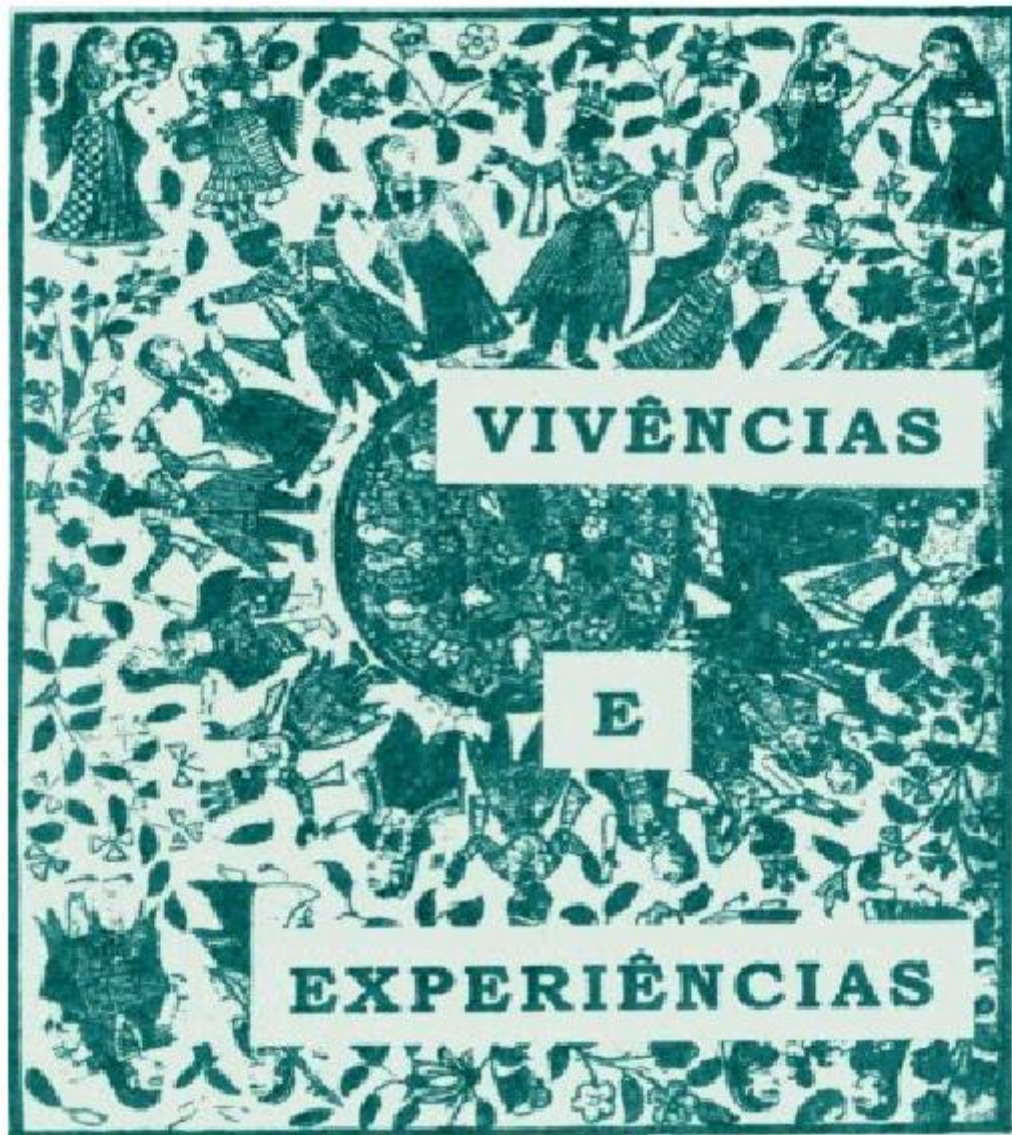


Cadernos de **BIODANÇA**



ÓRGÃO DE DIVULGAÇÃO DO SISTEMA BIODANZA® - nº4 - 1996



VIVÊNCIAS

E

EXPERIÊNCIAS

SUMÁRIO

- # Apresentação, *Comissão Editorial.*
- # Biodança e Educação, *Rolando Toro.*
- # Biodança na Vivência de um Trabalho Social, *Zeki Tadros.*
- # Vídeo e Vivência, *Rudimar F. de C. Merlo*
- # Biodança na Educação: uma experiência com adolescentes infratores, *Eni Spode*
- # Livro Sagrado, *Myrthes A. Gonzalez*
- # Para uma Cosmologia da Vivência (resumo), *Terezinha M.V. Flores*
- # Antecedentes Mitológicos e Filosóficos da Biodança - 2ª parte, *Rolando Toro.*
- # Oficina das Emoções: a vivência do mito na Biodança - 2ª parte, *Isa Freire.*
- # El papel del ritmo en la fluidez - 3a parte, *Monica Turco.*
- # Biografias: Henri Atlan, *Redação.*
- # Eventos.
- # Poesias: *Amando las cosas próximas, Rolando Toro.*
C a o s mos, Feliciano Flores.
Caminante, ..., Antonio Machado.
La Bergamota, Rolando Toro.
Te ofereço flores, Ivone Laurent

APRESENTAÇÃO

A Escola Gaúcha de Biodança se considera vitoriosa em poder oferecer à comunidade o quarto número dos Cadernos de Biodança.

A receptividade tem sido entusiasmante, mas nossa disponibilidade de tempo tem nos limitado à edição de um número a cada seis meses. Temos esperança de torná-los mais frequentes.

Com o tema principal "Vivências e Experiências", pensamos oferecer aos leitores deste número descrições de trabalhos de aplicação da Biodança, e de seus resultados, assim como relatos de vivências pessoais.

O objetivo primordial destes Cadernos tem sido o de divulgar as teorias fundamentais que dão base ao trabalho da Biodança, através principalmente das ideias de seu criador, Rolando Toro. Ainda dentro deste objetivo, divulgamos monografias de Facilitadores formados pela EGB ou outras Escolas, bem como suas pesquisas e experiências.

Ampliando o horizonte teórico, para fundamentar cada vez mais a nossa prática, publicamos também trabalhos de outras áreas de conhecimento que estão relacionadas à Biodança.

Toda contribuição da parte de Facilitadores, alunos e amigos, que esteja em consonância com esta linha de trabalho, será bem-vinda para seleção e possível publicação em nossos Cadernos. Agradecemos a acolhida e a colaboração.

BIODANÇA e EDUCAÇÃO

Rolando Toro A.

(Tradução e adaptação de Terezinha Flores)

Por Uma Educação Selvagem

As finalidades da Educação mudam em cada período histórico e em cada grupo social.

Juan Mantovani propôs uma Educação para a plenitude humana. Pestalozzi pensava que a Educação deveria cultivar os sentimentos ("Sou o que sou por meu coração"). John Dewey assinala a importância de uma Educação prática e realista, que permita ao indivíduo superar as dificuldades. Herbert Read promove uma Educação pela Arte, para o desenvolvimento das capacidades criadoras do indivíduo. Paulo Freire propõe uma Educação para a liberdade e emancipação social do ser humano, vítima da exploração capitalista.

Creio que chegou a hora de dar à Educação uma abordagem orientada para a sobrevivência e o restabelecimento das funções originárias da vida. Roura-Parella,

em sua obra "Educação e Vida", propõe uma abordagem mais abrangedora: uma Educação para a Vida.

A partir do Princípio Biocêntrico, proponho que a Educação deva cultivar as funções que regulam o Sistema Vivente humano e que permitem sua evolução.

O primeiro passo para uma Educação Biocêntrica é, no meu modo de ver, o cultivo dos *instintos*, que são as forças organizadoras e conservadoras da Vida.

Penso que o processo de Educação já começa no ventre materno, com a disposição anímica dos pais por proteção e cuidado amoroso. Neste aspecto, participamos das avançadas concepções de Michel Odent ("Gênese do Homem Ecológico"). Os cuidados durante o nascimento e os primeiros anos de vida têm uma força determinante no futuro do

Cadernos de BIODANÇA

ser humano. Os conceitos de F. Leboyer, A. Gesell e R. Spitz representam uma imensa abertura para a Humanidade neste aspecto.

Nas escolas, as crianças deveriam estar em contato direto com a Natureza, a Terra, a água, o fogo e o ar puro; com as plantas, as flores e os frutos; com os trabalhos de semeadura e cultivo agrícola; com os animais; com o canto e a dança; com a preparação de alimentos; com a luta e fuga; com a observação e proteção da Natureza.

Propus o termo *Educação Selvagem* ao conjunto de todos os procedimentos que possam estimular, na criança, no jovem e no adulto, o ciclo dos instintos; destacar e fortalecer o instinto para a seleção dos alimentos em relação às necessidades orgânicas profundas e saboreá-los, desfrutando o prazer do alimento (junto aos demais); estimular a capacidade de luta e defesa, através de brinquedos e jogos adequados à faixa etária; estimular a sexualidade natural, através do contato e das carícias; desenvolver o prazer cenestésico do movimento, mediante exercícios de harmonia e fluidez, natação orgânica e Biodança; ativar a expressão afetiva e criadora, mediante o canto, os coros primitivos, a poesia e o teatro; o uso das cores e o desenho; trabalhos em argila, etc.

Todos esses procedimentos deveriam ser praticados com a frequente participação da família, incluindo os avós, os idosos, ampliando o espaço educativo sob a forma de uma "Escola-Universo".

As atuais formas de Educação, em sua maioria, são altamente alienantes e estão a serviço da conservação dos valores culturais e não das necessidades essenciais da Vida.

Uma *Educação Selvagem*, baseada nos instintos, seria, a meu ver, a única possível para restaurar os potenciais da vida no Homem e iniciar uma Civilização para a Vida.

Educação, Cultura, Alienação

Nossa cultura está dividida por uma profunda dissociação que impregna todos os âmbitos do saber. Esta dissociação se projeta patologicamente na Educação, na Psicoterapia, na Medicina, na Sociologia e em geral nas Ciências do Homem

Diríamos que a cultura realiza um vasto processo de traição à vida, no qual participam, consciente ou inconscientemente, milhares de intelectuais. Denomino este processo destrutivo como Conspiração Neoplatônica, a qual está formada por um conjunto de pensadores das mais diversas disciplinas que separam as noções de corpo e alma, Homem e Natureza,

Cadernos de BIODANÇA

matéria e energia, indivíduo e sociedade, etc.

A cultura dissociativa desqualifica a vida presente, dessacralizando-a e sabotando seu valor e significado intrínsecos, para pô-la a serviço de valores "espirituais".

A educação está contaminada pela cultura dissociativa.

Entretanto, a evolução da ciência e do pensamento sistêmico se orienta atualmente para a investigação de conceitos que permaneceram separados durante muitos séculos, integrando-os numa perspectiva holística.

A Biodança propõe a Integração Biocêntrica da cultura e sua operacionalização através da Educação.

Uma civilização a deriva

Quisera ser extremamente sincero ao revisar o fundo energético de nossa civilização e de sua expressão mais sombria: a Educação.

Por que sombria? Na medida em que o progresso é notório, quanto a descobertas e tecnologias, o que se faz em relação à democratização do ensino, à luta contra o analfabetismo, etc.?

Nossa época se caracteriza justamente por abordar os fatos desde sua exterioridade. Assistimos ao desenvolvimento de uma avançada tecnologia face a uma total ausência de conceitos de orienta-

ção interna. A vida pessoal não tem sido enfocada significativamente.

Vivemos numa existência alienada e alienante, sem naturalidade, sem alegria. Se estudarmos os fatos como fenômenos psicológicos, veremos que no fundo desta realidade cotidiana há uma dissociação mental, uma desorganização energética de nossa cultura, que contrasta com a eficácia alcançada do ponto de vista técnico. Kafka explorou genialmente essa espécie de pesadelo a que assistimos sem nos dar conta. O ser humano ocupa o último lugar em nossa civilização.

Conseguimos vencer as barreiras do espaço sideral, entramos numa nova era e estamos lançados em direção as estrelas. Mas não logramos ultrapassar as barreiras mentais. Abrimos grandes rotas para o exterior, mas para dentro estamos bloqueados. Somos seres sem intimidade.

