita três vezes. Por último, com pressão de toda a mão, pressionar as musculaturas mais laterais das costas. Repita três vezes.
- f) Em duplas, passar as mãos rapidamente e sem perder o contato sobre toda o dorso da pessoa, com o intuito de deslizar. Inicia na cervical e encerra na região lombar. Quantas vezes a pessoa quiser.

Movimentos meditativos^{xv}.

- a) Sentado com os ísquios bem apoiados no chão e com as pernas cruzadas a frente. Os olhos devem estar fechados nesse início. As mãos repousam sobre os joelhos. Ao iniciar uma música, a pessoa deve realizar a sequência de movimento proposta da maneira mais lenta possível. As mãos são que iniciam a movimentação deixando-se atuar com a força da gravidade e caindo dos apoios das pernas se posicionando ao lado das coxas em contato com o chão. Após isto, os braços irão se manter estendidos e abertos para subir lentamente até a altura dos ombros. Ao chegar na posição dos

^{xv} Movimentos aprendidos na disciplina Tópicos Especiais em Artes Corporais realizada no ano de 2004, no Instituto de Artes da Unicamp.

braços em cruz, trazer os braços estendidos até a união das palmas das mãos e na altura da região torácica. Quando as mãos se tocam, os cotovelos se flexionam com a intenção de trazer ambas as mãos para frente do rosto. Nessa posição, as mãos se fecham e irão abrir-se juntamente com a abertura dos olhos. Após esse movimento, os braços descem até a região do abdome. Esse movimento também pode ser realizado na postura em pé.

- b) Em duplas, uma pessoa vai sentar-se de frente para outra. Ambas sentadas com os ísquios no chão e com as pernas cruzadas a frente. Mantêm os olhos fechados até o término da movimentação. As mãos sobem lentamente até que elas se toquem. No momento que as mãos se tocam, as palmas se juntam e os braços sobem até acima da cabeça. Depois, os braços se abrem e descem lateralmente sem que as palmas se desconectem. Esse movimento também pode ser realizado na postura em pé.

Exploração das dimensões espaciais e temporais

- a) Em decúbito dorsal, sustentar um dos membros superiores pouco acima do chão. Soltar sem a intenção de segurar o braço. Comparar o braço realizado com o que ainda não realizou. Repetir com o outro membro. Sustentar uma das pernas e soltar. Comparar a perna realizada com a que ainda não realizou. Repetir com a outra perna.
- b) Mobilização das articulações de todo o corpo no chão.
- c) Sair do chão utilizando os apoios e explorando a mobilização das articulações do corpo, sem se levantar;
- d) Sair do chão explorando a mobilização das articulações do corpo até o plano médio (cintura pélvica para baixo);

- e) Estabilizar o corpo até o plano médio no momento do comando e depois cair novamente para o solo (repetir 3 vezes); passar para o plano médio e depois cair (repetir 3 vezes); ficar em pé e se perceber;
- f) Rolamento na posição deitada para os dois lados;
- g) Deslocamento somente com as plantas dos pés e os apoios das mãos;
- h) Retirar os apoios do chão somente com coluna vertebral; somente com os ombros; somente com as pernas; somente com os pés; somente com as mãos; Depois associar duas partes já trabalhadas até a pessoa conseguir se levantar.
 - i. Em duplas, uma pessoa deitada no chão em decúbito dorsal. A que se situa no chão, aos poucos sentir os apoios e retirava. A outra pessoa coloca uma resistência para quem estiver deitado não saísse no chão. Aos poucos a pessoa sai do chão e passa para o plano médio, mas ainda com a resistência da outra. Até que chegue no plano alto. Trocar o processo.
 - ii. Na postura em pé, caminhada lenta; caminhada lenta para trás; caminhada com passos pequenos para frente e pra trás; caminhada com passos largos para frente e para trás; caminhada na ponta dos pés; desenho dos pés no solo;
- i) Caminhada com a intenção de movimento pesado; caminhada com a intenção de movimento leve;
- j) Apoio na postura em pé somente em uma perna e exploração dos movimentos nessa posição; repetir a mesma prática com contração do transversos do abdome e notar a diferença de equilíbrio.
- m) Percepção do apoio do corpo nos pés;
- n) Corpo se movimenta para frente e para trás (pêndulo) sem realizar flexão das articulações de joelhos e quadril;
- o) Corpo para frente com a intenção de se jogar, mas recupera com flexão dos joelhos; Corpo para trás com a intenção da queda, mas com pausa do movimento;

-
- p) Com as pessoas em círculo, inicia uma percepção dos apoios dos pés. A partir disso, realizar movimentos rápidos com os membros inferiores permitindo que a vibração ascenda progressivamente aos quadris, a coluna, aos membros superiores até a cabeça. Depois, diminuir pelo caminho inverso até a pausa;
- q) Movimentação progressiva das articulações (pés; tornozelos; joelhos; coxo femoral; pelve). Realizada com deslocamento e sem deslocamento no espaço.
- r) Micromovimentos na coluna, aumentando até o máximo de movimentos, retrocedendo até os movimentos da coluna se excedam (repetir 2x);
- s) Movimentos dos quadris: de rotação e para frente para trás. Realizados ambos com e sem contração do transversos do abdome;
- t) Movimentos do tronco: na lateral, de rotação e de torção: com e sem contração do transversos do abdome;
- u) Movimentação dos quadris para frente e para o lado tendo como base para o movimento o ritmo da música;
- v) Deixar levar o movimento a partir do centro do corpo; deixar levar movimento a partir da coluna; a partir das escápulas, a partir das escápulas e, por último, da coluna;
- w) Deslocar pelo espaço da sala arrastando os pés no chão e com mobilização livre da coluna;
- x) A partir da movimentação livre da coluna, passar pelo nível baixo e depois para o nível alto. Repetir três vezes;
- y) Sair do chão através da mobilização da coluna, tendo a imagem de uma semente que cria raízes e, a partir desta, adquire força para crescer e se transformar numa planta. Os movimentos devem induzir a pessoa a sair do chão até ficar na postura bípede;
- z) Deslocamento pelo espaço da sala tendo como foco a realização de movimentos contraídos alternando com movimentos relaxados. Repetir duas vezes;

- aa) Deslocamento pelo espaço da sala alternando entre movimentos retos e curvos; movimentos retos e leves; movimentos curvos e pesados; movimentos retos e pesados e movimentos curvos e leves.
- bb) Movimentação livre dos dedos das mãos; seguida da mobilização livre dos braços; cotovelos; ombros e escápulas. O movimento da cada articulação foi feito com deslocamento de espaço e também no lugar. Movimento da cervical; movimentação do pescoço com o olhar atento.
- cc) Em dupla, uma pessoa de frente para a outra. Enquanto uma realiza o movimento com o intuito de mobilizar as articulações localizadas nos braços e nas mãos, a outra a imita. Após o meu comando, inverte-se as posições.
- dd) Deixar o deslocamento acontecer somente através da intenção do olhar;
- ee) No fundo da sala, deslocar até o meio subindo vagorosamente os braços ao lado do tronco até a linha dos ombros. Quando os braços estendidos em forma de cruz, realizar uma rotação de todo o corpo de 380°. Após esse movimento seguir até o final com a intenção de uma movimentação reta.
- ff) A mesma atividade, mas seguida de movimentação curva.

CÉU

Improvisação em Dança^{xvi}.

- a) Em duplas, uma pessoa toca e a outra responde, através de uma movimentação livre, ao estímulo. Cada vez mais o toque da pessoa se torna espaçado e a outra se vê mais livre para improvisar. Após um comando externo, troca as funções.
- b) Em duplas, uma pessoa tem a função de hipnotizar a outra dando estímulos sem tocá-la para que a movimentação livre aconteça. Depois, trocar as funções.
- c) Em duplas, uma pessoa fica disposta para a outra mobilizar as suas articulações e montar uma postura. Ao finalizar, quem foi manipulado desmonta a posição e monta outra postura sozinha. Depois, trocar as funções.
- d) Num pequeno grupo, de três a cinco pessoas, quem se situa na frente deve realizar uma movimentação livre. As outras a seguem, formando uma espécie de cardume. Quem está à frente passa a liderança ao virar dando espaço para o comando de outra. Essa prática também foi realizada com todas as pessoas do grupo.
- e) Em duplas, realizar uma movimentação livre com contato corporal. Depois, sem nenhum contato corporal. E, por último, tendo uma grande distância espacial entre as pessoas.
- f) Com um deslocamento, cada pessoa deve improvisar somente enquanto estiver expirando. Depois, repetir somente na inspiração. Por último, uma movimentação livre.
- g) Em duplas, uma pessoa inicia no chão e a outra impede, através do peso do próprio corpo que aconteça a sua livre movimentação. Depois do comando, troca de funções.

^{xvi} Propostas adquiridas através da minha experiência no Gedan (2004-2007) e no grupo de Oficina e Montagem da Confraria da Dança (2006-2007).

- h) Em duplas, ambas realizam uma movimentação livre, mas tendo os movimentos congelados ao sentir necessidade.
- i) Com uma determinada música, solicita-se que as pessoas a escutassem e comesçassem a improvisar somente quando sentissem necessidade. A partir dessa movimentação, escolher uma célula de movimento e ficar apenas nesta. Depois, cada pessoa mostra para o grupo o seu movimento escolhido.
- j) Com o grupo situado num círculo, uma pessoa realiza um movimento livre para a pessoa ao lado, em sentido horário. A que recebe o movimento, observará e fará uma movimentação para a próxima pessoa. Depois, que todas as pessoas já tiverem realizado, repetir a prática, mas sem uma ordem estabelecida: cada pessoa mostra o movimento para quem estiver na roda.
- k) Solicitado que cada pessoa trouxesse no encontro um objeto que tivesse um valor afetivo para si. Esse objeto pode ser concreto ou uma representação, por exemplo: uma foto, uma lembrança que representa tal lugar, etc. O grupo sentou-se em círculo e cada pessoa colocou o objeto a sua frente para iniciar a prática com uma concentração na tal imagem. Ao sentir necessidade, a pessoa realiza a sua movimentação. Essa vivência foi feita com e sem música.

Desenhos^{xvii}

- a) O desenho: Após a realização das diferentes vivências de improvisação em dança é proposto que cada pessoa realizasse um desenho livre numa folha de sulfite A4 com giz de cera colorido.
- b) Finalização do desenho:
- i. Sugerido que, após finalizar o desenho, colocasse atrás da folha palavras ou frases que viessem naquele momento.
 - ii. Realizar uma movimentação livre a partir da imagem feita do próprio desenho.
 - iii. Em duplas, os desenhos são trocados e uma pessoa comenta sobre o desenho da outra em cima das seguintes afirmativas: *O que eu vejo. O que eu sinto. O que eu imagino.* Depois, a dupla conversa entre si.
- c) Em duplas, uma conversa livre para comentar sobre o próprio desenho e o desenho da outra. No último encontro, cada pessoa colocou os próprios desenhos em série, por uma ordem cronológica, e solicitei que a pessoa realizasse uma movimentação livre em cima de todas aquelas imagens.

^{xvii} Técnica adquiridas através da minha experiência no *Gedan* (2004-2007) com Prof. Dr. Adilson Nascimento de Jesus, Faculdade de Educação Física e na Faculdade de Educação, ambas na Unicamp. E também, na disciplina *Tópicos Especiais em Artes Corporais* realizada no ano de 2004, no Instituto de Artes da Unicamp ministrada pela Profa. Dra. Elisabeth Bauch Zimmermann.

3.2. Um mundo de Maria

Dentre os casos acompanhados, um que chamou a atenção foi o caso de Maria^{xviii}, uma interna da Clínica Psiquiátrica com diagnóstico de esquizofrenia.

Certo dia, durante uma crise, permaneci com Maria no quarto. Abaixo, segue o relato sobre o seu comportamento e a movimentação naquele dia:

Maria direcionou-se para uma porta e permaneceu por um longo período ali sem movimentação. Naquele momento, a sua postura era de um tronco levemente curvado para baixo e percebi que toda a sua musculatura estava tensa. As suas mãos se mantinham fechadas e os punhos flexionados. Em um instante, começou a elevar um dos pés e o tocava levemente no chão. Após isto, Maria caminhou em direção à cama, pegou um lençol, torceu-o e colocou ao chão formando um círculo semi-fechado. Os seus pés permaneceram dentro desse espaço e mostrou resistência para sair dali de dentro.

A psicóloga da instituição comentou, no dia seguinte, que Maria começou a regredir muito psicicamente durante à tarde. E, em uma tentativa de ajudá-la, levou-a para uma sala com o objetivo de diálogo. Mas, disse que Maria permaneceu deitada na posição fetal por um longo tempo, além de não manifestar os seus sentimentos.

Com estes acontecimentos e embrutecimento psíquico, Maria foi encaminhada novamente para a internação.

Após alguns dias, perguntei a Maria, com muito receio, se ela recordava daquele momento em que estive com ela no quarto. Disse que sim. Falei se gostaria de contar o que ocorreu com ela. Respondeu-me que utilizou o lençol para esconder o mundo subterrâneo, pois ninguém poderia ver aquilo que era tão terrível.

^{xviii} Nome trocado para preservar a identidade da pessoa envolvida no relato.

A manifestação de Maria me mobilizou muito, principalmente devido as expressões de seu tronco curvado para baixo, a construção do semicírculo feito com o lençol e de sua permanência dentro dele e por último pela postura fetal.

Senti que esta situação revelava uma manifestação arquetípica, pois, ao longo da minha atuação na Clínica, estava em contato com a Psicologia Analítica. Principalmente através de Erich Neumann, com seus estudos sobre a psicologia do feminino, comecei a pensar sobre as possíveis associações do caso de Maria com o arquétipo da Grande Mãe, posteriormente, com o Grande Círculo, e ambos, com a simbologia da Terra.

Segundo Neumann (2003) as palavras Grande e Mãe se ligam devido ao forte aspecto emocional que ambas contêm.

[...] “Mãe”, neste caso, refere-se não somente a uma relação de filiação mas também a uma complexa condição psíquica do ego, da mesma forma que o termo “grande” expressa o caráter simbólico de superioridade que a figura arquetípica possui em comparação com o que está presente em todos os homens e, aliás, em todas as criaturas. (p. 25, grifo do autor).

No caso de Maria, a primeira relação feita com a imagem da Grande Mãe, foi através do relato da paciente sobre a utilização do lençol, quando afirmava que queria esconder o mundo subterrâneo, pois ninguém poderia ver aquilo que era tão terrível. Analisei, portanto, que o símbolo da Terra poderia estar intimamente interligado com o arquétipo da Mãe.

É importante pontuar que todo arquétipo apresenta dois aspectos: o positivo e o negativo:

Encontra-se nesse simbolismo da mãe a mesma ambivalência que nos dá a terra: a vida e a morte são correlatadas. Nascer é sair do ventre da mãe; morrer é retornar à terra. A mãe é a segurança do abrigo, do calor da ternura e da alimentação; é também em contrapartida, o risco da opressão pela estreiteza do meio e pelo sufocamento através de um prolongamento excessivo da função de alimentadora e guia: a genitora devo-

rando o futuro genitor, a generosidade transformando-se em captadora e castradora (CHEVALIER; GHEERBRANT, 2002, p. 580).

A faceta terrível vista em Maria foi expressa também através de seu corpo: tensão muscular e articular, além da postura que se voltava para o chão e tronco inclinado para frente.

Penso que, naquele dia, Maria apresentou tanta tensão corporal devido ao temor de sucumbir ao mundo dos arquétipos localizado simbolicamente na Terra; e seu tronco, inclinado para o chão, evidenciava a atuação da força da gravidade da terra sobre corpo dela. Lembra-nos Harris (2004) que:

Nossas raízes saem da cintura para baixo, permitindo que a força da gravidade atue sobre nós. É como se um imã estivesse nos puxando para o chão. O mundo dos arquétipos é magnético; ele nos atrai com grande força, no entanto devemos resistir a isso para evitar o desequilíbrio ou, na pior das hipóteses, psicoses. (p. 94).

Gaiarsa (1991), no livro em que aborda a relação entre o corpo e a terra, comenta que, quando a pessoa apresenta um desequilíbrio crítico nas cadeias musculares e articulares, revela uma intensa ansiedade de queda: “[...] em vez de afirmar que há um medo de levar tombos e um paralelo mental sentido como insegurança aguda, diz, logo ele, que o paciente fica com medo de cair no chão ‘devido ao seu temor das profundidades inconscientes’.” (p. 47).

Na esquizofrenia, quando o ego encontra-se dilacerado e os conteúdos do inconsciente não são assimilados pela consciência, predomina um mundo que é abissal, corporal e instintivo. Neumann (2010, p. 232) enfatiza “O perigo que surge do inconsciente negativamente constelado, o feminino Terrível, corresponde ao impulso regressivo para trás e desejar soltar, cair e, ativamente, de se atirar no abismo”.

O ego enfraquecido, na pessoa adulta, induz a um retorno à Grande Mãe, o que Neumann (2010) chama de “incesto urobórico”.

O incesto urobórico é uma forma de penetração na mãe, de união com ela [...]. É o abandono de si-mesmo e o regresso. É a forma de incesto do ego infantil, que ainda se acha muito próximo à mãe e ainda não encontrou a si-mesmo, mas pode ser também a forma de incesto do ego enfermo de um neurótico e a de um ego tardio e cansado que, após ter se realizado, retorna à Mãe. (p. 32-3)

Neste momento, é importante retomar os estudos de Neumann (1995) sobre a criança. Lembra o autor que, conforme já discutimos anteriormente, quando o bebê experimenta a relação primal com a mãe, principalmente na fase embrionária pós-uterina, ainda não apresenta um ego estruturado, pois ainda se constitui através do Self da mãe.

A tendência de um ego desestruturado pela patologia mental é a de retornar ao arquétipo da Grande Mãe. Neste sentido, há o retorno ao estado original da primeira fase de vida. Tal tendência não é apenas expressa por meio de regressão psíquica, mas, ao mesmo tempo, através da manifestação corporal.

No caso de Maria, além de mostrar uma postura que se voltava para o chão, ao estar com a psicóloga da instituição, ela permaneceu por um longo período na postura fetal.

O feto, quando no útero, mantém uma postura de enrolamento através da coluna vertebral. Também, na fase pós-uterina, segundo Beziérs e Hunsinger (1994), o bebê necessita desta postura para sentir-se seguro psiquicamente e, posteriormente, alcançar uma autonomia frente ao mundo.

Na pessoa adulta, a postura de enrolamento ocorre quando a atuação da força da gravidade da terra atua sem resistências da ossatura e dos grupos musculares. Tal descrição é detalhada na citação de Beziérs, Piret (1992, p. 29):

O corpo humano é organizado simultaneamente com e contra a gravidade. O homem se construiu em um jogo com a gravidade: esta é incorporada na organização de sua forma e participa de seu movimento. Assim sendo, o movimento do esqueleto vai no mesmo sentido da gravidade que atua sobre ele. *A gravidade enrola o esqueleto em pé para levá-lo à posição fetal.* Toda a complexidade da coordenação motora decorre

das relações de equilíbrio que se estabelecem, não somente de músculos para músculos, entre flexores e extensores, mas, ao mesmo tempo, entre osso-gravidade e músculos. Mas, assim como a gravidade apenas acentua o movimento do esqueleto, o homem pode também liberar-se dela sem modificar a forma de seu movimento. Quando sua mecânica é organizada a partir de seu próprio centro, ela é autônoma. O estado de tensão da pessoa também pode se desequilibrar e ela então se deixa levar pela gravidade, seguindo o movimento de seu esqueleto (ossos e músculos). (grifo meu).

A expressividade de Maria através da postura de enrolamento conceituado por Beziérs, Piret (1992) e Beziérs, Hunsinger (1994), de alguma forma, associa-se à necessidade de conforto psíquico, pois, o redondo observado na coluna vertebral relaciona-se com o retorno ao maternal, experimentado na vida intrauterina por meio da postura fetal e nos primeiros meses de vida.

É importante lembrar que na vida uterina e na pós-uterina, a criança vivencia um estado paradisíaco e de totalidade psíquica, a qual Neumann (2010) chama de estado urobórico.

Esse redondo e essa existência no redondo, existência na uroboros, são a auto-representação simbólica do estado inicial, mostrando tanto a infância da humanidade quanto a criança. [...] Ele opera como um fator transpessoal que aí se encontrava um estado psíquico de existência anterior à formação do ego. [...] o redondo que contém, isto é, o ventre primal materno e o útero, mas também a união do antagonismo masculino-feminino, os ancestrais, pai e mãe unidos em coabitação *permanente*. (p. 29-30, grifo do autor)

Outra manifestação de Maria que me levou a refletir sobre a simbologia do redondo, do Círculo, foi o fato dela ter retirado o lençol do leito e, a partir deste, construir a forma de um semicírculo. Depois, Maria entrou neste continente circular e não queria sair de dentro.

Antes de prosseguir com a expressão de Maria, é fundamental expor os estudos referentes à imagem circular no contexto da doença mental.

Dr^a. Nise da Silveira (1981) percebeu que a imagem geométrica mais pintada e desenhada nos seus pacientes esquizofrênicos era do círculo. Relata ela que: “Imagens circulares ou tendendo ao círculo, algumas irregulares, outras de estrutura bastante complexa e harmoniosa, impunham a sua presença na produção espontânea dos frequentadores do atelier do hospital psiquiátrico” (p.51).

Após Nise entrar em contato através de correspondências com Jung, chegou à conclusão que as figuras manifestadas pelos seus pacientes correspondiam às Mandalas e mostravam uma tendência do inconsciente em compensar o caos psíquico vigente na consciência.

Segundo Jung (2006, p. 351) “‘Mandala’, em sânscrito, significa *círculo*” (grifo do autor) e se configura, principalmente, nas práticas religiosas, como, por exemplo, nas imagens do budismo tibetano e nas danças dos dervixes. Neste contexto, a Mandala é um instrumento que ajuda na meditação e na concentração. Na alquimia, o círculo mostra-se como “*quadratura circuli*” (p. 385, grifo do autor), sendo a junção de quatro elementos.

Para a Psicologia Analítica, a imagem do círculo surge no estado de dissociação psíquica, muitas vezes revelado através nos esquizofrênicos.

Em tais casos vemos nitidamente como ordem rigorosa de tal imagem circular compensa a desordem e perturbação do estado psíquico, e isso através de um ponto central em relação ao qual tudo é ordenado; ou então é construída uma ordenação concêntrica da multiplicidade desordenada dos elementos contraditórios e irreconciliáveis. Trata-se evidentemente de uma *tentativa de autocura* da natureza, que não surge de uma reflexão consciente, mas de um impulso instintivo. (JUNG, 2006, p. 385, grifo do autor).