O Ser Humano Contemporâneo encontra-se acossado pela angústia. Assim o testemunharam pensadores modernos, quando falam de náusea existencial (*La Nausée*, Sartre); angústia (*Die Angst*, Heidegger); afogamento de naufragos (*Scheitern*, Yaspers); temor de solidão e abandono frente a Deus e ao destino (*Einsamkeit*, Kierkegaard); sentimento trágico da vida (Miguel de Unamuno).

Cadernos de BIODANÇA

A vida vem sendo traída pelo espírito, afirma Ernst Junger; e um dos maiores prazeres de nosso tempo consiste em participar deste processo de traição.

Pois bem, a Educação atual não vem encontrando nenhum caminho. Sua eficácia é sumamente reduzida. Há uma quase total falta de habilidade para assimilar em sua direção pessoas competentes, recusando a ajuda dos representantes mais essencialmente modernos da comunidade. Este tem sido um dos seus piores males.

A Educação contemporânea, em quase todo o Ocidente, não cumpre a tarefa de entregar ao indivíduo pautas internas de desenvolvimento. Não desperta nele germens naturais de vitalidade nem os valores íntimos. Não desenvolve genuínos potenciais criadores, a liberdade intelectual nem a singularidade das aptidões (diferenças individuais). A partir daí, não fomenta o esplendor e o fascínio das relações humanas, da intimidade com o outro, a natureza e o universo.

Sua tarefa está ao serviço dos poderes políticos mais escusos, de economias consumistas e descartáveis – e para cumprir este desatino, organiza magnos programas de esterilização psicológica (mentes que não pensam por si mesmas, vontades submetidas à Mídia, movimentos bloqueados pelo ex-

cesso da Informática, criação obtusa pelos vícios televisivos...).

A Educação atual tende a produzir a adaptação servil ao estabelecido. Trata-se de criar um sentido do dever e uma atitude de respeito frente a coisas que não seriam em si respeitáveis. Se o mundo em que vivemos oferecesse expectativas de plenitude aos educandos, justificar-se-ia, em certa medida, o princípio de adaptação (no sentido passivo, não no sentido piagetiano de transformação de si e do ambiente).

Porém, um mundo pulverizado por duas guerras mundiais e centenas de ditaduras, um mundo em que reina o oportunismo e a astúcia (levar vantagem), um mundo que nega a milhões de seres a possibilidade de se realizarem como pessoas íntegras, um mundo no qual o amor é um naufrago e a condição humana é desrespeitada - possui na verdade pouca autoridade real para orientar as novas gerações.

O mais sábio seria estimular os rebentos mais vitais da infância, seu entusiasmo, sua criatividade, sua capacidade para resolver conflitos, sua saúde, sua autoestima, seu sentido do autêntico e do verdadeiro. No entanto, a planificação da Educação está pensada em uma direção distinta. A estrutura psicológica dos sistemas educativos, em quase todo o

Cadernos de BIODANÇA

mundo, não variou de modo geral, em relação ao século passado. É extremamente conservadora.

O progresso revolucionário da vida ocupa a rua, a fábrica, o comitê político, o cinema, os registros, mas não as escolas...

Assim, por exemplo, a História que é ensinada em nossas escolas não é a história do esforço criador humano através das dificuldades, mas a história dos egoísmos, da perversidade, do crime e da traição, ou então se converte numa "perniciosa charlatanice patriótica", como dizia Wells.

Deste modo, a criança não se vincula com essa alta constelação espiritual que representa a verdadeira evolução psíquica da Humanidade.

Hermann Hesse assim expressou: *"Creio que não me interessa a História, pois a vejo como o repetir-se monótono das ambições inferiores, e luta ingênua pela conquista de poder. Penso que à sua margem, e totalmente independente, se desenvolve outra História, misteriosa e oposta, que é a História do Espírito"*.

Por outro lado, o ensino da Biologia está marcado por abjetos preconceitos acerca dos grandes temas da sexualidade e da reprodução. Ensina-se de forma pacata e puritana. Não deveríamos, a partir disso, estranhar os desenhos pornográficos que todos os mestres

vêm nos banheiros das escolas. Esta mórbida deformação do esquema corporal é o resultado de uma concepção grotesca da sexualidade produzida pela ausência de uma delicada informação e formação.

Sigmund Freud expressou que o maior enigma da infância é relativo à natalidade. A criança quer saber acerca de sua própria origem. Assombra ver, contudo, a abnegação de muitos educadores ao tratar as "fanerógamas" ou "a metamorfose da rã" – em contrapartida a suas reservas ante os temas mais fundamentais da vida. A culpa seria dos mestres? Ou este seria um complexo problema sociocultural?

O cérebro da humanidade se acrescenta (desenvolve-se a nível sináptico). Suas exigências aumentaram em qualidade e quantidade. Requer algo mais profundo que o simples hábito. Os humanos de hoje, como os de sempre, devem criar sua vida. Toda existência se lhe apresenta como uma tarefa criativa, na qual é impossível atuar com mecanismos dados prontos ou com reações mecânicas (tipo estímulo-resposta, condicionamento, treino puro e simples).

O homem atual deve ser por excelência um criador em um mundo que muda vertiginosamente. Falta um ânimo unificador do pensamento e dos movimentos.

Cadernos de BIODANÇA

Portanto, como poderiam os criadores influir sobre seu ambiente, quando as expressões brutais e destrutivas se impõem constantemente pela pressão das forças cegas do consumismo, do egoísmo individualista ou simplesmente da impotência mental?

Se em algum lugar há de começar uma autêntica revolução, terá que ser nas escolas, pelo cultivo da criatividade e do desenvolvimento dos potenciais energéticos (instintivos, na sua mais ampla acepção).

A participação que tem cada indivíduo em sua própria evolução é até hoje muito menor do que se pensa. A diafanidade da vida humana é um produto de certa disposição interior ante a paisagem cósmica, ante seu semelhante e si mesma.

Contudo, na maioria das escolas não se ensina a compreender nem a sentir a intimidade com a Natureza, nem se aprende a ter confiança em si mesmo, nem se aprende a amar.

Aparece, assim, uma nova espécie solitária. Mas, que significado mental poderia possuir o amor? De que maneira nos vincularia com o Universo? Creio que isso foi bem expresso por Truman Capote: *"Se começa por amar algo, uma folha, um punhado de sementes... O amor é uma cadeia de amor, porque quando se ama uma coisa, então se ama outra, e isso ser proprietário, isso é algo com que viver"*.

Talvez, quando se começa a pensar que a tarefa do mestre é de integração afetiva, que seus fins profissionais não pertencem ao mundo técnico e que seu ensino deve incidir na descoberta do real e no assombro de cada dia, ter-se-ão criado as condições ecológicas da saúde e do esplendor.

TORO A. Rolando - Teoria da Biodança
- coletânea de textos. Fortaleza:
Ed. ALAB, 1991.

BIODANÇA

na Vivência de um Trabalho de Ação Social

Zeki Tadros

Introdução

Sob o título acima, em outubro de 1994, apresentei minha monografia em Córdoba, Argentina, para titular-me como Facilitador de Biodança.

Consistiu em uma reflexão sobre o que vivenciei durante seis meses de prática social no Centro de Saúde Modelo n. 2, em Porto Alegre, onde se formou um grupo heterogêneo de 15 pessoas, com predominância do gênero feminino, na Terceira Idade.

Procurei avaliar o resultado do trabalho desenvolvido numa instituição pública, na área da saúde, valendo-me de relatos de experiência, estudos de casos, depoimentos das alunas e de trabalhos por elas apresentados, numa explosão de criatividade.

Apresento aqui um resumo de meu trabalho.

Objetivo da Ação Social em Biodança

O objetivo da Ação Social em Biodança é atingir os mais variados segmentos da sociedade através de instituições diversas (asilos, creches, escolas, presídios, orfanatos, hospitais, postos de saúde, associações de bairro e outras). Ao meu ver, essa prática não deveria visar retorno financeiro, tendo como prioridade atingir as classes menos favorecidas.

Perceber que as pessoas sentem-se seguras dentro das instituições foi questão fundamental para o desenvolvimento da minha monografia. As alunas componentes do grupo disseram só terem procurado conhecer Biodança por ser um trabalho gratuito, oferecido por um Centro de Saúde, considerado idôneo por ser órgão governamental.

Cadernos de BIODANÇA

A partir dos dados colhidos foi possível avaliar a dificuldade financeira que enfrentam pessoas de classe média e a credibilidade que elas ainda depositam nas instituições, apesar da atual ineficácia das mesmas.

A Biodança propõe-se a uma transformação social que possibilita o reerguimento das instituições para que façam jus ao que delas espera a sociedade.

É notório que a somatização das doenças provém, quase sempre, do "stress" emocional. Isso nos faz pensar nos benefícios da Biodança como profilaxia, minimizando o alto custo social da Medicina. Sabemos que muitas pessoas recorrem a ambulatórios e hospitais credenciados junto ao INAMPS, apresentando problemas que nada têm a ver com a área da saúde e que a simples palavra do médico já é suficiente para sanar a queixa.

Como nos casos estudados houve modificações em nível de saúde, isso leva-nos a crer que, com a prática de Biodança, o tempo de tratamento das enfermidades psicossomáticas possa abreviar-se, possibilitando que um maior número de pessoas seja atendido, dentro de uma instituição, com economia do dinheiro público.

A prática de Biodança, como trabalho de ação social, pode ser desenvolvida em diversas áreas. A

experiência no Centro de Saúde leva a crer que a Biodança tenha maior facilidade de penetração no setor da saúde, partindo-se da observação de que as enfermidades levam as pessoas a reprogramarem suas vidas.

Metodologia e Resultados

Foi feita uma análise da linguagem verbal e da linguagem corporal das pessoas estudadas, procurando-se observar a transformação das mesmas.

Inicialmente, observamos pessoas muito falantes e outras caladas. Após alguns meses, verificamos maior entrosamento, com mais intimidade, descontração, vinculação e permissão para falar de si, com a superação do mandato "não te expresses".

Nos primeiros encontros, algumas alunas questionaram as técnicas de Biodança. Foi manifestada uma certa preocupação quanto ao "manejo das emoções" por facilitadores sem formação acadêmica específica em Psicologia. Temia-se o eventual desencadeamento de crises neuróticas, desequilíbrio emocional ou desestruturação de estilos de vida. Com o passar do tempo, veio a compreensão de que a Biodança lida apenas com "a parte sadia da pessoa". Como resultado disso, observou-se uma entrega progressiva

Cadernos de **BIODANÇA**

aos exercícios propostos, a partir da confiança adquirida com relação ao trabalho do Facilitador, avaliado em palavras como “trabalho sério, com apelo à dignidade e respeito à pessoa humana”.

Alguns membros do grupo conseguiram dar cunho poético ao relato de suas emoções. Isso demonstra que a intimidade verbal fortalece a identidade.

Nas primeiras aulas as pessoas caminhavam tensas, movimentando-se pouco e com pouca energia. Ao final, mostravam-se mais ágeis, caminhando de peito aberto, cabeça erguida, olhando para a frente, na construção do seu próprio caminho.

Nas sincronizações rítmicas e melódicas, o grupo não conseguia acompanhar a música, apresentando dificuldade de integração e vinculação entre os componentes. As pessoas não se sentiam a vontade para se soltarem e criarem novos movimentos. Pouco a pouco, passaram a vincular-se com movimentos expressivos, soltos e leves.

Todos os componentes do grupo demonstraram, inicialmente, dificuldade na troca de olhares em qualquer situação, exercício ou vivência. Lenta e progressivamente o grupo foi perdendo o medo e, ao final, as rodas de olhares tornaram-se muito potentes, demonstrando fortalecimento da auto-estima.

Nas seqüências de fluidez, as pessoas mostravam-se rígidas e tensas, sem flexibilidade, desviando-se do encontro e do toque. Depois, nos grupos compactos de fluidez, desfrutavam ao máximo o momento.