Jung (2006) designa o círculo como o arquétipo da totalidade e o Self não é somente o centro, mas toda a circunferência capaz de abranger a consciência com o inconsciente.

Assim, a manifestação das imagens circulares produz um efeito terapêutico, pois consegue reunir em si os pares de opostos através da sua capacidade em expressar a totalidade psíquica. No entanto, Jung afirma que tal efeito surge somente quando a imagem ocorre de maneira espontânea.

Ao relacionarmos o caso de Maria, a imagem circular do lençol serviu, naquele momento, para compensar o caos psíquico recorrente ao seu surto psicótico. Além de compensar, a imagem circular do lençol também a protegeu, pois depois, ela mesma relatou que o utilizou para escondê-la do mundo subterrâneo que era tão terrível.

Jung (2001) comenta sobre o “círculo de proteção” presente em diversas manifestações ritualísticas. E diz que o “símbolo mandálico não é apenas expressão, mas também atuação” (p.40). Através do “círculo protetor” torna-se possível proteger a personalidade mais íntima com a delimitação de um espaço sagrado.

Em *Psicologia e Alquimia*, Jung (1994) relata um sonho no qual uma serpente traça um círculo em torno do sonhador. E diz que tal fato se relaciona ao impulso da pessoa de fugir do inconsciente.

Quando comparo este relato com a expressão de Maria, torna-se ainda mais claro que ela desejava realmente se proteger do mundo subterrâneo, e que este mundo referia-se a seu inconsciente.

3.3. Movimento circular

Na experiência com as pessoas em tratamento psiquiátrico, realizada com o grupo de prática corporal, foi possível observar, diversas vezes, a construção de movimentos em roda quando era solicitado para caminhar livremente pelo espaço no qual desenvolvia a atividade. Os participantes construía o círculo e, aos poucos, tendiam para o centro, desfazendo a formação inicial. Eles permaneciam com os corpos todos juntos, sem restar espaço para prosseguirem com a movimentação^{xix}.

Jung (2001) também relatou a observação da movimentação circular em seus pacientes:

Algumas de minhas pacientes de sexo feminino não desenhavam, mas dançavam as mandalas. [...] As figurações da dança têm o mesmo sentido que as do desenho. Os próprios pacientes quase nada podem dizer acerca do sentido simbólico dos mandalas, mas se sentem fascinados por eles. Reconhecem que exprime algo e que atuam sobre seu estado anímico. (p. 39)

Jung (2001) comenta sobre a “circumambulatio”, que na tradução significa “circulação” e traz, além da ideia do movimento em círculo, também a delimitação do espaço sagrado que leva à concentração.

A circulação, psicologicamente, seria “o ato de mover-se em círculo em torno de si mesmo, de modo que todos os lados da personalidade sejam envolvidos”, além de significar a “vivificação de todas as forças luminosas e obscuras da natureza humana, arrastando com elas todos os pares de opostos psicológicos, quaisquer que sejam (p. 41-2, grifo do autor).

^{xix} Este acontecimento também ocorreu na oficina corporal ministrada no Hospital Psiquiátrico Cândido Ferreira, Campinas – SP, com usuários do NAC (Núcleo de Atenção à Crise).

No entanto, a formação circular realizada pelos participantes das práticas corporais no início era redonda, mas, logo em seguida, as pessoas se juntavam no centro, provocando uma sensação de caos, já que os corpos não conseguiam se movimentar por ausência de espaço físico.

Nise da Silveira (1981) comenta que existe uma busca instintiva de reconstrução da personalidade através da procura por um ponto central expresso por um “percurso labiríntico ou um caminho em forma de espiral”. (p. 62)

Este ponto central, segundo Jung (1994, p. 116), refere-se ao Self: “A totalidade compreende o ego e o não-ego. O centro do círculo, enquanto expressão de uma totalidade, não coincidiria pois com o eu, mas sim com o Si-mesmo, enquanto síntese da personalidade total”.

Jung (1994) comenta ainda que a dinâmica do inconsciente funciona em movimentação espiral em torno do centro e a aproximação ao núcleo deve ser lenta. No entanto, quando a pessoa apresenta uma falta na estrutura do ego, ao longo do tempo, não assimila os conteúdos inconscientes na sua consciência, a tendência é de se aproximar cada vez mais do centro.

Nos casos de esquizofrenia, quando o inconsciente domina a esfera da consciência e não se tem uma estrutura do ego preservada, a movimentação ao centro ocorre de maneira abrupta.

Jung (1994, p.190-1), através do relato de outro sonho, mostra o útero como “vaso doador da vida” e análogo ao ponto central sélfico. Depois, comenta que “a espiral acentua o ponto central e portanto o útero” .

Assim, a movimentação circular de fora para dentro observada nas práticas corporais simboliza um contato direto com o arquétipo do Self e evidencia uma forma de regressão, simbolizada através de um retorno ao útero maternal.

3.4. O caso Nicole

No grupo destinado ao trabalho de improvisação em dança, escolhi somente Nicole^{xx} para prosseguir com as análises, principalmente, devido os seus desenhos expressarem muitas árvores.

Nicole é uma estudante chilena de doutorado em física, na época com 26 anos.

Durante os encontros, Nicole manteve uma frequência constante e apresentou um envolvimento em todas as práticas: nos exercícios de pilates, no trabalho de toque, na improvisação em dança e nos desenhos.

Através do questionário entregue às participantes no término da pesquisa prática, consegui visualizar em Nicole o que mais a tocou durante o processo. As perguntas com as respectivas respostas na íntegra de Nicole se encontram em ANEXO V.

Após, mais ou menos, um mês de ter finalizado os encontros, convidei Nicole para uma conversa, para que comentasse sobre os seus desenhos realizados durante as práticas, tendo como base para a fala as seguintes perguntas: “O que você vê? O que você sente? O que você imagina?”. Também, durante a fala de Nicole, senti necessidade de fazer outras perguntas com o objetivo de entender melhor os seus relatos.

^{xx} Nome trocada para preservar a identidade da pessoa.

3.4.1. Percepção corporal

Nicole escreveu no questionário final que as partes do corpo que foram mais trabalhadas durante a prática de improvisação em dança foram: “As escápulas, ombros, ventre e tronco. Pés e melhor apoio dos pés no chão”.

Com relação a sua postura, comentou que percebia um desconforto vindo dos ombros encolhidos para dentro e das costas curvadas, o quê também gerava “uma dor no centro do tronco, como se estivesse contraindo o estômago e também dor na lombar”. No entanto, Nicole começou a construir, em alguns momentos após a experiência com o grupo de improvisação em dança, uma outra estrutura constelada por meio dos: “os ombros para trás, apertando o ventre superior e tentando encaixar o quadril”.

Nicole disse também que o trabalho a influenciou a se posicionar frente ao mundo, principalmente no que se diz respeito a assumir as suas responsabilidades. E mais, relacionou a abertura dos ombros com a ocupação de um maior espaço físico.

Através deste relato, é possível para refletir que a construção de sua postura dada por: um melhor apoio vindo dos pés, uma postura constituída por meio do alongamento da musculatura da região do peitoral, um tônus da musculatura abdominal e um encaixe da pelve; a dispõe numa posição ereta que melhor condiz com uma boa sustentação. Bienfait (1995) detalha as relações de sustentação:

Cada segmento se equilibra sobre o segmento inferior, em um processo ascendente. O pé se equilibra e se adapta ao chão, a perna sobre o pé, a coxa sobre a perna, a cintura pélvica sobre os membros inferiores, a coluna lombar sobre a bacia, a coluna dorsal sobre a lombar: o objetivo final deste equilíbrio é a posição correta do centro de gravidade, acima da base de sustentação. (p. 26).

O apoio dos pés no chão associa-se com a ideia de um enraizamento do corpo com a terra. Ao resgatarmos bibliografias especializadas da área de psicossomática, podemos

encontrar relações entre os membros inferiores do corpo com as raízes de um vegetal. Escreve Leloup (2005, p. 65): “todas estas relações entre pernas, joelhos e pés nos põem em contato com a nossa mãe interna, com a terra, com o nosso enraizamento na matéria”.

Para Gouvêa (2004), o enraizamento está associado ao processo de verticalização do Homem. Do ponto de vista corporal, revela-se “pela maturidade física, pela intimidade com o chão” (p. 120). Já com relação ao mundo interno, condiz com um processo de autoconhecimento e ascensão espiritual e mental.

Este processo de verticalização é como sentir-se entre o Céu e a Terra. Neste sentido, Penna, L. (1989) comenta que é através da coluna dorsal que existe a ligação da região superior com a inferior do corpo e, por isto, a coluna adquire uma função estrutural.

Como observado, Nicole pode experimentar esta relação entre os pares de opostos, do Céu e da Terra, através de sua percepção corporal verificada tanto por um enraizamento de seus pés no chão como por meio de um alongamento axial^{xxi}.

Para prosseguir com as análises, é importante considerar que a coluna vertebral também é vista como sendo o Axis Mundi (Eixo do Mundo): “Símbolo da ligação entre o céu e a terra. [...] associa-se ao conteúdo simbólico da Árvore de Vida (LEXIKON, 2010, p.61). Talvez, por esta existência simbólica, Nicole também expressou árvores em seus desenhos que foram realizados ao longo dos encontros.

^{xxi} Alongamento axial é a criação do espaço articular dado através dos discos vertebrais.

3.4.2. Nicole e a árvore

Em muitos momentos do relato sobre seus desenhos, foi possível identificar uma relação direta entre ela e a árvore:

“o que significa árvore para mim? Está relacionado com a concepção... ai, não me lembro como fala. Bom, pode ser eu, por exemplo.”

“Eu desenhei uma árvore. [...] Lembro o que eu senti e não o que eu quis desenhar quando desenhei. Mas, eu imagino que a parte amarela seja eu, minha alma, minha identidade.”

Através da amplificação do arquétipo da árvore busca-se semelhança entre tal imagem e os significados do homem, conforme enfatiza Souzenelle (1995, p.72) “Partindo dos pés, o Homem vivo deve crescer como uma árvore e atingir a cabeça, em que se multiplicam os frutos”.

Segundo Lexikon (2010), a imagem da árvore, em diversas culturas, é venerada como símbolo de substâncias divinas ou morada de poderes numinosos. As formas das árvores com as raízes presas na terra, com seu tronco subindo verticalmente e a sua copa em direção ao céu, revelam uma ligação entre o mundo celeste e o mundo subterrâneo ctônico.

Esses aspectos também se situam na concepção da Árvore do Mundo, como sendo uma imagem de eixo para o mundo, onde as folhas e os ramos dessas árvores são habitados por animais mitológicos, pelas almas dos mortos ou ainda por aqueles que ainda não nasceram. Na Índia e na China, por exemplo, doze pássaros que moram nos ramos da Árvore do Mundo são considerados seres com graus elevados de desenvolvimento espiritual. (LEXIKON, 2010).

A Árvore do Mundo pode também ser considerada como Árvore da Vida, que:

Tem o *orvalho celeste* como seiva, e seus frutos, ciosamente defendidos, transmitem uma parcela de imortalidade. Esse é o caso dos frutos da árvore da vida do Éden [...] signo de renovação cíclica, como é o caso também da árvore da Jerusalém celeste. [...] A Árvore da Vida é um tema de decoração muito difundido no Irã, onde é figurada entre dois animais. (CHEVALIER, GHEERBRANT, 2002, p. 85-6, grifo dos autores).

É importante também destacar que a árvore em que Buda conquistou a sua iluminação também é uma Árvore do Mundo e uma Árvore da Vida. Segundo a iconografia primitiva, a árvore representa o próprio Buda.

Nas manifestações cristãs também é possível identificar a relação entre deuses e a Árvore da Vida. Como exemplo, tem-se a Cruz que, muitas vezes, na iconografia cristã, foi representada através de uma *Árvore-Cruz*. (CHEVALIER, GHEERBRANT, 2002, Grifo dos autores).

Em seus estudos sobre a simbologia da árvore, Jung (2003) verificou que ao realizar um corte transversal na figura da Mandala surgirá a imagem da árvore. Como a figura circular e simétrica da Mandala corresponde ao aspecto do Self, a árvore também adquire tal significação, mas ligada ao fenômeno do crescimento.

Kast (1997a) explora a imagem da árvore relacionando-a também com o processo de individuação:

A individuação, que corresponde ao aspecto dinâmico do si-mesmo, é simbolicamente representada no processo de crescimento, sobretudo no crescimento de árvores. Elas parecem especialmente adequadas como portadoras de projeção no processo de individuação. Assim como estamos eretos no mundo, ela está no espaço: é mais enraizada, mas nós também nos lembramos de raízes; ela precisa erguer-se, cresce até a morte, em sua posição altaneira deve manter-se, opor-se, resistir, assim como nós o fazemos. Em sua copa, ela desenvolve, tem frutos, expande-se no mundo. [...] A árvore vincula-se a terra, à profundidade, à água; e também ao céu. Nós, seres humanos, estamos entre o alto e o baixo, a árvore também. (p. 135)

A árvore, por isso, é contemplada como uma ponte entre o Céu e a Terra, ponte que liga os pares de opostos que se atraem, por apresentarem campos energéticos qualitativamente distintos: a consciência e o inconsciente. Acontece, então, a necessidade humana de integrá-los: “A união do céu com a terra far-se-á no processo de individuação, pelo qual uma pessoa chega a tornar-se aquilo que já é, potencialmente” (PENNA, L., 1989, p. 164)

Nicole, em seus relatos sobre os desenhos, na relação entre ela e a árvore, posiciona-se diante ao mundo terreno e ao mundo espiritual, aparentando uma necessidade de integrar os pares de opostos, como citado anteriormente por Penna, L. (*Ibidem*). Segue os seus desenhos seguido de trechos de seus comentários:



Figura 36 : Desenho Nicole corpo

Que flui energia pelos braços e pelas pernas. Eu acho que eu devo ter sentido isto, este fluxo pelas pernas. Quando eu fico tensa, tenho dificuldade para que fluam as energias.



Figura 37 : Desenho Nicole árvore

Fiz uma árvore com as raízes na terra. E a árvore na parte de cima, não tem um fim. Tem um fluxo. [...] No centro, bem perto das raízes, eu desenhei minha alma. [...] As linhas ondulantes acima seriam eu fluindo na vida, abrindo-me ao céu. Ao redor, tem a cor azul que seria o céu. Mas, aqui no lado direito, tem uma luz amarela forte, que seria uma alma maior, uma ideia de Deus, que eu, naquele momento, estava na procura.



Figura 38 : Desenho Nicole árvore e a alma

Eu desenhei uma árvore. Desenhei a terra e várias camadas da terra. E, uma dessas camadas, que é a inferior, só vi pelo tronco da árvore, com a cor verde. Então, verde, amarelo e marrom simbolizam cores da vida, da terra. O verde sobe pelo tronco da árvore e a árvore, o tronco, está pintando com estas cores: amarelo e verde. O tronco, as ramas e as folhas vão subindo ondulantemente para o céu. E no céu tem a cor azul e a luz do sol. E aqui do lado direito tem o que eu vivenciei quando eu estava de olhos fechados.

“[...] Isto fez com que eu sentisse as minhas raízes. E também o fluxo de energia que seria com as folhagens e querendo me conectar com algo mais espiritual.”

Mesmo posicionando entre os pares de oposto: Céu e Terra, Nicole deu uma maior ênfase na imagem da Terra:

“Eu desenhei as linhas como sendo o fluxo de energia que desce até a terra [...].”



Figura 39 : Desenho Nicole coração

[...] me desenhei deitada na terra e tem a árvore. A árvore que é da mesma cor que da terra e amarela nas pontas. Sou eu abraçando a terra. E na terra tem um coração, como uma energia que eu quero me conectar com ela. Tem um fluxo de energia do coração verde até a minha alma. Também tem verde na base da árvore. E tem um detalhe importante que estou abraçando mesmo como se a terra fosse menor, porque meus pés estão para fora. Como se a terra fosse redonda. É uma sensação do corpo que eu adoro fazer isto na cama: deixar os pés para fora como me sentindo a vontade.

“Eu já tive uma sensação de estar sobre a terra. Também é uma coisa das minhas raízes, dos indígenas do Chile onde a conexão com a terra é importante. A terra e a árvore.”

Através das manifestações de Nicole com a imagem da árvore, torna-se possível associar a Terra com a suas origens culturais, pois comentou que, o fato de se perceber sobre a Terra a conecta com os seus antepassados indígenas do Chile.

No comentário sobre o desenho em que há um coração verde na Terra, Nicole relata que do chão vem uma energia que se conecta até a sua alma. Também, em mais um outro relato, fala: “No centro, bem perto das raízes, eu desenhei minha alma”.

Com estes dados, é possível refletir que, quando Nicole refere-se que a sua alma está em conexão com a Terra e existe algo vindo desta camada mais profunda que a coloca em contato com a sua particularidade psíquica.

Jung (*apud* PLAUT, SAMUELS, SHAUTER) em suas obras, geralmente, faz uso do conceito de alma com o mesmo sentido que da Psique. Assim, alma se refere à totalidade dos processos psíquicos. Já os pós Junguianos, tal como Hillman (*Ibidem*) que assume a alma como uma perspectiva individual sobre mundo, a partir das imagens profundas, e associada ao processo de individuação.

Então, é possível averiguar, de acordo com os pós Junguianos, que na Terra Nicole encontra uma ligação profunda com sua alma. E mais, através da Terra, ela se conecta com uma ancestralidade que pode ser decorrente dos povos Mapuches do Chile.

Neste momento, é importante elucidar sobre a influência de cada cultura sobre o inconsciente de um indivíduo e por isso, torna-se relevante para o caso de Nicole, obter referências sobre os aspectos culturais dos indígenas do Chile.

Jung (*apud* ARAUJO, 2010) ao formular sobre inconsciente coletivo, teve que especular também sobre as diferenças culturais existentes em cada sociedade, já que “há diferenciações correspondentes à raça, tribo e família, além da psique coletiva *universal*”.(Grifo do autor).

Mas, foi através de Joseph Henderson (1984 *apud* ARAUJO, 2010) que surgiu o conceito de *inconsciente cultural*, situando-se entre o inconsciente pessoal e o inconsciente

coletivo. Afirma que muito do que Jung considerava como proveniente de um inconsciente coletivo decorria de algo culturalmente condicionado. No entanto, Henderson reserva o termo inconsciente cultural também para os fatores arquetípicos e, assim, valoriza o potencial mítico e ritualístico.

3.4.3. Antepassados indígenas: os Mapuches

Com o objetivo de investigar mais a respeito destes antepassados comentados por Nicole, perguntei qual era a relação dela com os indígenas do Chile: os Mapuches.

Nicole comentou que, como a raça chilena é proveniente de uma mistura étnica entre espanhóis e indígenas, provavelmente, a sua descendência vinda dos Mapuches seja pouca. No entanto, falou que se identifica bastante com a cultura deste povo.

Ao ver o desenho realizado do trabalho com o objeto pessoal, relatou que tal experiência a fez retomar a dança ritualística do povo Mapuche. Segue o desenho com o comentário:



Figura 40 : Desenho Nicole objeto pessoal

Este desenho foi realizado quando dançamos pela primeira vez com o objeto. E eu comecei fazer tipo um ritual com ele, lembrando e fazendo homenagem aos meus ancestrais Mapuches. Há uma dança cerimonial deles que se chama PURRUM. Eu dançava isto, por incentivo da minha mãe, nas cerimônias de protesto dos Mapuches, que se faziam na capital do país, uma vez por ano, na data do descobrimento de América. Já maior, entendi o que significava esta dança, e consegui dançá-la. São saltos curtos, violentos ao ritmo do kultrun, instrumento de percussão Mapuche, cerimonial, tocado pela mulher xamã: MACHI, que entoava cantos como lamentos, que oscilam entre graves e agudos. Esta música é minimalista, repetitiva, como um mantra, você fica dando pulinhos, mas eu entendi que o que faz não pular pra cima, ou para aparentar algo... a ideia é você pular para baixo, bater na terra, sentir o chão, se sentir parte do chão, da terra. Porque MAPUCHE significa GENTE da TERRA (che= GENTE , mapu= TERRA) e só vivenciando isto consegui entender a cosmovisão Mapuche, o amor pela terra, que dela vem tudo e somos parte dela.

Nesta vivência pessoal, eu fiz um ritual, e para me contatar com o meu sagrado, eu dancei pulando na terra, e eu palpei o meu íntimo, no centro da terra.

Nicole também comenta, resumidamente, sobre a cosmovisão Mapuche: diz que existe arraigado nesta cultura um amor pela Terra.

Para compreender melhor sobre este povo e entrelaçar com as manifestações de Nicole, houve necessidade de buscar mais referências sobre os símbolos dos Mapuches do Chile, principalmente os aspectos ligados aos costumes de ordem místicas e religiosas.

Segundo Lobos (2008), os Mapuches apresentam um sentido para a Terra que não se limita a uma concepção territorial, mas toda uma noção de existência ligada aos aspectos espirituais. Assim, este povo categoriza o espaço nas seguintes regiões:

Huall Mapu: O todo, os cosmos.

Huenu Mapu: A terra de cima, associada ao Céu e ao mundo espiritual.

Nag Mapu: Mundo da superfície, onde habitam as pessoas e os animais. É o mundo do ser, o centro e o ponto de equilíbrio cósmico.

Minche Mapu: Mundo de baixo que é responsável em dar sustento ao mundo da superfície. (SOTO *apud* ALCAMÁN, ARAYA, 1993; LOBOS, 2008).



Figura 41 : Concepção mundo Mapuche

Para a cultura Mapuche, segundo Lobos (2008), o homem não é visto como o centro do universo, como na religião cristã, e sim, um elemento a mais na natureza. Um exemplo disto ocorre quando ao servir-se de um alimento, o Mapuche tem que pedir permissão aos espíritos protetores dos animais e vegetais.

Existe a concepção de um Deus, *Ngüinechen*, também conhecido por *Elchen*, sendo aquele que coloca as pessoas no mundo. Soto (2004) afirma que podem existir diversas variações atribuídas ao Deus Mapuche, dependendo dos atributos que se reconhecem Nele.

Na visão Mapuche, Deus, *Ngünechen*, não é masculino, mas homem e mulher ao mesmo tempo e chamado, segundo Noggler (*apud* SOTO, 2004), por Pai/*Chaw* e Mãe/*Nuke*, Ancião/*Fücha* e Anciã/*Kuze*, etc.

A religiosidade para os indígenas Mapuche está arraigada em suas experiências de vidas, já que sentem a presença de *Ngünechen* permanentemente. Este fato concebe ao Ser Supremo como o único reitor na natureza.

Para o mapuche, a vontade criadora espalha-se na perfeição da ordem natural, no coração reto que acata os conselhos e experiências dos ancestrais, considerados estes como tradição sagrada e se espelha também em alguns mecanismos de comunicação com o mundo transcendente, tanto através do sonho (*peuma*) quanto por visões (*perimontu*) de pessoas privilegiadas. (SOTO, 2004, p. 43).