Nas danças ao centro da roda, ninguém queria se expor, situação esta contornada por danças em pares ao centro. Já ao final, todos iam espontaneamente ao centro e apresentavam a sua dança individual.

Interpretação dos dados

Sendo o movimento uma linguagem corporal que expressa a forma de vida do indivíduo, foi perceptível a transformação em cada um.

Pelo trabalho desenvolvido no Centro de Saúde, questões sobre “Terceira Idade” ficaram bem claras através do relato das alunas. Ficou evidente a necessidade de ser resgatada a capacidade expressiva da potencialidade genética, através do trabalho das cinco linhas de vivência (vitalidade, sexualidade, criatividade, afetividade e transcendência), para, assim, elevar-se o ímpeto vital na Terceira Idade, aumentando a auto-estima, a segurança, a potência, a expressão amorosa e, também, a renovação biológica, possibilitando a transformação do estilo de vida.

Cadernos de **BIODANÇA**

Constitui-se dever da Biodança, através de seus facilitadores, desenvolver nos grupos o respeito e o cuidado com o idoso.

As sessões de Biodança deflagram mudanças que podem melhorar a qualidade de vida das pessoas em qualquer idade, devolvendo ao idoso a vontade de viver pelo simples prazer de estar vivo.

Assim, apesar de tantas repressões e restrições impostas pela sociedade, poderá haver transformação no estilo de vida dos indivíduos até o final de suas existências.

A Terceira Idade

Dediquei um capítulo de minha monografia à Terceira Idade, considerando três fases principais na vida, com relação aos papéis que assumimos:

PRIMEIRA IDADE

**Um tempo de preparação:
para a vida
para o Amor,
para a cidadania.
O PRAZER DE VIVER !**

SEGUNDA IDADE

**Um tempo de assumir papéis:
a família, a profissão,
o patrimônio,
o posicionamento político,
a bagagem cultural.
O COMPROMISSO SOCIAL !**

TERCEIRA IDADE

**Um tempo de desativação e de solidão:
a aposentadoria,
o ninho vazio com a debandada dos filhos,
o balanço do que valeu e do que não valeu,
o resgate para o que ainda pode valer,
as perdas por morte ou afastamento:
amigos / parentes,
o desgaste conjugal / a viuvez,
a espera da própria morte.
o Resgate: A ESSÊNCIA DA VIDA !**

Chegamos à Terceira Idade, com a família desgarrada, despojados dos papéis sociais e com alguns problemas de saúde. Muitas vezes com renda e patrimônio reduzidos, nos deparamos também com uma perspectiva de vida mais curta. Forçosamente nos voltamos, então, para os valores essenciais da vida.

Considerando o poder transformador da Biodança, algumas alunas revelaram ter mudado o seu estilo de vida, passando a gozar melhor o momento presente, sem medo e sem culpas.

Ao findarem três meses de prática social, distribuí no grupo questionários apresentando uma questão básica:

Quais foram as mudanças que ocorreram na minha vida durante

Cadernos de BIODANÇA

os três meses em que fiz Biodança em relação às cinco Linhas de Vivência ?

Os depoimentos das alunas, falando de suas modificações de vida para melhor, comprovam o êxito alcançado pela Biodança. Colhi respostas bastante criativas. Foram expressivos todos os depoimentos, mas os que mais me "tocaram" foram: uma aluna dizer que o dia da Biodança era seu dia mais feliz da semana; outra aluna revelar que se considerava um diamante bruto, lapidado pela Biodança.

A aluna Enilda Alves ofereceu ao grupo um libreto intitulado "BIODANÇANDO...", no qual ela apresenta diversos personagens que se humanizam através da Biodança. Essa aluna reconheceu-se um pouco em cada um de seus personagens, dizendo ter-se humanizado também como eles, a partir das aulas de Biodança.

Este libreto é composto de 28 historietas. Selecionei apenas algumas, para não estender demasiadamente esta sinopse:

1. "Aquele PESSOA SOLITÁRIA E TRISTE que não é procurada por ninguém. E que não cumprimenta seus vizinhos...

Ela entra na RODA DE BOAS VINDAS, olhando as pessoas nos olhos, alegrando-se na dança...

E sentindo-se RECEPTIVA E DADIVOSA, sorri na troca de muitos beijos".

2. "Aquele GARANHÃO de 65, que só 'pega' mulheres belíssimas, magérrimas, altas, tipo manequim, com a idade de suas netas...

Ele entra na RODA DO NINHO ao lado de uma cinquentona, fei-ona, gordona e baixota...

E os dois fluem num balanço gostoso, numa sintonia jamais desfrutada".

3. "Aqueles duas FOFOQUEIRAS moralistas, rígidas, virgens, sem pecados, que criticam a transa dos 'jovens libertinos' e dos 'velhos ridículos'....

Elas atingem o orgasmo no toque de um só dedo, na vivência da EUTONIA".

4. "Aquele PAI BEM SUCEDIDO austero, autoritário, 'cobrador', que julga seus filhos irresponsáveis...

Ele faz dupla com o filho caçula, cabeludo, roqueiro, que está tentando o Vestibular pela terceira vez...

E se deixa CONDUZIR DE OLHOS FECHADOS, com muita confiança, numa entrega total".

5. "Aquele DONDOCA toda perfumada, que acabou de sair do banho de imersão com sais aromáticos....

Ela sente-se sintonizar num A-BRAÇO APERTADO de parceria com uma operária que acabou de

Cadernos de BIODANÇA

sair da fábrica, cheia de suor e de cansaço”.

6. “Aquele DR. FULANO DE TAL que sempre calou as pessoas com um *“sabe com quem está falando?”*...”

Ele entra na RODA DE OLHARES e repousa seu olhar arrogante no olhar humilde dos bedéis/confínuos/mandaites...

E se encanta nos olhares. Parece estar sendo interrogado num tribunal de amor: *“sabe para quem você está olhando?”*

7. “Aquele PESSOA POSSESSIVA/ OBSESSIVA/ COMPULSIVA que vive numa verdadeira simbiose familiar...”

Ela entra na RODA DE DESPEDI-DA e canta e dança alegre, num passo de ciranda....

E se despede, sem qualquer apego, numa APOTEOSE de vitalidade, transmutada por uma alquimia interior e singular.

No encerramento dos nossos trabalhos, no final do ano, o grupo entregou-me um livreto intitulado BIO-POEMETOS-DANÇA, de concepção espontânea, em capa dura de papel-linho, com desenho da aluna Firmina Amaral, em técnica de aquarela, contendo poemas de autoria da aluna Enilda Alves, numa explosão de criatividade.

São 42 poemas, dos quais selecionei apenas oito:

RODA DAS BOAS VINDAS

**Bendito seja
quem me recebe!
Seja bem-vindo
quem vai chegando!
É o que mais quero:
compartilhar!
Dançar a vida
com alegria...
Trocar mil beijos!
Vitalizar.**

SINCRONIZAÇÃO RÍTMICA

**Vem um ritmo vibrante...
Mais vibrantes nós ficamos!
O salão fica invadido
do calor que esparramamos.
Meu coração bate forte.
Nenhum medo de parar!
O teu rosto me ilumina.
Quero esta vida dançar!**

SINCRONIZAÇÃO MELÓDICA

**Movimento simultâneo.
Um olhar de sedução.
O meu corpo evoluciona
junto com o teu, no salão.
Algum desejo velado
e promessas sensuais
insinuam-se na dança,
com acordes musicais.**

FLUIDEZ COM DESLOCAMENTO

**Andar
sinuoso.
Vago.
Lento.
A chama.
A chuva.
A poeira.
O vento.**

Cadernos de BIODANÇA

FLUIDEZ EM GRUPO COMPACTO

**Roçar
prazeroso.
Anônimo.
Desprotegido.
O grupo.
A massa.
O corpo.
O vagido.**

CARICIA DE CABELO

**Meus dedos se entrelaçam
com os fios dos teus cabelos.
Da mão, passo a palma e o dorso
suavizando bem teus pelos.
No meu couro cabeludo,
insensível, resistente,
corre um toque de ternura...
Tu me fazes sentir gente!**

CARICIA DE PÉS

**Deito o meu corpo e abandono
os meus pés nas tuas mãos.
Dignificas meus calos
formados por passos vãos.
Acaricio teus pés,
conhecendo os teus caminhos!
Aqui, o macio das flores.
Ali, cravadas de espinhos.**

RODA FINAL

**Sem apego
me separo deste grupo.
Sem tristeza.
Certeza de um reencontro!
Vamos cantar
e alegrar
este momento final.
Olho no olho
cantando!**

**Mãos erguidas
para o centro...
Mãos levadas
para trás...
E, num passo de ciranda
beijos, beijos!
“... e nada mais”!**

Conclusões

É fundamental que o aluno em formação cumpra a etapa do Regulamento de Docência que determina a prática de Ação Social como pré-requisito para a titulação como Facilitador de Biodança.

Minha proposta é que as Escolas de Formação em Biodança incentivem os alunos e os estimulem à prática de Ação Social como algo que vem em benefício do próprio aluno, tanto no domínio metodológico quanto no seu desenvolvimento pessoal. E que se empenhem na divulgação e na formação de grupos regulares dentro das instituições, como trabalho social permanente. Principalmente no setor da saúde, já que Biodança é promotora de Saúde.

É dentro das instituições que a grande massa da população poderá ser atingida, entrando em contato com a Biodança que, ao promover a saúde, pode transformar a sociedade.

Entendo que a prática da Biodança leva a um processo de re-

Cadernos de BIODANÇA

flexão que desperta a consciência do indivíduo, conduzindo-o à abertura de novos caminhos e possibilidades novas em sua vida.

Sendo a finalidade de um trabalho social beneficiar a comunidade, julgo que essa meta foi plenamente atingida no Centro de Saúde onde desenvolvi meu trabalho de Ação Social, considerando-se cada aluna como agente multiplicador de bem-estar dentro da comunidade onde está inserida.

E, para concluir, transcrevo a letra da canção oferecida ao grupo do Centro de Saúde pela aluna Ana Mari Tedeschi:

TEU TEMPO DE SER

Vem
Tenta fluir
Olha
Deixa Olhar
Dança
A dança de ti
Tenta sorrir
Emergir

Deixa o colo
Acalentar
Toca
Abraça
Recebe
Sem sufocar
Os limites
O vento leva
E a Paz
Lava
Contradições
Vem
Acontece de novo
Acordar é
No abraço ventral
Vem fugir de ti
Vem
Olha
Sente
O teu tempo de ser
Vem
Tenta fluir
O teu tempo de ser!

Esta música serviu para uma roda de embalo no final da apresentação da minha monografia, o que muito me emocionou. ■



V I D E O

&

V I V E N C I A

Rudimar Florindo de Carvalho Merlo

Minha primeira experiência de Biodança com Vídeo foi com Eduardo Schinyashiki, por volta de 1988, em São Paulo. Nesta época, ele fazia leitura corporal. Filmava alguns exercícios de Biodança e depois fazia a análise do movimento dos comportamentos do grupo.

Posteriormente, em 1989, comecei este trabalho em Porto Alegre (realizei-o também em Curitiba), cerca de uma vez por ano, em Grupo Regular. Desde então, já modifiquei alguns aspectos, por exemplo, não fazendo a leitura ou interpretação dos movimentos das pessoas, pois acho que fere o princípio de não-interpretação em Biodança.

Não tenho certeza de quanto conhecimento é necessário para realizar este trabalho e até acredito que podemos errar muito, prejudicando o grupo e algumas pessoas especificamente.

Gostaria de esclarecer que Eduardo fazia um magnífico trabalho e que com ele aprendi muito.

Não ser interpretativo é um princípio da Biodança. Não queremos dizer com isso que Biodança seja melhor que outros sistemas.

Metodologia Operacional

I Parte:

Integração do grupo, com apresentação individual, diálogos a 2, 3, 4 pessoas, apresentação do trabalho e uma aula de Biodança.

II Parte:

O grupo, sentado em semicírculo, o próprio facilitador filma, garantindo o clima de vínculo e intimidade. Entrevista cada participante. Exemplo de perguntas: Como estás neste momento? Como é o Amor para ti? Como é tua relação com a família? etc.