Devido a forte crença no Ser Supremo e aos espíritos, o povo Mapuche sustenta a realização de diversas orações e rituais em suas comunidades. Uma das cerimônias religiosas realizadas pelos Mapuches se denomina *Nguillatún*, que significa 'rogar' e 'pedir'. É uma cerimônia que reúne diferentes comunidades e que se faz uso da língua nativa (*mapudugun*), da produção artesanal e das comidas típicas, sendo que o espaço e o tempo são considerados sagrados. (LOBOS, 2008).

O ritual ocorre em um campo aberto e com a lua na sua fase crescente. No centro do espaço destinado a cerimônia, encontra-se um altar chamado *Rehue*. Ao redor deste altar acontecem as danças^{xxii}.

^{xxii} Em geral, existem diversas danças cerimoniais. Uma delas se destina a cura e é chamada de *purun machi*. Também há o *loncomeu*, onde se enfatiza os movimentos com a cabeça; o *purun ruketu*, realizada com pequenos saltos; o *purun mellaaschnakm*, com delicados movimentos marcados no chão; e o *purun trafyén* que enfatiza os movimentos da face. Além destes, existem outros estilos que são mais comuns, como a *ema purun* ou dança de avestruz, realizada em rituais festivos, e o *purun kollón* ou dança mascarada.

<http://www.memoriachilena.cl/temas/dest.asp?id=bailesfolcmapuche> acesso em 20.10.10.

O Rehue é um símbolo que se mostra relevante para a pesquisa, principalmente devido a sua forma vertical e em semelhança com a imagem da árvore.

Este altar é feito de madeira, geralmente, vindo de uma árvore chamada canelo. Apresenta em sua cúspide a forma de uma cabeça humana e se constitui por sete degraus.



Figura 42 : Rehue ^{xxiii}

O papel que o Rehue desempenha na cultura Mapuche é de ser o *Axis Mundi*, um eixo do mundo capaz de ligar ritualmente o Céu com a Terra. Enquanto eixo do mundo, o Rehue apresenta como sendo o centro de uma comunidade espiritual que propicia uma ordem e poderes para as forças espirituais dos Mapuches. A etimologia da palavra Rehue significa lugar (*hue*) sagrado (*re*).

^{xxiii} <[http://www.taringa.net/posts/imagenes/4694193/Cultura-Mapuche-explicada-en-imagenes - Chile_.html](http://www.taringa.net/posts/imagenes/4694193/Cultura-Mapuche-explicada-en-imagenes-Chile_.html)>

O símbolo de Rehue também está relacionado com a escada ou ponte, lembrando, que são esculpidos sete degraus, sendo que cada degrau representa um estágio espiritual para ascender ao Céu.

Os diferentes aspectos do simbolismo da escada estão associados às relações entre o céu e a terra. A escada é vista como um símbolo da ascensão e da verticalidade. Sendo que esta ascensão ocorre gradualmente. (CHEVALIER, GHEERBRANT, 2002).

Neste momento do texto, torna-se fundamental retomar as imagens criadas por Nicole e seguir com as análises, agora acrescentando os dados provenientes dos símbolos do povo Mapuche.

3.4.4. Entre o Céu e a Terra

Assim como os indígenas do Chile que utilizam o Rehue como Eixo do Mundo, Nicole também se valeu da imagem vertical para se situar na relação entre o Céu e a Terra, que no seu caso foi visto tanto nos desenhos das árvores como na sua percepção da postura corporal.

Também em seus relatos dos desenhos foi possível identificar tal aspiração:

“[...] o fluxo de energia que seria com as folhagens e querendo me conectar com algo mais espiritual”.

[...] a árvore na parte de cima, não tem um fim. Tem um fluxo. [...] No centro, bem perto das raízes, eu desenhei minha alma. [...] As linhas ondulantes acima seriam eu fluindo na vida, abrindo-me ao céu. Ao redor, tem a cor azul que seria o céu. Mas, aqui no lado direito, tem uma luz amarela forte, que seria uma alma maior, uma ideia de Deus, que eu, naquele momento, estava na procura.

[...] O tronco, as ramas e as folhas vão subindo ondulantemente para o céu. E no céu tem a cor azul e a luz do sol. E aqui do lado direito tem o que eu vivenciei quando eu estava de olhos fechados.

Neste ponto é possível elucidar dois fatos: o primeiro que Nicole localizou a sua alma na Terra, a sua identidade, e, o segundo que encontrou a existência de “uma alma maior, uma ideia de Deus” no Céu.

Em todo o momento, Nicole sempre se colocou em uma relação entre o Céu e a Terra. Também, pontuou que tanto na esfera celeste quanto na Terra existe uma alma. A diferença identificada entre ambas, é que na Terra encontra-se algo mais particular, vindo das suas origens, dos seus antepassados indígenas. Já no Céu, está a alma maior: Deus.

Ao retomar as concepções de realidades do povo Mapuche, percebe-se que Nicole apresenta algumas semelhanças com a cosmovisão indígena: para os Mapuches o Céu se refere ao *Huenu Mapu*: mundo espiritual, que poderia ser para ela a sua alma maior.

Com relação a Terra, os Mapuches reconhecem nela um mundo inferior e base para o mundo onde vivem os homens e os animais. Nicole também encontrou tal base que, para ela, relaciona-se com a sua alma individual.

O pensamento de Neumann (1995) sobre a criança e os estágios arquetípicos relacionados ao desenvolvimento psíquico, nos auxilia a compreender o porquê do símbolo da Terra ser uma base para Nicole.

O autor comenta que é na relação primal, entre mãe e filho na primeira fase da vida, que ocorre a formação do Self da criança. E, posteriormente, o desenvolvimento da personalidade terá como eixo as relações estabelecidas entre o ego da criança e o Self.

Sendo na primeira fase da vida, o arquétipo da Grande Mãe como Self da criança existe uma compreensão que neste momento o símbolo da Terra está muito presente. Tal pensamento torna-se ainda mais expressivo quando Neumann (1995), ao descrever os

estágios para o desenvolvimento do ego, expõe a fase Vegetativa^{xxiv}, sendo uma fase passiva e similar a uma planta na terra.

Talvez, por esta razão fundamentada no desenvolvimento da personalidade, que Nicole manifestou, simbolicamente, o seu coração localizado no interior da Terra.

Neste momento da discussão é importante lembrar que Nicole comentou sobre a existência de um Deus maior e o situou no Céu. Segundo Samuels; Shorter; Plaut (2010) a imagem de Deus se vale para tudo aquilo que representa um valor máximo para a pessoa, seja expresso de forma consciente ou inconsciente. Tal imagem também se relaciona diretamente com o arquétipo do Self.

No entanto, devido a toda expressão de Nicole frente a Terra, por situar sua alma individual neste símbolo e com a abordagem dos estudos de Erich Neumann (1995) sobre a formação do Self, podemos refletir que este arquétipo da totalidade se manifestou tanto na Terra como no Céu.

Neste sentido, a árvore para Nicole contempla uma totalidade psíquica, uma união dos pares de opostos e, talvez, seja representativa do arquétipo do seu Self.

Jung (2003) abordou que a imagem da árvore surge a partir de um corte transversal na figura da Mandala. É preciso lembrar que a figura circular relaciona ao arquétipo do Self, como comentado nos casos provindos da instituição psiquiátrica. Assim, a árvore adquire também o mesmo sentido, mas associado ao fenômeno do crescimento.

Von Franz (1977), ao abordar sobre o processo de individuação, descreve sobre a possibilidade de cada indivíduo crescer e amadurecer psiquicamente. E que este processo ocorre através de um fenômeno involuntário e natural que se revela, frequentemente, nos sonhos pela árvore “cujo desenvolvimento lento pujante e involuntário cumpre um esquema bem definido” (p. 161).

^{xxiv} Estágio fálico-ctônico. (NEUMANN, 1995).

No caso de Nicole, as árvores não surgiram através de sonhos, mas por meio das práticas expressivas, como a improvisação em dança e os desenhos livres, que foi uma forma de estabelecer um contato com o seu inconsciente sem perder uma relação consciente dos seus fenômenos psíquicos.

Outro ponto a ser considerado se detém na percepção que teve de sua postura durante o trabalho de improvisação em dança. Nicole considerou a construção de uma outra estrutura que se estabelece juntamente com um alongamento axial.

Souzenelle (1995) afirma que: “Simbolicamente, a coluna vertebral é o caminho do nosso encontro com nós mesmos” (p.62). Sendo o Self capaz de intermediar as relações entre consciência e inconsciente, a coluna vertebral também assume uma comunicação entre a parte superior e inferior do corpo. Um eixo capaz de ligar o Céu e a Terra, assim como observado na simbologia das Árvores e no altar dos Mapuches: o Rehue.

4. CONSIDERAÇÕES

Antes de adentrar neste capítulo, vejo a necessidade de pontuar que as considerações ocorrem somente devido à existência de um prazo formal para se encerrar uma dissertação. Caso contrário este estudo jamais teria um fim, mas sempre um recomeço, principalmente pelo eixo das análises se basearem nas manifestações simbólicas.

Para recordar, o objetivo da pesquisa foi buscar expressões tanto nos internos da instituição psiquiátrica como nas pessoas participantes do grupo de improvisação em dança que pudessem revelar uma experiência simbólica.

A partir da observação dos dados empíricos constituídos na área da psiquiatria, reflito que na eminência de um estado psíquico em que o inconsciente está em dominância sobre a estrutura do ego, as imagens circulares revelaram uma saudade do estado primordial vivido no primeiro ano de vida e, assim, um desejo de retornar a vivência onde a figura materna é protetora e não existe dualidade.

O arquétipo do Self, como a totalidade psíquica, integrou na interpretação destas imagens circulares como sendo uma tendência do inconsciente em compensar o caos vigente na consciência e, assim, apresentou também um aspecto de proteção psíquica.

Outra imagem reveladora deste arquétipo foi apresentada através da movimentação dos participantes na instituição psiquiátrica que tendia para o centro do círculo durante as práticas corporais. Pois, a dinâmica do inconsciente ocorre de forma semelhante, com uma movimentação espiral em torno do centro, sendo este núcleo: o Self. (JUNG, 1994). Este fato mostrou-se também como uma forma de regressão psíquica.

Já no caso de Nicole, do grupo de improvisação em dança, supus que a sua base psíquica, como uma base para o desenvolvimento da personalidade, está representada

através do Self e localizado na Terra. Sendo que esta interpretação torna-se coerente quando se contextualiza o símbolo da Terra como uma base, da mesma maneira que é reconhecido o arquétipo da Mãe para a formação do Self da criança (NEUMANN, 1995). Mas, ao mesmo tempo, como Nicole também posicionou sua alma maior, e o chamou de Deus, no Céu, vejo a necessidade de refletir que este arquétipo da totalidade também possui uma base localizada na Terra.

Neste ínterim, o pensamento de Jung (2003), que contempla a árvore como uma imagem do Self associada ao fenômeno do crescimento, condiz com a inviabilidade em segmentar as relações existentes entre os símbolos do Céu e da Terra, pois ambos são complementares e sustentam uma representação da totalidade psíquica.

Por este caminho, alcancei uma reflexão aonde é inviável construir localizações para representar a imagem do Self, já que este se expressa dentro de um universo que é simbólico e, por isso, mostra-se como uma totalidade. Tal pensamento é coerente com a natureza deste arquétipo que tanto pode ser o centro da psique como um todo.

Sendo uma totalidade, o arquétipo do Self pode ser considerado como “onipresente” já que tem a capacidade de estar simultaneamente em todos os lugares e, por isso, não se pode atribuir-lhe um ponto definido no espaço físico^{xxv}. Mas, este arquétipo do Self também tem existência no tempo, acompanhando uma vivência, e assim, o sentido do arquétipo existe como totalidade dentro do que se chama de Universo físico, ou “espaço-tempo”. Neste sentido, tanto os conceitos de Deus quanto as manifestações simbólicas abordadas nesta pesquisa, como: o Céu, a Terra, a Grande Mãe, a Árvore e o Círculo, são representações abstratas e devem pertencer ao Universo. Devido ao fato de serem uma totalidade, os símbolos existem dentro deste espaço-tempo.

^{xxv} Ver citação de JUNG (2006) localizado na p. 08 desta dissertação.

Num sentido ontológico, Acuña (2009) menciona que a percepção da existência das entidades abstratas, e o efeito dos símbolos, ocorrem somente devido a sensação de um eixo temporal dos acontecimentos, e afirma as manifestações abstratas com existência apenas no ponto de tempo presente. Assim, quando falamos que algo é abstrato, apenas torna-se existente quando percebo sua manifestação no momento presente. Pois, como afirma Jung (2006, p. 16): “Uma existência psíquica só pode ser reconhecida pela presença de conteúdos capazes de serem conscientizados. Só podemos falar, portanto, de um inconsciente na medida em que comprovamos os seus conteúdos”. Ou seja, estes conteúdos que estão na camada mais profunda da psique ganham existências ao entrarem em contato com a consciência, de maneira empírica, e na medida em que os vivencio no momento presente.

Com todas estas reflexões, acrescento uma realidade sobre o símbolo para enriquecer as discussões:

[...] arquétipos também são símbolos verdadeiros e genuínos que não podemos interpretar exhaustivamente, nem como sinais, nem como alegorias. São símbolos genuínos na medida em que eles são ambíguos, cheios de pressentimentos e, em última análise, inesgotáveis. [...] O intelecto discriminador sempre procura estabelecer seu significado unívoco e perde o essencial, pois a única coisa que é possível constatar e que corresponde à sua natureza é a multiplicidade de sentido, a riqueza de referências quase ilimitadas que impossibilita toda e qualquer formulação unívoca. (JUNG, 2006, p. 47).

Então, ao saber que a realidade de um símbolo apenas existe no presente e que possui uma natureza indefinível, senti-me impotente ao tentar analisar de maneira satisfatória, ou imperativa, as manifestações descritas nesta pesquisa. Neste sentido, a própria linguagem acaba limitando e categorizando a verdadeira essência de um símbolo. No entanto, algumas reflexões permaneceram e sintetizo as questões que foram mais relevantes no decorrer do estudo.

Primeiro, tendo como participantes da pesquisa tanto internos de uma instituição psiquiátrica como estudantes de nível universitário, pude notar uma diferença nas respectivas manifestações simbólicas. No primeiro caso, a imagem mais recorrente foi a do círculo e, no segundo, a imagem da árvore. Mesmo ambos os símbolos estarem associados ao arquétipo do Self, a imagem da árvore pode se relacionar com aspectos do desenvolvimento da personalidade tendo a presença de um ego mais fortalecido. Já as expressões dos círculos surgiram como uma forma de compensar o caos psíquico em pessoas que estavam com os seus egos fragilizados. Talvez por tais razões, associei a imagem da Terra em Maria a uma regressão psíquica e para Nicole esta mesma imagem interpretei como uma base para seu crescimento psíquico.

No entanto, tais considerações realizadas entre os casos abordados apenas são válidas no contexto da pesquisa. Neste sentido, não posso deduzir, em hipótese alguma, que a imagem da árvore apenas se manifesta em pessoas que apresentam um ego estruturado, pois também verifiquei nos desenhos dos internos da instituição psiquiátrica algumas árvores^{xxvi}. Lembrando que estes desenhos não se adequaram para efetuar uma interpretação, já que é necessário existir uma sequência de imagens para cada indivíduo onde possibilite verificar os desdobramentos dos símbolos e, assim, realizar a amplificação.

Para finalizar estas considerações, devido ao símbolo apresentar uma natureza indefinível e onipresente, tenho indícios que apenas torna-se possível conhecê-lo e sentir seus efeitos somente no momento presente.

^{xxvi} Ver ANEXO IV.

REFERÊNCIAS

ACUÑA, José Javier S. **El devenir de la ontología cuántica**: la inexistencia del ser en el punto presente. Pensamiento. Revista de Investigación e Información Filosófica. Volumen 65, N° 246, N° 3, Páginas 987-1012, 2009

ARAUJO, Fernando Cesar. **Da cultura ao inconsciente cultural**: psicologia e diversidade étnica do Brasil contemporâneo. Disponível em:

<http://www.rubedo.psc.br/artigosb/cultacul.htm>. Acesso em: 28 de setembro 2010.

BARROS, Manoel. **Os livros das ignorâncias**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1993.

BENGOA, José. **História del pueblos mapuches**: siglo XIV y XX. 6 ed. Santiago: Lom Ed, 2000.

BYINGTON, Carlos A. B. **A interação arquetípica matriarcal e patriarcal na psiquiatria**: um estudo da psicopatologia simbólica junguiana. Disponível em: http://www.carlosbyington.com.br/downloads/artigos/pt/a_psicopatologia_de_dominancia_matriarcal_ilustrado_nise_da_silveira.pdf Acesso em: 05 de setembro 2009.

BEZIÉRS, Marie-Madeleine; HUNSINGER, Yva. **A coordenação motora e o bebê**: os gestos apropriados para lidar com a criança. 3 ed. São Paulo: Summus, 1994.

BEZIÉRS, Marie-Madeleine; PIRET, Suzanne. **A coordenação motora**: aspectos mecânicos da organização psicomotora do homem. 2 ed. São Paulo: Summus, 1992.

BIENFAIT, Marcel. **Os desequilíbrios estáticos**: fisiologia, patologia e tratamento fisioterápico. 4 ed., São Paulo: Summus, 1995.

CHEVALIER, Jean; GHEERBRANT, Alain. **Dicionário de símbolos**, 17 ed., Rio de Janeiro: José Olympio, 2002.

DALGALARRONDO, Paulo. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**, 2 ed., Porto Alegre: Artmed, 2008.

GAIARSA, José Angelo. **O corpo e a terra**. São Paulo: Ícone, 1991.

GOUVÊA, Raquel Valente de. **Prática corporeoenergética para a improvisação de dança**: uma via para a manifestação da criatividade. 2004. 197 p. Dissertação (Mestrado em Artes), Instituto de Artes, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2004.

HARRIS, Judith. **Jung e o ioga**: a ligação entre corpo-mente. São Paulo: Claridade, 2004.

JESUS, Adilson N. **Vivências corporais**: proposta de trabalho de auto-conscientização. 169 f. 1992. Dissertação (Mestrado em educação física). Faculdade de Educação Física, Universidade de Campinas, Campinas, 1992.

JUNG, Carl. Gustav. **Aion**: estudos sobre o simbolismo do si-mesmo. 2 ed. Petrópolis: Vozes, 1988.

_____. **Tipos psicológicos**. Petrópolis: Vozes, 1991.

_____. **Psicologia e alquimia**. 2 ed. Petrópolis: Vozes, 1994 a.

_____. **Psicogênese das doenças mentais**. 3 ed. Petrópolis: Vozes, 1999.

_____. **O eu e o inconsciente**, 16 ed. Petrópolis: Vozes, 2002a.

_____. **A energia psíquica**, Petrópolis: Vozes, 2002b.

_____. **Estudos alquímicos**. Petrópolis: Vozes, 2003.

_____. **Os arquétipos e o inconsciente coletivo**. 4 ed. Petrópolis: Vozes, 2006.

JUNG, Carl Gustav; WILHELM, Richard. **O segredo da flor de ouro**: um livro de vida chinês. 11 ed. Rio de Janeiro: Vozes, 2001.

KAST, Verena. **A dinâmica dos símbolos**: fundamentos da psicoterapia junguiana. São Paulo: Loyola, 1997 a.

_____. **A imaginação como espaço de liberdade**: diálogos entre o ego e o inconsciente. Loyola: São Paulo, 1997 b.

LELOUP, Jean-Yves. **O corpo e seus símbolos**: uma antropologia essencial. 13 ed. Rio de Janeiro: Vozes, 2005.

LEXIKON, Herder. **Dicionário de símbolos**. 11 ed. São Paulo: Cultrix, 2010.

LOBOS, Omar. **Los mapuches**. Buenos Aires: Del Sol, 2008.

MINDELL, Arnold. **O corpo onírico**: o papel do corpo no revelar do si-mesmo. São Paulo: Summus, 1989.

MONTAGU, Ashley. **Tocar**: o significado humano da pele. 34 ed. São Paulo: Summus, 1988.

MOREIRA, D. A. **O método fenomenológico na pesquisa**. São Paulo: Pioneira Thomson, 2002.

NEUMANN, Erich. **A criança**: estrutura e dinâmica da personalidade em desenvolvimento desde o início de sua formação. 10 ed. São Paulo: Cultrix, 1995.

_____. **O medo do feminino**: e outras histórias sobre a psicologia feminina. São Paulo: Paullus, 2000.

_____. **A grande mãe**. um estudo fenomenológico da constituição feminina do inconsciente. São Paulo: Cultrix, 2003.

_____. **História da origem da consciência**, 10 ed. São Paulo: Cultrix, 2010.

PARISI, Silvana. **Separação amorosa e individuação feminina**: uma abordagem em grupo de mulheres no enfoque na Psicologia Analítica. 2009. 272 p. Tese (Doutorado – Departamento de Psicologia). Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2009.

PENNA, Eloisa M. D. **O paradigma junguiano no contexto da metodologia da pesquisa qualitativa**. In: Psicologia USP, Faculdade de Psicologia, São Paulo-SP, v.16, n 3 (p. 71-94), 2005 .

_____. **Pesquisa em psicologia analítica**: reflexões sobre o inconsciente do pesquisador. In: Boletim de Psicologia, São Paulo-SP, v. LVII, n. 127 (p. 127 –138), 2007.

PENNA, Lucy. **Corpo sofrido e mal-amado**: as experiências da mulher com o próprio corpo. São Paulo: Summus, 1989.

ROA, Sérgio Fritz. **El rehue, axis mundi de la cosmovisión mapuche**. Disponível em: <http://www.bajoloshielos.cl/rehue.htm>. Acessado em: 19 novembro 2010.

SAMUELS, Andrew; SHORTER, Bani; PLAUT, Fred. **Dicionário crítico de análise junguiana**. Disponível em: <<http://www.rubedo.psc.br/dicjung.htm>> Acesso em: 06 maio 2010.

SILVA, José O. M. P. **A psiquiatria e o artista**: Nise da Silveira e Almir Mavignier encontram as imagens do inconsciente. 2006. 116 f. Dissertação (Mestrado em Artes), Instituto de Artes, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2006.

SILVEIRA, Nise da. **Imagens do inconsciente**. 2 ed. Rio de Janeiro: Alhambra, 1981.

_____. **O mundo das imagens**. São Paulo: Ática, 2001.

SOTO, Elba. **Na busca de mudança social**: sonhos e lutas dos Mapuches do Chile. 2004. 159 f. Tese (Doutorado em educação), Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2004.