Cada entrevista dura em média 2 minutos. As vezes basta uma pergunta. A orientação para o facilitador é desenvolvida na primeira parte. Aí já se estabelece o vínculo mínimo necessário entre todos

Cadernos de BIODANÇA

os envolvidos. Sabemos que a integração é crescente.

O facilitador em Biodança não aplica um trabalho no grupo, mas sim se envolve e participa ativa e amorosamente como mais um participante, sujeito sempre a imprevisibilidades da vivência. Todos ouvem atentamente e com respeito, e podem também fazer perguntas, se for o caso.

III Parte:

Filmagens dos exercícios de Biodança.

Tendo iniciado a aula, quando esta atingir bom desenvolvimento, o facilitador toma a câmera e filma partes de cada exercício, de tal maneira que não quebre a sequência e mantenha o clima.

IV Parte:

Assistir ao filme e Intimidade Verbal.

Neste momento, o facilitador pode fazer comentários, tais como:

- Observem a aproximação e o contato nos encontros, ritmo, fluidez, alegria, tristeza, ímpeto, abertura, riqueza e sensibilidade do grupo e de cada pessoa.

Logo após, começa a Intimidade Verbal

Espontaneamente, cada um a seu tempo, fala de suas emoções, sensações, compartilhando, aprofundando assim a capacidade de entrar em intimidade e resgatando a CORAGEM PARA VIVER.

Ao final, verificamos se todos estão bem. Fazemos uma roda, olhares, encontros, danças, despedi-

das. Também podem ser feitas poesias, como fechamento e elaboração vivencial do processo grupal Vídeo-Vivência.

É importante que cada pessoa saia em condições de continuar sua existência e facilitar a dos demais.

Conclusões e Perspectivas

Nestes treze anos de Biodança, que envolvem o estudo de mais de cem obras, ficou claro para mim que grande parte das pessoas que fizeram Biodança comigo não gostam de sua imagem.

Consequentemente, daí decorre a baixa auto-estima destas pessoas, a dificuldade de aceitação de si mesmas e até dos demais.

Vídeo e Vivência é um recurso a mais que temos para integrar auto-imagem e auto-estima, facilitando o desabrochar de uma Identidade sadia e realizada.

Esta técnica em Biodança pode se constituir, ainda, em instrumento valioso na formação de facilitadores, uma vez que este será peça chave para a integração dos grupos e das pessoas.

Vídeo e Vivência constitui-se, também, em tema significativo para justificar sua realização em Maratonas específicas. Trata-se de um desafio que a pessoa faz a si mesma, no sentido de auto-avaliar este momento em sua vida, partindo para processos integrados e integradores.

Rudimar Merlo é Facilitador-Didata em Biodança, em Porto Alegre, RS.

BIODANÇA NA EDUCAÇÃO:

Uma experiência com adolescentes infratores

Eni Spode

Esta experiência teve início na Escola Santa Família, (P.Alegre), em 1987. Na primeira etapa foram atendidos pré-adolescentes do primeiro grau, durante dois anos.

A partir da introdução do Sistema Biodança nesta escola e dos resultados obtidos, passei a desenvolver a experiência regularmente, desde 1989, na Escola Estadual de 2º grau Senador Pasqualini (P. Alegre), com sede junto ao Instituto Educacional Feminino (IEF), o qual participa da Fundação do Bem-Estar do Menor (FEBEM).

De acordo com o Projeto "Biodança para Adolescentes Infratores", passei a atender a referida clientela inicialmente com um grupo, composto pelas alunas dos níveis I, II e III (correspondente à 1ª. Série), passando a partir de agosto de 1989, a atender as alunas da escola em 4 grupos. Esses grupos continuaram com, no máximo 10 componentes, devido aos desvios de conduta apresentados e o grau

de periculosidade das alunas. A rotatividade era regular.

O primeiro grupo trabalhado apresentou visível crescimento a nível afetivo, disposição para trabalhar, relacionamento, comunicação, motricidade fina, interesse pelas atividades escolares, expressão e criatividade.

Da avaliação deste grupo, partiu-se para a ampliação do projeto, passando a atender todas as meninas da escola. Neste período, já foi possível observar certas mudanças no comportamento do corpo docente da escola, que passou a perceber a necessidade de um trabalho reeducativo, deixando de lado a visão centrada numa educação meramente cognitiva. A direção da escola dava total apoio ao trabalho, tanto que as aulas de Biodança deixaram de ser extra-classe, passando a fazer parte da carga horária da escola. Esta foi a primeira conquista significativa deste projeto de Biodança

Cadernos de BIODANÇA

a nível institucional. Paralelamente, ocorreram outras transformações, como:

1. A instituição, através de alguns membros técnicos (psicólogas, assistente social e outros), passou a interessar-se sobre o trabalho. As trocas de informações entre este grupo e eu teve momentos significativos. As informações sobre as reações das meninas durante a aula de Biodança – seguindo as psicólogas – abria espaço para o trabalho terapêutico e permitia um maior entendimento do quadro clínico em questão. Vale a pena salientar que muitas vezes a própria menina procurava o auxílio após a aula de Biodança. Isto é um dado importante, porque normalmente este tipo de atendimento é rejeitado pelos menores.

Este vínculo formado entre instituição e Biodança perdeu espaço na medida em que o quadro técnico de pessoal na instituição foi alterado.

2. A forma como era visto o comportamento da adolescente (bom, ruim) foi aos poucos sofrendo questionamentos. Por exemplo, o fato da menina chorar durante ou após a aula de Biodança foi visto de início como negativo ou interpretado como rejeição à Biodança. Foi então necessária uma revisão no quadro conceitual, por parte dos adultos, que foram percebendo que o choro pode repre-

sentar um momento de crescimento para a adolescente. Paralelamente a este tipo de questão, surgiram outras, como: a) qual o verdadeiro papel da escola e da instituição? b) por que a adolescente encontra-se institucionalizada neste momento? c) qual o papel da atividade profissionalizante desenvolvido pela instituição? d) como tratar a afetividade e a homossexualidade, nesta situação?

Isto demonstra que as atividades de Biodança geram profundos questionamentos, o que acarreta mudanças, a médio e a longo prazo.

3. A carência afetiva das menores foi verificada inicialmente, pela necessidade constante de abraços e beijos – o que foi diminuindo gradativamente, dando lugar a uma afetividade mais espontânea e saudável.

4. A resistência ao contato físico entre as alunas e comigo foi diminuindo. No início não era possível sequer atividades em roda, devido a dificuldade de contato de mãos. Isto gerava irritação e tomava conotações sexuais.

5. A conotação sexual dada ao contato foi dando lugar ao afeto. Notou-se diminuição na expressão praticada entre as próprias alunas. Deste modo, cresceu entre elas o vínculo afetivo, estendendo-se na relação comigo e com os demais adultos.

Cadernos de **BIODANÇA**

6. Exercícios de afetividade, como o abraço, encontros, colo, acariciamento de cabelo, de rosto, de costas, modelar o rosto, acariciamento de mãos, foram ganhando espaço, a ponto de serem solicitados. Esses exercícios eram geralmente feitos comigo e uma adolescente. No início, eram atividades relâmpago, depois ocupavam maior espaço de tempo e muitos já podiam ser feitos entre elas mesmas.

7. Diminuiu consideravelmente o caráter acusatório que umas dispensavam as outras, quando ocorriam fatos como: pisar no pé, dizer um palavrão, dar um abraço, etc. Caráter este reforçado pelo adulto e a repressão social.

8. Em certos casos houve notável desenvolvimento motor, em outros, este desenvolvimento foi regular.

9. Baixou o nível da autocrítica, no sentido de cobranças.

10. Aumentou a permissão para a auto-expressão, inclusive para dizer "não". Este foi outro assunto que no início gerou polêmica tanto com a instituição como com a escola. Foi necessário fundamentar teoricamente sobre a importância de sabermos dizer "não" e fazer opções em nossa vida e o quanto isso significa para o educando.

11. Aos poucos, foi sendo melhor aceito o trabalho com argila. No início a recusa era constante

sob a alegação de que iam se sujar. Este preconceito foi aos poucos se desfazendo, dando lugar primeiramente a curiosidade, a vontade e posteriormente o gosto pelo trabalho com argila, com raras exceções. Como no início não havia permissão para trabalhos livres, sugeri então que usássemos moldes como pratos, panelas, cinzeiros, etc. Foi através dos pratos que o trabalho em argila despertou interesse e começou a dar os primeiros resultados, quando começaram a surgir peças desenhadas, texturadas ou escritas. Algumas já se atreveram a modelar a mão livre, evidenciando maior criatividade, liberdade de expressão, desenvolvimento motor e auto-aceitação. Vale a pena relatar que no início a tendência era dar suas peças a pessoas com algum significado afetivo, como as professoras ou as monitoras e recusavam-se categoricamente a assiná-las. Aos poucos ocorreram transformações e algumas alunas passaram a querer para si os seus trabalhos, bem como passaram a assiná-los, mostrando auto-valorização, identidade. Considero o trabalho com argila, com esta clientela, de grande valia, pois diminuiu o nível de agressividade, desenvolvendo a motricidade manual, o que repercutiu mais na escrita e nos trabalhos manuais, além de ser um elemento de integração afetivo-sexual.

Cadernos de BIODANÇA

12. Notou-se mais aceitação do erro e com isso diminuição da culpa.

13. Maior aceitação de colegas novas.

14. Maior participação em trabalhos de grupo.

15. Maior solidariedade.

16. Maior espontaneidade.

17. Maior expressão corporal.

18. Aumento considerável do interesse e do gosto pela Biodança. Já assumiam claramente que gostavam de Biodança.

19. Ficou questionada a postura rígida de certos docentes que passaram a dar um enfoque mais humanista a educação.

Ainda não é possível saber se tais mudanças exercerão influência significativa sobre o estilo de vida da adolescente a ponto de transformá-lo, mas é evidente que no momento em que a adolescente está sob contenção e portanto fora do seu meio, longe de seus amigos, companheiros, filhos e outros familiares – seja uma importante ou talvez a mais importante fonte de carinho onde ela pode além de alimentar-se afetivamente, expressar suas emoções, chorar de saudade, sonhar com sua liberdade e resgatar do mais profundo do seu “eu” os resquícios de sua identidade, que está submersa sob o rótulo de delinqüente. Após ter sido desamada e jogada no mundo das drogas e da delinqüência, está

agora submetida a contenção, onde deve ser “boa menina” para redimir-se de sua dívida com a sociedade e recuperar sua liberdade.

Conclusões

A educação do ser humano dá-se ao longo da vida e acontece graças à sua capacidade para aprender. Hoje é sabido que a educação está em crise, não atende as necessidades do Homem e se distancia cada vez mais do objetivo primordial que é “permitir ao Homem se auto-preparar para a vida e vivê-la com harmonia”

São necessárias mudanças intrínsecas na pessoa do educador frente à sua vida e frente ao educando para que este se torne um elemento modificador da sociedade.

Sendo a Biodança uma forma de educação, deve, através da proposta da *Educação Selvagem*, inserir-se nos meios educacionais como ciência capaz de promover mudanças e tendo como objetivo primeiro a “proteção e evolução da vida”.

Para isto é preciso professores de Biodança ligados à educação com o firme propósito de modificar o quadro atual do ensino e que acreditem no potencial humano.

Com relação à experiência que foi realizada em escola inserida na

Cadernos de BIODANÇA

FEBEM, pôde-se perceber o quanto a Biodança auxilia no processo ensino-aprendizagem, embora ainda não seja possível detectar até que ponto haverá mudanças no estilo de vida desta clientela. Porém, através dos depoimentos e da crescente disponibilidade para a movimentação corporal e brincadeiras, ficou evidente a importância da Biodança na área de lazer e recreação. A conquista da permissão para brincar é fundamental neste caso, pois é uma forma de resgatar a *criança divina* de cada um, resgatando assim a alegria, a saúde e a integração.

É necessário que haja profunda conexão do professor de Biodança com a realidade do grupo com que vai atuar. Deve conhecer seus anseios e necessidades para adaptar a linguagem, a forma de apresentar a teoria e os temas a serem abordados. Dessa integração depende a aceitação e continuidade do trabalho, bem como a conquista do espaço dentro da instituição.

O conhecimentos dos fenômenos que envolvem o desenvolvimento normal da criança e dos

fenômenos dissociativos é pré-requisito indispensável ao professor de Biodança que precisa entender o que está se passando com a criança para, a partir daí, direcionar seu trabalho, levando sempre em conta suas habilidades quanto à idade (tempo natural da criança).

Quando se está trabalhando com adolescentes, porém, é importante considerar as inúmeras transformações biológicas e emocionais pelas quais está passando. A Biodança, neste caso, tem por principal objetivo harmonizar tais transformações, atuando com muita progressividade e cautela. Devem ser intensificados os trabalhos relativos à identidade.

A criança e o adolescente são *sementes* aptas a desabrochar, mas estão sujeitas à todas as interferências oriundas da família, da escola e da sociedade. Daí a necessidade de uma educação sábia, com educadores saudáveis, capaz de possibilitar o desabrochar em totalidade. ■

Eni Spode é Facilitadora-Didata em Biodança, em Porto Alegre, RS

LIVRO SAGRADO

Myrthes A. Gonzalez

Um dia, ouvindo o mar, dei-me conta de que aquele som imenso, profundo, denso e forte, era o mesmo que eu sentia em meu peito.

Não que eu ouvisse o som do mar no meu peito, mas a vivência que aquele som me trazia era idêntica à densidade, profundidade e força que eu trazia dentro de mim.

Descobri, então, que todo o amor que havia vivenciado me irmanava ao Cosmos.

Vou afirmar algumas coisas, sem citação bibliográfica, porque muitos dos autores que contribuíram para este texto, surgiram em momentos mágicos de vivência. São muitos anos restituindo vagarosamente em mim mesma a capacidade de amar.

Quando eu era criança, era tímida e facilmente sentia-me inadequada. Tinha uma imensa dificuldade em compreender as regras de comunicação entre as pessoas. Não sei de onde tirei a sensação de que os sentimentos deveriam ser retirados das relações quando eram apaixonados e amo-

rosos. Talvez tivesse muito medo da rejeição, talvez gostasse muito pouco de mim mesma.

Talvez todas as pessoas sejam assim. Creio que em maior ou menor grau, todos fomos marcados por algum tipo de receio pelo que sentimos, pelo medo à inadequação ao expressar a nós mesmos. De alguma forma, somos levados a recear nossa própria beleza e sensibilidade. Armamo-nos de seriedade, de aparente auto-suficiência. Os papéis que representamos diariamente vão aos poucos deixando de ser permeados por nossa identidade. Quando vemos, nos perdemos de nós mesmos, somos apenas uma casquinha, uma máscara sem rosto atrás. Identificamos com nossos papéis, a ponto de esquecermos de nossa essência.

Mas havia algo rebelde dentro de mim. Uma fome de viver, uma vontade de ser, um fogo de paixão, difícil de lidar. Quando estava tudo condicionado, tudo em seu lugar, quase dentro de todas as convenções, lá vinha aquele fogaréu novamente. E eu me apaixonava por uma pessoa, por uma i-

Cadernos de **BIODANÇA**

déia, e tudo desmoronava, e eu ardia em um fogo vermelho e um animal feroz surgia gritando dentro de mim. Estava eu novamente inadequada, fora de todo convencional. Talvez tão próxima da loucura.

Um dia, depois de uma dessas queimadas, resolvi procurar uma psicóloga. Foi uma surpresa para mim ser ouvida sem ser julgada. Sempre achei que eram tão vergonhosos aqueles sentimentos todos. Naquela ocasião, não percebia isso, mas certamente pela primeira vez aceitei que poderia ser singular.

Naquela época, convivia com um grupo de músicos e pessoal de teatro. Havia uma casa em que muitos deles moravam em comunidade. Era uma casa antiga e grande. Lá não parava de circular gente. Aquele meio me atraía, mas me confundia também, porque muito embora não fosse convencional, tinha seus códigos próprios, o que novamente trazia o medo da inadequação.

Mas, felizmente, aquele animal enjaulado dentro de mim era mais curioso que o medo, e me impedia de fugir dali.

Hoje vejo que era tão primária minha situação naquele convívio que apesar de eles todos terem aberto uma porta para mim, eu pouco lembro de seus nomes.

Quería, mas ainda temia o vínculo.

Um dia, então, um rapaz propôs que fizéssemos um laboratório de algo que hoje chamaria de vivência. Então, fizemos exercícios para relaxar. Estávamos em cerca de dez pessoas. Cada um era tocado por todos, no centro de um círculo. Tocado com carinho. Depois disso, era levantado por todos e, deitado, era conduzido até o pátio onde havia uma lua cheia e o céu estrelado. Lá, a pessoa deitada nos braços do grupo, era levantada o mais alto possível, sendo "oferecida" para a Lua.

Aquela vivência fez-me sentir um misto de tesão com harmonia, que jamais havia vislumbrado. Vi que era aquilo que queria para minha vida. Pela primeira vez senti que pertencia ao mundo.

Quando voltei à Psicóloga, contei a experiência. Ela falou-me que era muito parecido com algo que já era praticado na cidade. Disse para procurar a professora Ione Martinez e entrar em um de seus grupos. Naquela semana, conheci a Biodança.

Eu tinha dezoito anos. Hoje fazem treze anos que conheci a Biodança. Para mim, representou um espaço onde o que estava enjaulado, negligenciado, poderia ser vagarosamente olhado, sentido, assumido e valorizado. No meu caso, a Biodança foi um solo tão fértil

Cadernos de **BIODANÇA**

que percebi que teria que ser meu principal canal de expressão com o mundo, por isso a escolhi como profissão.

Mas nada aconteceu como por milagre. Foram e estão sendo anos de lenta auto-descoberta.

A Biodança em si não fez nada. Ela criou o meio adequado para que algo se fizesse. Falando assim, parece que algo extraordinário aconteceu, algo assim como uma viagem interplanetária ou uma alucinação.

Não, o mérito da Biodança foi o de ter ajudado a que eu me sensibilizasse para a multi-dimensão do ordinário, ou seja, para a beleza, riqueza, densidade das coisas mais simples do dia a dia.

Mas que coisas são essas?

Caminhar. No caminhar, posso olhar para o chão. Seguir um caminho predeterminado sem nunca questionar para onde vou. Se levantar os olhos, vou reparar que algumas pessoas tem outros caminhos. Que muitas seguem este outro caminho, também olhando para o chão. Mas algumas, quando passam, te olham. Algumas te olham e não te percebem, como se tu não estivesses ali. Algumas te olham e procuram teu rosto. Algumas te olham nos olhos.

Quando olhamos nos olhos de quem passa, descobrimos uma infinidade de olhares, alguns de um azul oceânico, densos e profundos.

Outros, verdes felinos, castanhos doces, melados, pretos com o brilho de uma estrela.

Estes olhares que passam te dizem coisas. Que tem a ver com expressões sérias, ou alegres, ou carentes. O olhar supera a máscara, talvez por isso nos olhamos tão pouco.

Muitas vezes, um olhar pode ser tão forte que desviamos nosso caminho para ir em direção ao outro.

Quando olhamos nos olhos de alguém e nos aproximamos, criamos a possibilidade mágica do encontro. É uma linguagem sem palavras. Se tentarmos traduzir em palavras o que os olhos dizem, neste instante, encontraremos a nossa dificuldade intelectual de abarcar a dimensão vivencial da eternidade.

Só que dizer que este momento é apenas olhar, seria dissociar a experiência. Porque esse olhar já nos provocou modificações no ritmo cardíaco e respiratório, mudou nossa expressão facial e provocou gestos.

Então nos aproximamos. De algumas pessoas surge a necessidade de estar perto, de tocar-se.

O toque é algo muito progressivo. Ele obedece também a esse código de comunicação que não cabe na dimensão verbal. Por isso, quando duas pessoas se olham, dificilmente já saem se tocando. O toque significa entrar no espaço

Cadernos de BIODANÇA

um do outro. Partilhar do espaço. Por isso, ele vai se dando progressivamente. O olhar, a aproximação, a expressão facial e corporal. Daí, quem sabe, tocar a mão, tocar o cabelo, o rosto.

Tocar e olhar produz a potência do encontro, só aí estamos prontos para abrir o peito, receber e ser recebido em um verdadeiro abraço.

O abraço abre mil possibilidades. Podemos abraçar alguém e dar uns tapinhas nas costas, como que dizendo: "Está bom assim, vê se não te entrega muito".

Outro abraço pode oferecer a surpresa da fusão. A pele que até então era nosso limite corporal, se torna fonte de tal permeabilidade ao outro, que aquele momento traz a vivência de estar tão profundamente junto que um entra no outro e se perdem os limites de onde um começa e o outro termina. No peito unido, abre-se o espaço do infinito e os segredos da vida são compreendidos. É um momento de Amor e Eternidade.

Não foi imediatamente que tive esta experiência. Muitos anos se passaram em que tive milhares de abraços que aos poucos me ensinaram a entrega e o abandono, ensinaram a não temer ao outro.

Creio que a fusão está relacionada a um estado de integração. Se estou muito fragilizada, desse tipo de fragilidade existencial, necessito ter meu limite corporal rigi-

damente demarcado. A perda do limite corporal coloca a pessoa em contato com suas emoções, mas muitos encontram aí uma monstruosa carência.

A rigidez muscular, chamada por Reich de couraça caracterológica, tem uma relação direta com o que Freud, na teoria psicanalítica, chamou mecanismos de defesa do ego. Ou seja, há coisas a respeito de nós mesmos, que não sabemos. São muitas coisas que ficam guardadas em um lugar obscuro dentro de nós. Freud chamou isso de inconsciente. Viu que aí eram guardadas todas as coisas reprimidas da pessoa, coisas que por um processo cultural e civilizatório o Homem internalizou, buscando se diferenciar dos outros animais, buscando conviver em sociedade, e principalmente buscando conseguir viver em uma sociedade onde teria que se submeter a uma série de opressões feitas por outros seres humanos.

Sem desqualificar as idéias de Freud, que tivera e tem uma imensa influência no pensamento e comportamento do século XX, a teoria de Biodança tem uma forma muito particular de encarar este tema.

O ser humano, visto pela Biodança, é um ser biológico, parte de um grande sistema orgânico que é capaz de pulsar em ciclos que chamaremos cosmos. Vivemos

Cadernos de BIODANÇA

na Terra, que é uma minúscula célula, ou talvez ainda um minúsculo átomo de uma célula deste organismo. Neste planeta azul, um fenômeno aconteceu. Negando a tendência entrópica do Universo, formas organizadas surgiram e pulsaram num fenômeno chamado Vida. Através de milhões de anos, essa vida se manifestou de infinitas formas, no que foi chamado de Evolução, um processo seletivo de adaptação ao ambiente.

Num ponto desta cadeia evolutiva, surge o ser humano. Ele tem como características específicas de espécie, um sistema nervoso super-elaborado, que contém funções múltiplas e que por funcionar de forma reticular, oferece infinitas possibilidades de desenvolvimento dentre de um único ciclo vital. Ele funciona junto a todos os demais sistemas orgânicos humanos, sendo que chama atenção a organização específica na espécie, no que diz respeito ao sistema imunológico e endócrino.

Quando é concebido, o ser humano forma um código genético próprio, uma espécie de Identidade Biológica, que contém informações genéticas da espécie, e informações muito específicas e únicas daquele indivíduo. Mas estas informações podem manter-se silenciosas, obscuras, desconhecidas por toda a vida deste ser. O que desperta este código que

contém informações em potencial é o ambiente.

Somos uma relação de código genético e meio. Ou seja, se um bebê nasce no Brasil e é criado numa favela, vai se desenvolver de uma forma; se nasce na Europa, e é criado em um apartamento, mesmo que tivesse o mesmo código genético, seria outra pessoa, ou melhor, se manifestaria de outra forma.