SOUZENELLE, Anick. **O simbolismo do corpo humano**: da árvore da vida ao esquema corporal. São Paulo: Pensamento, 1995.

TRIVIÑOS, Augusto N. S. **Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação.** São Paulo: Atlas, 1987.

WOSIEN, Maria-Gabriele. **Danças Sagradas: o encontro com os deuses,** Rio de Janeiro: Del Prado, 1997.

_____. **Dança sagrada: deuses, mitos e ciclos.** São Paulo: Triom, 2002.

VON-FRANZ, Marie-Louise. In: **O homem e seus símbolos.** 6 ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1988.

ZIMMERMANN, Elisabeth Bauch. **Integração de processos interiores no desenvolvimento da personalidade.** 1992. 169 f. Dissertação (Mestrado em Ciências Médicas), Faculdade de Ciências Médicas, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1992.

ANEXOS

ANEXO I

A pesquisa vinculada ao grupo "Olho" (Laboratório de Estudos Audiovisuais) da Faculdade de Educação, que trabalha com estudos de imagens, necessita de interessados em participar do grupo de improvisação em dança, sendo parte da dissertação intitulada "Processo criativo e a estruturação da postura corporal".

O projeto visa verificar a melhora da postura corporal através das técnicas do Pilates e da expressão corporal.

Informações e contato: Ana Luisa Moraes - Mestranda em Educação.

E-mail: analu@unicamp.br

Telefone: (19) 9281 6843.

Orientador: Prof. Dr Adilson Nascimento de Jesus.

Mais detalhes: O interessado na pesquisa deverá participar do grupo uma vez por semana, e se submeter a uma análise postural e a um questionário, sendo que estes serão feitos na fase inicial do grupo (Agosto de 2008) e no término do mesmo (Novembro de 2008).

Os grupos acontecerão a partir do dia 12/08, as terças-feiras, das 9h30 às 11h, na sala ED-03 do prédio anexo da Faculdade de Educação.

Grupo de pesquisa Olho - Laboratório de Estudos Audiovisuais - <http://www.fe.unicamp.br/olho>

ANEXO II**Sobre a pesquisa:**

Titulo da dissertação: O processo criativo e a estruturação da postura corporal

A pesquisa investiga a importância do trabalho de criação para uma estruturação da postura corporal, com a proposta de realizar um trabalho criativo.

O trabalho se dará através da criação de movimentos que impulsiona às pessoas a uma livre ação e com uma possibilidade de entrar em contato com a esfera inconsciente. Assim, os movimentos corporais criados serão uma expressão do conteúdo psíquico constelado na prática. Esta é uma maneira de trabalhar o corpo conjugado à dinâmica da psique. A investigação tem como referência o estudo da Psicologia Analítica de Carl Gustav Jung.

Quanto à metodologia, é uma pesquisa de caráter empírico com o foco na análise e na interpretação da pesquisadora com as pessoas envolvidas no estudo. Como meio para a obtenção dos dados, fará uma análise postural, baseado no Diagnóstico Clínico e Postural de Ângela Santos (2001), para avaliar a postura estática e uma entrevista para saber o discurso de cada pessoa no que se refere à imagem corporal. Ambos serão realizados ao início e ao final do processo, assim, possibilitará uma análise evolutiva e comparativa dos dados recolhidos.

Com respeito à dinâmica de trabalho, os encontros acontecerão às terças-feiras, das 9h30 às 11h, na sala de práticas corporais do prédio anexo da Faculdade de Educação. Os participantes deverão assinar um termo de compromisso com a pesquisa e evitar se ausentar nas práticas. No início de todo encontro, faremos exercícios de Pilates com o

intuito de conhecer melhor o corpo e deixar as cadeias musculares e articulares mais equilibradas. Em seguida, teremos atividades rítmicas que induzam a pessoa a criar seus próprios movimentos e assim, expressar-se.

Sobre a pesquisadora

Graduada em Educação Física pela Unesp-RC (2002). Mestranda da Faculdade de Educação –Unicamp (2008). Atuou (2004-2007) na área de psiquiatria com pacientes portadores de transtornos psicóticos, neuróticos e dependentes químicos através de práticas corporais educativas e expressivas. Atualmente, professora de Pilates. Experiência com criação em dança através do Gedan (Grupo de Estudos em Dança – Unicamp), desde de 2003, e na Confraria da Dança (2006 e 2007).

Questionário ao interessado:

Nome:.....

Data de Nascimento:.....

Gosta de fazer atividade física? Qual?

Peso: Altura:

Dores frequentes? Local da dor?.....

Superficial () ou Profunda ()

Apresenta alguma patologia de coluna:

() Hiperlordose () Escoliose () Hiperlordose

Se sim: De nascimento () ou Postural ()

Que motivo(s) fez você se interessar em participar da pesquisa?

ANEXO III

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Via da pesquisadora – 2008

Prezado integrante,

Conto com a sua participação, como sujeito da pesquisa de mestrado intitulada “Processo de criação e a estruturação da postura corporal”, cujo objetivo geral é analisar a relação entre a prática de improvisação em dança e o desenvolvimento da postura corporal.

A pesquisa prevê a realização de uma experiência corporal, durante o segundo semestre do ano letivo de 2008. Esta experiência encontra-se dividida em quatro partes. A primeira se constitui na vivência de exercícios de pilates com o objetivo de conhecer, aquecer, alongar e fortalecer as cadeias musculares. A segunda, no relaxamento, constituído através de uma indução verbal ou do trabalho de toque em duplas. A terceira, na criação de movimentos, com o auxílio de estímulos verbais e musicais. E a quarta, na construção livre de desenhos.

A vivência com a prática de improvisação em dança e a construção dos desenhos podem aflorar sentimentos, emoções ou experiências muito pessoais e, muitas vezes, mantidas em segredo. Devido a essa particularidade, nenhuma atividade da experiência formativa será obrigatória, sendo assegurado ao sujeito da pesquisa o direito de se ausentar da atividade ou da sala no momento que desejar ou necessitar.

As práticas de improvisação em dança serão fotografadas em alguns encontros. Os desenhos serão scaneados pela pesquisadora e devolvidos no final da pesquisa. E as

conversas tidas no final do grupo, serão registradas num caderno de campo. Todos os dados coletados serão utilizados exclusivamente para fins de pesquisa.

Durante toda a realização da coleta e registro de dados, bem como após a realização da pesquisa, estaremos à disposição para quaisquer dúvidas ou esclarecimentos.

Este documento, apresentado pela pesquisadora responsável pela pesquisa em questão, será assinado em duas vias, uma de posse da pesquisadora e a outra de posse do sujeito da pesquisa.

Agradecemos sua participação

Ana Luísa Fernandes de Moraes – Mestranda em Educação

e-mail: analu@unicamp.br

Prof. Dr. Adilson Nascimento de Jesus – Orientador na Pesquisa

e-mail: caosemdono@uol.com.br

Prof^a Dra. Ana Angélica Albano – Co-orientadora da Pesquisa

e-mail: nanalbano@uol.com.br

Laboratório de Estudos Áudio Visuais– OLHO

Departamento de Educação, Conhecimento, Linguagem e Arte – DELART

Faculdade de Educação – Universidade Estadual de Campinas

Comitê de Ética em Pesquisa

Endereço: Faculdade de Ciências Médicas - Rua: Tessália Vieira de Camargo, 126
Cidade Universitária "Zeferino Vaz" - Campinas - SP - Brasil - CEP: 13083 -887 -

e-mail: cep@fcm.unicamp.br telefone: (19) 3521-8936

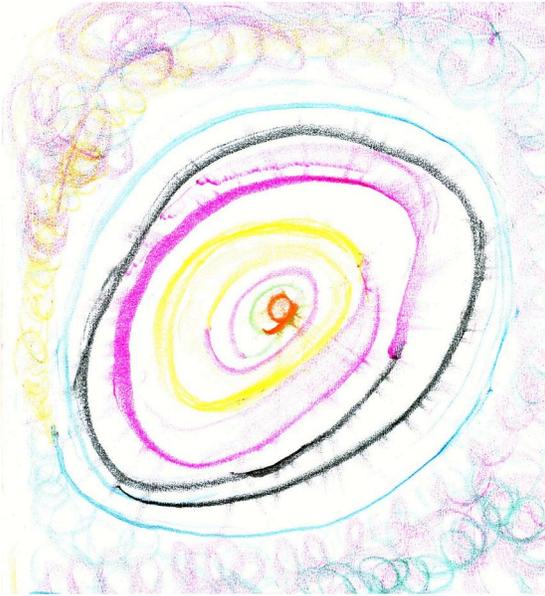
Conhecendo os objetivos da pesquisa, assim como as ações que a compõem, concordo em participar da mesma, ciente que poderei retirar meu consentimento em qualquer momento, excluindo minhas informações do conjunto de dados.

Nome:..... RG:

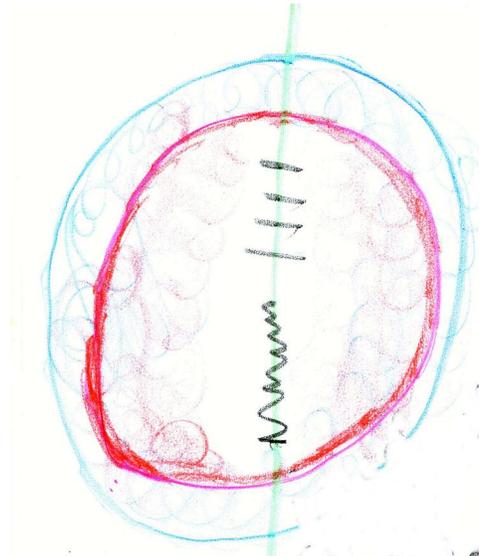
Assinatura:

Data / /

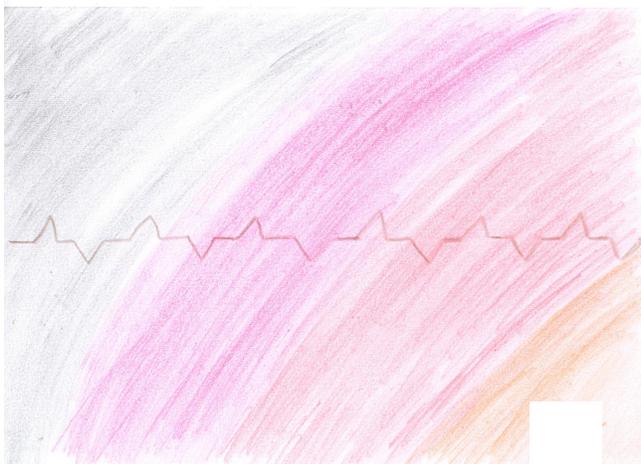
Desenhos realizados na psiquiatria^{xxvii}



Mandala



Corte



Fluência



Dança

Figura 43 : desenhos psiquiatria 01

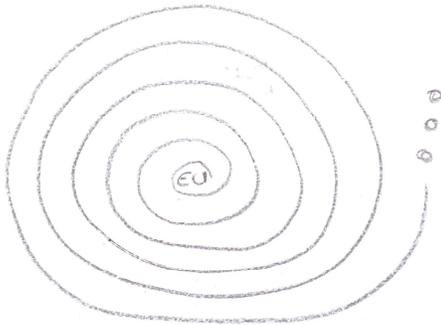
^{xxvii} Nomes trocados e omitidos para preservar a identidade dos envolvidos.