Mas este exemplo não abarca a total sutileza e potência dos fatores ambientais sobre as informações genéticas. Rolando Toro, criador da Biodança, chamou a estes fatores de Ecofatores. Viu que alguns destes vão provocar a manifestação das potencialidades genéticas de um ser (ecofatores positivos) e outros vão inibir a manifestação do potencial genético (ecofatores negativos).

Dependendo da forma como é cuidada e amada uma criança, surge uma rede de interações básicas que definem quais potenciais se desenvolverão e quais ficarão inibidos. Este aprendizado deflagrador se dá pela via da vivência. Toro catalogou uma série imensa de relatos de vivências, feitos depois das sessões de Biodança. Descobriu que estas poderiam ser distribuídas segundo cinco tipos básicos de vivência:

- 1) Vitalidade: vivência de força, potência, cuidado de si, autorregulação.

Cadernos de **BIODANÇA**

2) Sexualidade: vivência de percepção e busca dos próprios desejos, sensibilidade ao prazer.

3) Criatividade: vivência de expressão de si próprio, capacidade de transformação existencial.

4) Afetividade: vivência de pertinência. Sentir-se parte, vinculado aos demais e a tudo.

5) Transcendência: vivência de êxtase, êxtase e fusão. Sentimento de plenitude e harmonia. Ampliação da percepção.

Toro percebe que o nível vivencial produz um conhecimento não só do indivíduo, mas da espécie. Uma característica humana foi transformar a vivência evolutiva da espécie em imagens e sensações potentes e deflagradoras, as quais Jung chamou de Arquétipos e que estão relacionados ao inconsciente coletivo. Estas informações são vistas por Toro também como parte do código genético.

Então, quando uma criança é embalada, acalentada e sua mãe a olha com carinho, este é um ecofator positivo, que faz manifestar informações do código genético. Podemos relacionar as cinco linhas de vivência, e ver que esta criança está vivenciando neste instante um sentimento de amor e harmonia, comunicação e plenitude. Seu corpinho se nutre deste afeto e se delineia doce, receptivo, sem tensões.

Esta mesma criança poderia, ao contrário, ter pais pouco atentos ou até influenciados por padrões e modismos culturais, que ditam como têm que se relacionar com seu filho. E se este, por algum motivo, chorasse no berço e ninguém o atendesse (talvez porque o pai leu no manual que a criança muito acariciada poderia ficar mimada ou mesmo pervertida) seus potenciais não se manifestariam face a tais ecofatores negativos.

Só que esta é a forma desta criança se expressar. Então, desde cedo, este bebê aprende que não pode ser ouvido, que não adianta se expressar, que deve se acostumar ao desprazer, que é perigoso querer amor. Seu corpo se tensiona, formam-se couraças que vão acompanhá-lo por toda a vida, se algo não reverter esse processo. Estas couraças servem para que a criança sobreviva. Para que ela não perceba suas feridas e possa crescer, apesar delas (mecanismos de defesa).

Claro, não será apenas uma experiência negativa como esta que vai inibir o potencial de uma pessoa. O que acontece é que a maioria das pessoas foi submetida em maior ou menor grau a uma sobrecarga, constante e esmagadora, de certos tipos de ecofatores negativos.

Em outras palavras, podemos ver assim: uma pessoa pode passar

Cadernos de BIODANÇA

muitos anos sendo agredida em sua auto-estima. Pode, por exemplo, viver com alguém significativo que a chama e a trata constantemente de estúpida.

Reagindo a isso, a pessoa pode desenvolver tensões musculares muito rígidas na área do tórax, pode até ter uma manifestação psicossomática, como a asma. Quando a pessoa caminha, os ombros estão fechados, para a frente, de forma que o peito fique escondido, se protegendo das agressões externas.

O tempo passa, e a situação de agressão já não existe mais. Curiosamente, a pessoa continua caminhando com o peito fechado, continua desconfiada e procura se proteger da aproximação de outros. Mas, muitas vezes, estes outros seriam pessoas amáveis, futuros amigos, amores, paixões. A postura defensiva já se fixara, sob a forma de uma couraça que escondia desta pessoa uma imensa ferida que existia em seu peito. Desta forma, não consegue mudar sua postura para receber as novas relações. Esta ferida é tão dolorida que não pode ser percebida.

A proposta da Biodança, por isso, é muito progressiva e não catártica. Trata de ir oferecendo, aos poucos, ecofatores positivos a esta pessoa para que lentamente ela possa descobrir outras formas de se relacionar com o mundo.

A couraça vai se dissolvendo lentamente, progressivamente. Isso porque a imensa maioria dos ecofatores negativos não é potente o suficiente para destruir um potencial, ele apenas é inibido, deixado latente, como uma possibilidade.

A Biodança, através de uma metodologia muito específica, estimula o potencial a se manifestar após uma espécie de "chuva" de ecofatores positivos.

Esta chuva é deflagrada por uma série de fatores indispensáveis:

- a Música - existe algo que se chama semântica musical. Ou seja, cada música passa uma espécie de mensagem que faz com que as pessoas entrem facilmente em determinados tipos de emoções. Do conjunto Música + Dança + Emoção surge a Vivência. A vivência é o mecanismo deflagrador do potencial.

- a Dança - dançar é expressar, através do movimento, a emoção que está sendo vivenciada. Em Biodança são propostas danças específicas, com músicas específicas que remetem o grupo a determinados tipos de vivência.

- o Grupo - o outro é essencial. Não existe Biodança sozinho. O outro é sempre o principal ecofator de nossa vida. Isto é tão forte no ser humano que, se uma criança não for criada por humanos, não irá adquirir o padrão de compor-

Cadernos de BIODANÇA

tamento humano. Para saber quem é, como é um ser humano, existe a necessidade de ser retroalimentado, ou seja, precisa que o outro lhe dê informações sobre si mesmo. Então, surgem dois processos: um de identificação e outro de diferenciação, que só se estabelece através de interações com os demais.

Não pretendo, aqui, fazer um estudo do por que a sociedade não oferece meios mais eficazes de estimular ou ao menos preservar as relações afetivas entre os seres humanos. O fato é que muitas pessoas chegam as primeiras vivências em Biodança sem saberem se comunicar, com muito medo de suas próprias reações frente ao outro. Para muitas, o caminho entre perceber-se carente e mudar no concreto a relação com o meio e consigo tem que se repetir sobre vários aspectos. É um processo vagaroso, de se olhar aos pouquinhos, descobrindo que a poesia está na vida, na própria vida.

E aí voltamos às coisas simples, ao caminhar, ao olhar, tocar, abraçar.

Certo dia, em que me encontrava em uma sessão de Biodança, não lembro exatamente qual era a proposta de vivência, talvez simplesmente trocar abraços ao final. Então, do outro lado da sala, encontrei os olhos de um amigo, uma

pessoa muito doce e que eu gosto muito. Fomos nos aproximando lentamente, nos olhando, senti meu coração bater mais forte, a respiração se alterou. Bem próximos, nos olhamos e demos as mãos. Em seguida, fixei os olhos e mergulhei em um abraço atemporal. O Universo inteiro perpassava por onde nosso peito, vísceras, pélvis se encontravam. Dia e noite se fundiam num só; o infinito estava contido em nosso abraço. Éramos o Universo! Todos os sentimentos mais comovedores se passaram ali: paixão, amor, tesão, êxtase, harmonia. Que vontade de chorar por viver o incompreensível, por amar sem constrangimento, sem pudor nenhum.

O Paraíso existe, não está no final da vida, está na nossa capacidade de irmanar ao outro. Está na nossa coragem de ser amor, na eternidade do aqui e agora. Está na queda das máscaras.

Existe nas mãos de cada um de nós um *livro sagrado*. Muitas vezes, morre-se com ele em branco, porque o livro sagrado da existência humana só pode ser escrito a quatro mãos.



Myrthes Gonzalez é Facilitadora-Didata em Biodança, em Porto Alegre, RS.

Para Uma Cosmologia Da Vivência

RESUMO

Terezinha M. Vargas Flores

Apresento aqui apenas um resumo da minha Monografia para titulação como Facilitadora de Biodança, que teve lugar no Uruguai, em 1995. A Banca foi composta por Rudimar Merlo (orientador); Myrthes Gonzalez e Raul Terrén.

Este trabalho está dividido em duas partes: na primeira, faço um apanhado histórico do tema, a partir das primeiras cosmogonias, que se diferenciavam das cosmologias por serem de aspecto mítico. Por exemplo, os índios Guaranis, dos quais descendo, apresentam o Pai Ñamandu DESDOBRANDO-SE em tudo o que existe: suas mãos desdobram-se em palmeiras, nos rios, no vento, etc.

Já as Cosmologias gregas, com Thales de Mileto, Heráclito, Anaximandro, Demócrito e muitos outros, superam a mitologia e instauram a reflexão filosófica acerca das Totalidades e suas relações com tudo o que existe. Entretanto,

é interessante notar que a idéia de “desdobramento” vai percorrer o fio destas reflexões, sendo um elo entre as primeiras cosmogonias e as cosmologias atuais. Tanto que David Bohm (1980) vai utilizar a mesma metáfora (desdobramento) em sua obra.

Depois de tecer considerações históricas em torno do tema, apresento as concepções de Cosmologia em Biodança. Para isso, valho-me do Curso sobre “O Cosmo Inteligente”, que Rolando Toro desenvolveu durante o Congresso de Águas de Lindóia, em 1995. Na ocasião, Rolando falou do “Pacto pela Vida” que o Universo inteiro fez, desde sempre. A partir do Princípio Biocêntrico, é a Vida que centraliza os processos de relações entre as partes e as Totalidades, no Cosmos Inteligente.

Na segunda parte desta Monografia, utilizo-me de trabalhos de meus professores Didatas em Bio-

Cadernos de BIODANÇA

dança; e também de recentes obras da Física e da Biologia Contemporâneas, para realizar um entrelaçamento entre a Ontologia da Vivência (no âmbito horizontal) e a Cosmologia da Vivência (âmbito vertical).

Estas relações entre os planos horizontal e vertical da vivência já aparecem no Modelo Teórico da Biodança (cf. Cadernos de Biodança nº. 1). Sanclair Lemos (no prelo) vem desenvolvendo estes aportes, fazendo interessantes relações com a Física Quântica. Ele diz que a vivência tanto diz respeito aos processos de integração da Identidade em suas interações organizativas das partes que a constituem (eixo horizontal) quanto em suas interações com o Todo (eixo vertical).

César Wagner e seu orientando Custódio (1994, 95) desenvolveram esta temática sob o título de Ontologia da Vivência. Eles mostram como se dão os processos de organização da Vida, portanto também da Identidade, no que diz respeito ao Ser (visão ontológica da vivência).

Em um esquema altamente complexo e explicativo, César Wagner (1995) apresenta os caminhos de integração da Identidade até alcançar a vivência integrada com a Totalidade. É EXATAMENTE AÍ que eu entro com a Cosmologia da Vivência, retirando deste ponto

do citado esquema uma espiral vertical (para baixo e para cima) que vai se abrindo em complexidade crescente, para usar uma metáfora muito cara a Jean Piaget.

Ora, para este epistemólogo suíço (Piaget, 1974), a espiral ascendente demonstra os processos de "reequilíbrio majorante", tanto das fenocópias quanto das abstrações. Em outras palavras, Piaget demonstrou em 50 anos de pesquisas, que os aspectos biológicos se entrelaçam aos aspectos psicológicos, integrando-se.

Então, seria plausível levantar a seguinte hipótese: os aspectos ontológicos da vivência se entrelaçam aos aspectos cosmológicos, naturalmente, integrando-se. E nesta integração, integram-se todos os demais aspectos (cognitivos, sociais, afetivos, etc.).

A Metodologia desta Monografia sai das abordagens teóricas, mostrando como a linguagem ANTES E DEPOIS da vivência modifica-se em poesia e metáforas, demonstrando os processos de organização e reorganização (AUTOPOIESIS, segundo Maturana y Varela, 1994). Utilizei-me das falas dos alunos da Escola Gaúcha de Biodança (estando eu aí incluída) antes das Maratonas de Formação e depois das mesmas. O resultado é exemplificado como segue:

Cadernos de BIODANÇA

AS DIFERENTES FALAS: a coerência nas equivalências

ANTES

Vitalidade no Dicionário Aurélio
Força vital; vigor

Fetichismo como uma série de
componentes inconscientes

Temos estruturado o cérebro para
tornar simples o complexo

O Homem Contemporâneo disso-
cia o afeto, tem lesões afetivas

Aumentar a coesão entre nós

Intenção ufanista: o idealismo pre-
cisa passar pelo real

Há determinados critérios para ca-
racterizar o ser vivo

Auto-conservação: manter-se vivo
pelo uso adequado de energia

A importância do cortical na hora
da vivência, inclusive

A Biosfera: a totalidade da Vida
como Princípio

A corporeidade tem um oposto na
espiritualidade: dualismo

De fato: o espírito não está sepa-
rado de todo resto

DEPOIS

Semente de vida: como cada um
cuida da semente.

A luz, "a media luz", ir tirando a
roupa devagarinho, erótico...

Importante é quando não vemos
que não vemos

Um sentimento de magia fez voltar
ao calor do ninho...

Sair da ilusão que harmonia sai do
conflito

Solidarizar-se com o Universo é
crescer com o mundo

Que coisa maravilhosa é o vivo,
uma flor, uma pulga...

Essa energia toma caminhos interi-
ores como os sonhos

O transe massageia as células é a
vivência do grandioso.

Luminosidade progressiva da Iden-
tidade: a pessoa brilha!

O oposto de corpo é "vazio"

Corpo como Universo que dá men-
sagens sutis

Cadernos de BIODANÇA

ANTES

Transcender e conectar-se com a totalidade

É tão amplo o tema, permite tantas percepções

O oposto de cada verdade é igualmente a verdade

Há um problema de criar uma vinculação saudável

Reação orgânica de sentir

Além de ser uma cultura para a depressão, nega a criatividade

Terra é um planeta cuja estabilidade é instável

Movimento: expressão do equilíbrio atual cultural

Leitura de um movimento mais fino

Ter uma concepção formulada de sinergismo

#####

A discussão dos dados acima apresentados retomou as abordagens teóricas feitas anteriormente. Contudo, porque se trata aqui de

DEPOIS

Transcendo ao vivenciar minhas coreografias

O que eu vivi, o cheiro da terra, as cores, a água

Atirei os livros num canto, nada li, nada escrevi, e tudo vivi

Sinto-me decapitado, com falta de corpo e sem os limites

A gente entra dentro de si

É preciso que o mundo amadureça que continue verde

Ecologia é pura afetividade
É comunhão com a espécie

Resgatar o movimento natural como um gato, um cavalo

Nasce de dentro e abre o peito

Sinto uma emoção junto com o meu andar, como um só

#####

um resumo, optei por trazer a público o apêndice da Monografia, que chamei: "Sobre a Linguagem", à guisa de discussão e conclusão:

SOBRE A LINGUAGEM

Em primeiro lugar, existe o caráter de continuidade da linguagem, isto é, não existem brechas na sua constituição. Daí decorre a assimilação constante dos aspectos anteriores nos posteriores, de tal forma que, em se tratando de uma construção gradual, os níveis posteriores assimilam os níveis anteriores.

Assim, para esta teoria, a hipótese é a de que todos os estágios anteriores à linguagem humana estarão nela presentes, por continuidade e assimilação.

Afirmam Maturana e Varela em "El Árbol del Conocimiento" (1990, p.142 ss.):

"Todos estos estudios sobre las capacidades lingüísticas de los primates superiores (...) son muy importantes para comprender la historia lingüística del hombre".

Aqui se pode inferir tanto o caráter contínuo da construção da linguagem, quanto o aspecto filogenético, isto é, que é do *filium* "primatas superiores" que provém a capacidade lingüística do ser humano. Continuam os autores, mais adiante:

"El detalle de las transformaciones estructurales propias de los homínidos, no lo conocemos con precisión y quizás no la sepamos nunca. Por desgracia, la vida social y lingüística no deja fósiles, y no

es posible reconstruirla. Lo que sí podemos decir es que los cambios en los homínidos tempranos que hicieron posible la aparición del lenguaje tienen que ver con su historia de animales sociales, de relaciones interpersonales afectivas estrechas, asociadas al recolectar y compartir alimentos (...) Ciertamente que no todos estos cambios que distinguen a los homínidos de otros primates ocurrieron simultáneamente, sino a distintos momentos y a distintos ritmos a lo largo de varios millones de años. Y en algún momento a lo largo de estas transiciones, el enriquecimiento del dominio lingüístico asociado a una sociabilidad recurrente llevó a la producción del lenguaje".

Portanto, fazendo uma ponte com nosso ensaio sobre Cosmologia da Vivência, seria possível dizer que, a partir da filogênese, há uma construção gradual, seqüencial, acumulativa e contínua dos estágios de desenvolvimento da linguagem. Isto ocorre no eixo vertical da espiral, de que falávamos anteriormente.

E no eixo horizontal, a nível ontogenético, se situariam as construções individuais. Assim, para argumentar com uma idéia muito cara a Piaget, na construção de cada um serão seguidos não apenas os passos da Humanidade,

Cadernos de BIODANÇA

como um todo, mas do *filum* a que pertence. Isto é, os estágios de linguagem no desenvolvimento de cada indivíduo seguem os estágios filogenéticos de construção da linguagem.

Novamente aparece aqui a concepção de "deriva natural". Ora, se tomarmos a linguagem gestual dos hominídeos, poderíamos dizer que, em algum momento, surgiu o abraço, o olhar interessado no olhar do outro, o sorriso... Este estágio, digamos, empírico, dará lugar a uma série de ensaios de carícias, toques, aproximações, etc. Daí, poderíamos evoluir para os sussurros compartilhados, os gemidos eróticos, etc. Por que não admitir a hipótese do surgimento da linguagem falada a partir destas interações afetivo-eróticas?...

Bem entendido, devido ao seu caráter contínuo, há imbricações de novas etapas em níveis anteriores, etc. E assim por diante, até chegarmos, por exemplo, ao delineamento dos contornos das línguas específicas de cada grupo étnico, as especificidades de cada cultura, de cada região - tão bem caracterizado no mito da Torre de Babel.

Dando um salto no tempo (novamente, relativizando esta categoria!) poderíamos entrar nas linguagens elaboradas, por ex., das Grandes Civilizações que, inclusive, criaram códigos escritos, como os

assírios e caldeus (escrita cuneliforme); os egípcios (hieróglifos); os chineses (ideografismos) etc.

Outro salto, e entraríamos nas sofisticções das primeiras Universidades, em Alexandria, em Salamanca, na Itália...

O Renascimento traz consigo, novamente pelo caráter de continuidade, a assimilação de tudo o que foi anteriormente construído, e temos então as linguagens "científicas" dos astrônomos (baseadas nas anteriores astrologias persas), dos físico-matemáticos (baseadas nos egípcios e pitagóricos) e assim por diante.

Basta lembrar que, na antiga cosmogonia guarani, citada anteriormente, este "primitivo" povo falava de "desdobramento", o que virá a ser básico na teoria da Ordem Implicada, de David Bohm, e também o será na Teoria das Catastrofes, do matemático René Thom.

Voltando às nossas aproximações a uma Cosmologia da Vivência: temos então uma linguagem anterior à vivência, que tem uma especificidade cortical; e uma linguagem posterior à vivência, que logicamente também se dá a nível cortical, mas já apresenta uma outra especificidade, mesclada de metáforas, uma linguagem poética, etc...

Pois bem, o que acontece de vivência em vivência, através das

Cadernos de BIODANÇA

inter-relações entre grupos, entre diferentes identidades etc.? Ocorre que, sem ser esperada, surge a vivência “biocosmológica”, ligada não apenas ao caráter ontogênético (Ontologia da Vivência), mas também e principalmente ao caráter filogenético (Cosmologia da Vivência). Anteriormente, poderíamos falar de tomadas de consciência; agora, explode a Consciência Cósmica, desde seus mais inferiores níveis, até os níveis inefáveis.

Então, havia o nível Reflexivo (cortical), relacionado aos mecanismos metodológicos envolvidos na vivência. Havia, também, uma linguagem “científica” de primeiras etapas. Agora, níveis posteriores, assimilando os precedentes, ainda corticais, mas num patamar superior, tanto de consciência, porque agora se trata de Consciência Cósmica, quanto de AUTOPOIESIS, conforme já foi explicitado.

Tomemos novamente o exemplo de Capra, no Prefácio ao “Tao da Física”. Ele conta como modificou suas teorias (nível Reflexivo) após uma vivência biocósmica (nível pré-Reflexivo), iniciando, então, paralelos entre a Nova Física e as concepções orientais (nível pós-pré-Reflexivo!). Neste último nível, o pensamento “objetivo” mescla-se com as metáforas, pois para descrever “cientificamente” as vivências indescritíveis de vínculo com a

Totalidade, é preciso lançar mãos da linguagem poética.

É a este nível que penetramos no mundo holográfico, pois a linguagem, aí, será um holograma. Então, aí, não será mais possível raciocinar com silogismos da Lógica Formal, pois torna-se “metaformal” esse âmbito da vivência.

Não podemos esquecer, contudo, que neste patamar de “compreensão e extensão”, estarão incluídas todas as conquistas vivenciais anteriores. Uma vez deflagrada a primeira, esta vai incluir-se (sub-sumir-se) na posterior, e assim sucessivamente... numa espiral (helicóide cônica) ascendente de complexidade crescente.

E o que haverá “cada vez mais para o lado e para cima” (cf. Piaget em “Adaptação Vital e Psicologia da Inteligência”), nesta espiral? Cada vez mais organização, reorganização e auto-organização (autopoíesis).

Portanto, pensemos bem antes de iniciar o processo vivencial! Pois uma vez iniciado, como um Efeito Borboleta, será impossível prever as fantásticas conseqüências do mesmo. Pois como impedir a Criatividade crescente que será gerada em si mesma no próprio processo de auto-criação (autopoíesis)?

Por outro lado, se seguirmos adiante nesta espiral, de êxtase em êxtase, de patamar em patamar, os “fenótipos” vivenciais atingirão o

Cadernos de BIODANÇA

genoma e, então, surgirá a fenocópia – quem nos impedirá de falarmos a linguagem dos Deuses?

Silêncio.

BIBLIOGRAFIA:

BOHM, David - A Totalidade e a Ordem Implicada: uma nova percepção da realidade. S. Paulo: Cultrix, 1980.

BUCKE, Richard - Consciência Cósmica. Rio: Renes, 1982.

BORNHEIM, Gerd - Os Pré-Socráticos (trad.) S. Paulo: Cultrix, 1967.

CAPRA, Fritjof - Sabedoria Incomum. S. Paulo: Cultrix, 1988.

CLASTRES, Pierre - A Fala Sagrada: mitos e cantos sagrados dos índios guarani. Campinas: Papiрус, 197?.

CUSTODIO, L.S. - Método Vivencial (?), Monografia, Salvador, 1994.

FLORES, Terezinha - Epistemologia Interdisciplinar em Biodança. Cadernos de Biodança, EGB, nº. 2, 1995.

_____ - Relações entre graus nutricionais de crianças da periferia e níveis cognitivos alcançados em provas de Piaget sobre a contradição. Universidade de São Paulo, Instituto de Psicologia, 1984. Tese de Doutorado.

GROF, Stanislav - A Mente Holotrópica. Rio de Janeiro: Rocco, 1994.

GÓIS, César Wagner de L. - Vivência - Caminho à Identidade. Fortaleza: Ed. Viver, 1995.

GONZALEZ, Myrthes - Vivências do Universo Pessoal, (no prelo), 1995.

HESIOD - Theogony. Oxford: Clarendon Press, 1971.

KOYRÉ, Alexandre - Do Mundo Fechado ao Universo Infinito. Lisboa: Gradiva, s/d.