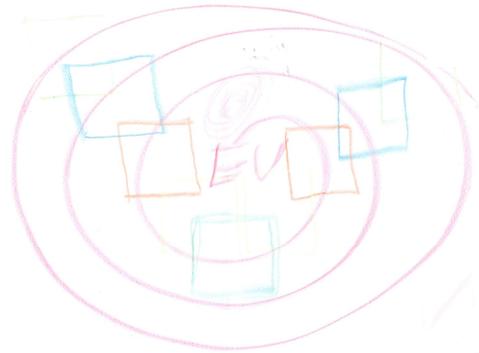
Árvore 01



Flor 01



Espiral 01

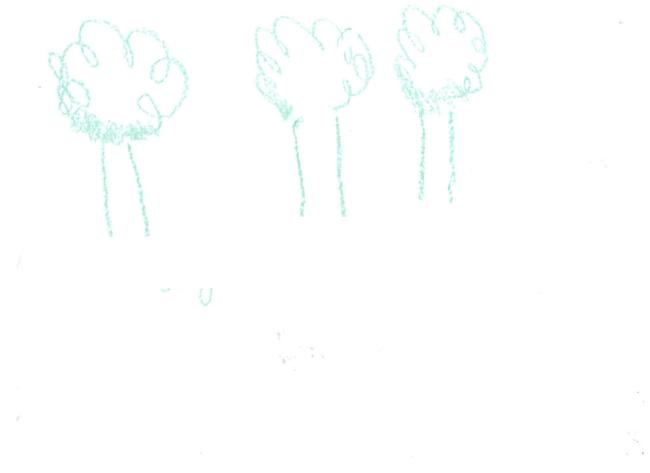


Espiral 02

Figura 44 : desenhos psiquiatria 02



Árvore 02



Árvore 03



Flor 02

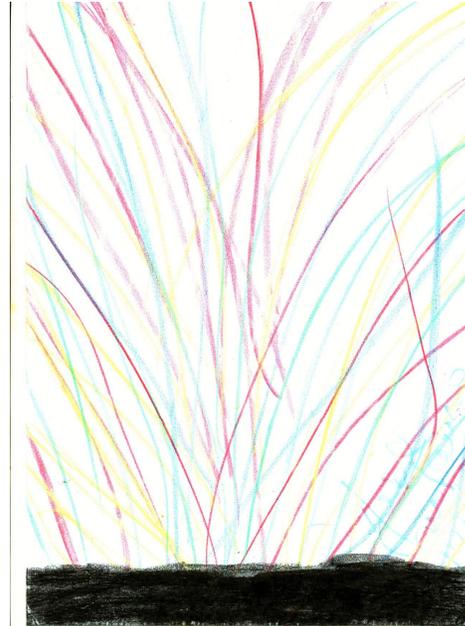


Vulcão

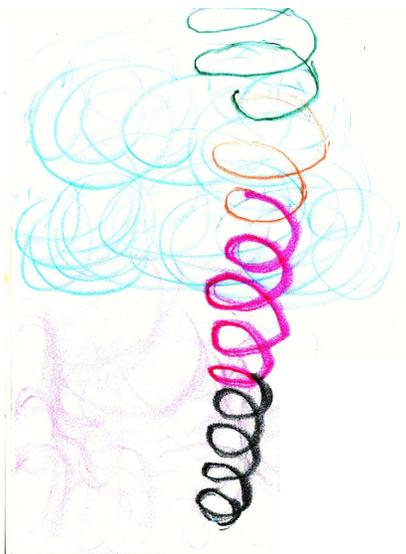
Figura 45 : desenhos psiquiatria 03



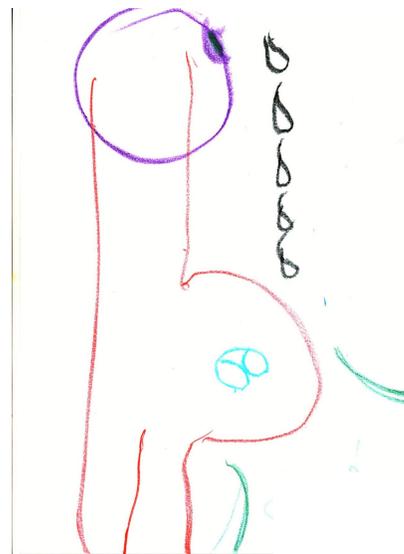
Linhas



Chamas



Espiral colorida



Grávido

Figura 46 : desenhos psiquiatria 04

Este questionário, com questões abertas, visa saber um pouco mais de como foi a sua vivência no grupo de improvisação em dança. Peço que responda com sinceridade para que a pesquisa possa se basear em dados fiéis.

a) Qual (is) a(s) parte(s) do corpo que você mais sentiu que foi(ram) trabalhada(s) durante o processo de criação em dança?

“As escápulas, ombros, ventre e tronco. Pés e melhor apoio dos pés no chão.”

b) Como é que você se sentiu com a sua postura corporal após as práticas? Caso sinta necessidade, relate o que você vivenciou

Geralmente, eu me sentia mais leve, revitalizada. Conseguia me contatar com o meu corpo, liberar o stress e encher de energia. Com respeito a postura corporal, eu desenvolvi a capacidade de me corrigir, percebendo o desconforto numa má posição (com os ombros encolhidos para dentro, as costas curvadas, isso dá uma dor no centro do tronco, como se estivesse contraindo o estomago e também dor na lombar). Só essa consciência me tem levado a me corrigir, levando os ombros para trás, apertando o ventre superior e tentando encaixar o quadril. Bem que essa postura não a incorporei ainda o tempo todo, pois o trabalho, tensões e preocupações me levam a ficar mais abstraída, com olhar para baixo e ombros encolhidos. Mas, eu já me sinto confirmada, por ter começado a me policiar, na melhora da postural, e também tenho começado a observar a postura dos outros e relacionando-o com suas características psicológicas. Uma amiga que mora comigo, fisioterapeuta, à um semestre, tem observado que melhorei minha postura. Eu vejo que essa dança tem influenciado sobre meu posicionamento no mundo. Tem me levado a ocupar meu espaço social, assumindo as minhas responsabilidades (nos

deveres e direitos) porque assim como abrir meus ombros significa ocupar maior físico (o espaço de vida) isso tem conduzido a ocupar social (e academicamente) o devido espaço também.

- c) Qual foi a contribuição dos desenhos como um elemento da criação na dança?

Eu geralmente usava recursos de imagens na minha mente, nos exercícios realizados. A realização dos desenhos, depois deles, ajudou fixar os conceitos que cada imagem significava. As vezes que não imaginei nada concreto, mas senti diversas emoções e visualizei fluxo de energias, a realização dos desenhos serviu para esquematizar e canalizar essas emoções e “conceitos” de energias no corpo.

- d) Qual (is) foi (ram) a sua (s) maior (es) dificuldade com o trabalho criativo?

A inibição ante os outros, pensar que estava sendo observada e avaliada, me senti ridícula, as vezes, geralmente no começo dos exercícios. A tensão e as preocupações me faziam sentir uma grande inércia, principalmente algumas vezes que tinha dormido pouco. Uma ou duas vezes não tinha vontade de me mexer, sentia vontade de não estar aí, e ir fazer as minhas tarefas (estava com muita pressão). Mas, no andamento, fui observando a importância do movimento para melhor fluxo das energias, positivas e negativas, me renovando assim, e agradecendo e surpreendendo no final dessas aulas, pela reciclagem que vivenciei.

ANEXO VI: Índice de Figuras

<i>Figura 1 : Imagens pessoais árvores.....</i>	<i>xx</i>
<i>Figura 2 : Postura de enrolamento (p. 17).</i>	<i>19</i>
<i>Figura 3 : Diagrama de Penna (2007).....</i>	<i>27</i>
<i>Figura 4 : Flexão dos dedos</i>	<i>40</i>
<i>Figura 5 : Rotação dos tornozelos.....</i>	<i>40</i>
<i>Figura 6 : Flexão joelhos</i>	<i>41</i>
<i>Figura 7 : Rotação joelhos.....</i>	<i>41</i>
<i>Figura 8 : membros inferiores frente e trás; adução e adução.....</i>	<i>42</i>
<i>Figura 9 : Mobilização quadris.....</i>	<i>43</i>
<i>Figura 10 : Abertura e aproximação ombro</i>	<i>44</i>
<i>Figura 11 : Elevar e relaxar os ombros.....</i>	<i>44</i>
<i>Figura 12 : Rotação braços e ombros.....</i>	<i>45</i>
<i>Figura 13 : Flexão e extensão dos cotovelos</i>	<i>45</i>
<i>Figura 14 : Abrir e fechar os dedos das mãos.....</i>	<i>46</i>
<i>Figura 15 : Rotação punhos</i>	<i>46</i>
<i>Figura 16 : Pescoço de um lado para outro.....</i>	<i>47</i>
<i>Figura 17 : Circundunção pescoço</i>	<i>47</i>
<i>Figura 18 : Alongamento musculatura posterior</i>	<i>50</i>
<i>Figura 19 : Alongamento musculatura posterior com pernas cruzadas</i>	<i>50</i>
<i>Figura 20 : Alongamento musculatura quadríceps.....</i>	<i>51</i>
<i>Figura 21 : Alongamento das musculaturas dorsais</i>	<i>51</i>
<i>Figura 22 : Alongamento musculatura posterior com cruzamento de braços</i>	<i>52</i>
<i>Figura 23 : Alongamento musculatura peitoral.....</i>	<i>52</i>
<i>Figura 24 : Alongamento musculatura do tríceps e deltóide</i>	<i>53</i>
<i>Figura 25 : Alongamento musculatura antebraço e bíceps</i>	<i>53</i>
<i>Figura 26 : Alongamento musculatura pescoço.....</i>	<i>54</i>

<i>Figura 27 : Alongamento musculatura pescoço inclinado</i>	<i>54</i>
<i>Figura 28 : Alongamento musculatura pescoço com apoio de mãos</i>	<i>55</i>
<i>Figura 29 : Alongamento interno de coxas, braços e cintura.....</i>	<i>56</i>
<i>Figura 30 : Alongamento interno de coxas e cintura.....</i>	<i>56</i>
<i>Figura 31 : Alongamento interno de coxas e musculatura posterior.....</i>	<i>57</i>
<i>Figura 32 : Alongamentos internos de coxas.....</i>	<i>57</i>
<i>Figura 33 : Alongamento interno de coxas com inclinação do tronco.....</i>	<i>58</i>
<i>Figura 34 : Alongamento musculatura posterior na posição sentada.....</i>	<i>58</i>
<i>Figura 35 : Alongamento musculatura posterior com retirada dos pés</i>	<i>59</i>
<i>Figura 36 : Desenho Nicole corpo.....</i>	<i>95</i>
<i>Figura 37 : Desenho Nicole árvore.....</i>	<i>96</i>
<i>Figura 38 : Desenho Nicole árvore e a alma.....</i>	<i>97</i>
<i>Figura 39 : Desenho Nicole coração.....</i>	<i>98</i>
<i>Figura 40 : Desenho Nicole objeto pessoal.....</i>	<i>100</i>
<i>Figura 41 : Concepção mundo Mapuche</i>	<i>102</i>
<i>Figura 42 : Rehue</i>	<i>104</i>
<i>Figura 43 : desenhos psiquiatria 01</i>	<i>125</i>
<i>Figura 44 : desenhos psiquiatria 02</i>	<i>126</i>
<i>Figura 45 : desenhos psiquiatria 03</i>	<i>127</i>
<i>Figura 46 : desenhos psiquiatria 04</i>	<i>128</i>