LEMONS, Sanclair - A Vivência da Transcendência, (no prelo), 1995.

MATURANA, H. y VARELA, F. - De Maquinas y Seres Vivos. Santiago: Universidad, 1994.

MERLO, Rudimar - Depoimento no Grupo Regular, 1995.

PIAGET, Jean - Biologia e Conhecimento. Petrópolis: Vozes, 1973.

_____ - Adaptation Vitale et Psychologie de l'Intelligence. Paris: Herrmann, 1974.

SCHLÖGL, Herman - Echnaton. Hamburg: Rowohlt Verlag, 1992.

TORO, Rolando - Cosmologia: O Cosmos Inteligente. Curso desenvolvido durante o Congresso Latino Americano de Biodança. Águas de Lindóia, SP, agosto de 1995.

_____ - Presentimiento del Ángel. Brochura do Autor, 1994.

TALBOT, Michael - O Universo Holográfico. S. Paulo: Best Seller, 1991.

WEBER, Renée - Diálogos com Cientistas e Sábios. S. Paulo: Cultrix, 1986.

ANTECEDENTES MITOLÓGICOS E FILOSÓFICOS DA BIODANÇA

Rolando Toro

(Continuação do número anterior)

Cristo

Com Cristo tem início uma nova etapa da Humanidade na qual o sentimento de amor e misericórdia constitui o núcleo vital de sua doutrina. Assim os cristãos enfrentam a autoridade estabelecida, a ambição e a crueldade dos poderosos. Isto resulta na perseguição e morte de milhares de cristãos. Cristo é o arquétipo de doçura, unida à força da fé no Pai que está no céu.

O amor infinito que algumas pessoas experimentaram em estados especiais foi considerado por muitos pensadores e santos como de essência crística.

Esta condição interior de amor existente em todos os seres humanos (embora reprimida) é capaz de transmitir saúde e, às vezes, curar enfermidades crônicas. A invocação de Cristo através da oração induz estados de paz e bem-aventurança.

Não falaremos aqui do que fizeram os sacerdotes com a doutrina de Cristo e do fracasso do amor no mundo. A proposta de amor ao próximo representou, sem dúvida, em seu tempo, a maior revolução de toda a história da Humanidade. Hoje é, mais do que nunca, um chamado dilacerante.

O modelo sacrificial do ser humano foi difundido pelos sacerdotes que se uniram ao poder político, tornando-se cúmplices da exploração de milhares de seres humanos que se conformavam com a promessa do paraíso. Cristo, sem dúvida, era doce e queria a salvação espiritual da Humanidade.

Jung cita um Evangelho apócrifo de São João em que Cristo dança com seus apóstolos e canta no centro de uma roda. Esta visão do Cristo dançante é incompatível com o modelo sacrificial, e os dis-

Cadernos de BIODANÇA

cíbulos atuais preferem representá-lo crucificado.

Quando o Deus Pai está no Céu e não na Terra, inicia-se um processo de distanciamento do divino imediato e do gozo de viver; perpetuam-se as injustiças, o sofrimento é aceito como algo natural.

É neste ponto que a Biodança se separa da linha judeu-cristã, com sua severa repressão ao prazer e com sua vocação de vida eterna em outro mundo.

O cristianismo propõe uma vida passageira e uma alma imortal. A vida terrena, portanto, se transforma em uma tarefa imediata de abnegação, renúncia e sacrifício para ganhar, depois da morte, a vida eterna. Esta concepção implica, como a hinduísta, que a vida representa um meio para alcançar aquela outra vida que virá depois da morte.

Os profetas de Israel atacaram violentamente os cultos e cerimônias da religiosidade cósmica (Demeter, Dionísio). Os seguidores de Jahvé conseguiram dessacralizar a Natureza. Os bosques e campinas, as epifanias, as fontes e as colheitas perderam seu caráter sagrado. Os ritos cósmicos foram considerados "impuros". A dessacralização da Natureza foi simultânea com a perda do "gozo de viver".

Segundo Mircea Eliade, desenvolveu-se uma "teologia da salvação" e se iniciou o profetismo; a proposta de regeneração espiritual do indivíduo mediante o retorno

definitivo a Jahvé era a nova orientação da energia espiritual do ocidente.

O prazer de viver não tem lugar no catolicismo, no qual predomina o conceito de pecado, ligado aos de voluptuosidade e luxúria. É desta forma que o ímpeto de viver se degenera em conformismo e repressão.

Em Biodança a busca do prazer e do amor não constituem pecado. Ao contrário, a iluminação é o fogo dos amantes. A paixão inflama nossos gestos e nossa dança. Fazer o amor é formar uma só entidade com a qualidade do divino.

Heráclito, filósofo do eterno devenir (De 576 a 480 a. C.)

Sobre os pensamentos de Heráclito, é necessário examinar os "Fragmentos", uma coletânea de revelações e textos poéticos, a partir dos quais é possível captar uma visão dinâmica do mundo muito diferente daquela que era proposta por outros filósofos pré-socráticos que buscavam o absoluto.

Eis aqui alguns pensamentos de Heráclito:

"O sol é cada novo dia".

"Tudo se gera por discordância".

"Aquilo que está completo é o que já não é mais; aquilo que é concórdia e discórdia, acordo e

Cadernos de BIODANÇA

desacordo, é o que gera a harmonia”.

“É de todas as coisas o Uno e do Uno todas as coisas”.

“Sem a esperança não se encontrará o inesperado, o inacessível”.

“A sabedoria consiste em uma só coisa: o conhecimento do pensamento que governa tudo em todas as partes”.

“A todos os homens lhes é concedido conhecer-se a si mesmos e dar prova de sabedoria”.

“A natureza se compraz em ocultar-se a nossos olhos”.

Para Heráclito a realidade do mundo está sempre em movimento, não existe nada permanente, tudo flui. *“Não nos banhamos duas vezes nas mesmas águas”* - dizia. Assim como para Tales a origem do mundo era a água, para Heráclito o Princípio era o fogo.

Heráclito é o filósofo do eterno devenir, do fluxo e transcurso ininterrupto do Tempo, no qual estão mergulhadas todas as coisas.

Heráclito acreditava no Eterno Retorno e no permanente renascer do Universo.

A ciência moderna parece haver dado razão a Heráclito ao revelar que todo o Universo, desde as galáxias até os átomos, está em movimento, em torvelinhos, em fluxos de energia, em explosões, em redemoinhos de reações ativas de harmonia e discordâncias. Nesta dança cósmica, os humanos parti-

cipam movidos pelo fluxo de energia sagrada.

Muitos dos pensamentos de Heráclito possuem a mais palpitante atualidade. Concebe o Universo como uma unidade, na qual o todo e a parte estão em relação recíproca. Pode, assim, ser considerado o precursor da visão holística, da idéia da ordem implicada e do conceito de Dança Cósmica.

Pitágoras (De 570 a 490 a. C.)

Depois da morte de Orfeu teria ocorrido a perseguição de seus discípulos e a destruição de seus templos. A evolução espiritual, porém, continuou apesar das sucessivas tiranias e da decadência que se expandiu pela Grécia.

Alguns poucos visionários persistiram em transmitir os Mistérios e as tradições espirituais. Entre eles estavam o físico Tales de Mileto e o poeta Píndaro. Nesta época, destacou-se um iniciado de primeira grandeza, um verdadeiro criador: Pitágoras. Coordenando as inspirações órficas, criou um sistema científico do mundo, propôs uma visão integrada do Universo e uma moral implícita na harmonia cósmica.

Os seguidores de Pitágoras foram perseguidos e assassinados na Sicília, seus templos foram incendiados e sua doutrina dispersada.

Platão conseguiu, com muito esforço, um manuscrito de Pitágoras através de Arquitas. A transmis-

Cadernos de BIODANÇA

são de sua sabedoria, porém, era principalmente oral. A essência das revelações pitagóricas e de seu sistema está nos “Versos de Ouro”, de Lysis, nos comentários de Hiercles, e nos fragmentos de Filolau e de Arquitas. No diálogo “Timeu”, de Platão, é exposta a cosmogonia de Pitágoras.

Em sua obra, Pitágoras reuniu concepções esotéricas da Índia e Egito, dando-lhes uma ordenação lúcida e racional; ao mesmo tempo exaltou a idéia da liberdade humana.

Pitágoras teve sua iniciação no Egito. Os sacerdotes o submeteram a provas muito difíceis, aos terrores e êxtases do iniciado de Isis, às tentações, à morte cataléptica e sua ressurreição na luz de Osíris.

Pitágoras queria ir fundo, com todo o risco, no contato com as forças ocultas. Quando os sacerdotes egípcios se deram conta da extraordinária força interior de Pitágoras, iniciaram-no em seus profundos conhecimentos: percepção das esferas da vida em uma ordem concêntrica, processos de involução e evolução do espírito e ascensão para a unidade.

Pitágoras estabeleceu relações matemáticas entre as notas musicais e as órbitas dos planetas. Postulou a unidade do Universo e do ser humano e concebeu a “música das esferas”, representando, assim, o espírito de unidade do Universo.

Epílogo

A Biodança contém, em sua concepção, o legado de uma sabedoria que se perdeu com o tempo e que foi a intuição primordial dos povos nos alvares da Humanidade.

A sacralização da Natureza, a presença do divino na vegetação, no mar ou na montanha, os ritos de iniciação nos mistérios da vida e da morte, a exaltação da fecundidade e a expansão da consciência, constituem o legado de Demeter.

A alegria de viver, a busca do prazer e do êxtase, a liberação dos profundos potenciais instintivos através da dança, é o legado de Dionísio.

O poder da música, da poesia e da dança, capaz de induzir processos de transmutação, é o legado de Orfeu.

O amor ao próximo, o profundo respeito pelos humildes, a misericórdia, constituem o legado de Cristo.

A Humanidade, através da história, tem perdido, com frequência, as grandes revelações descobertas por seus visionários e passa então por períodos obscuros de dissociação e perda completa de sua identidade.

Podemos buscar inspiração nestes Mistérios para nutrir de saúde e vitalidade nossa civilização.

Cadernos de BIODANÇA

Bibliografia

- CALOSSO, Roberto - Le Nozze di Cadmo e Armonia. Enciclopedia dei Mitî. Milão: Ed. Gli Adelphi, 1988.
- CHEVALIER, Jean e GHEERBRANT, Alain - Dicionário de Símbolos. Rio de Janeiro: José Olympio Ed., 1988.
- DANIELOU, Alain - Shiva y Dionisos, La Religión de la Naturaleza y del Eros (Trad.: Manuel Serrat). Barcelona: Ed. Kairós, 1987.
- DETIENNE, Marcel - Dionísio a céu aberto (Trad.: Carmem Cavalcanti). Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 1988.
- ELIADE, Mircea - Aspectos do Mito (Trad.: Manuela Torres). Rio de Janeiro: Edições 70, Perspectivas do Homem,
- ELIADE, Mircea - História de las Creencias y de las Ideas Religiosas. Madrid: Editora Cristandad, 1978.
- ENCICLOPEDIA DEI MITI. Milão: Garzanti Ed., 1991.
- ESQUILO, SOFOCLES, EURIPEDES - Tragedias Completas. In: *Teatro Grego*. Tradução do grego, preâmbulos e notas por: Enriqueta de Andres Castellanos, Ignacio Errandonea S.J., Eladio Isla Bolaño, Julio Palli Bonet, Francisco Rodríguez Adrados e Francisco de P. Samaranch. Introdução de Jose Antonio Miguez. Madrid: Aguilar S.A., 1978.
- GIRARD, René - A Violência e o Sagrado (Trad.: Martha Conceição Gambini). São Paulo: Ed. UNESP, Ed. Paz e Terra, 1990.
- GRAVES, Robert - Los Mitos Griegos (Trad.: Luis Echávarri). Madrid: Alianza Editorial, 1985. Buenos Aires: Alianza Editorial, 1993.
- GUÉNON, René - Símboli della Scienza sacra (Trad.: Francesco Zambon). Milão: Ed. Gli Adelphi, 1990.
- HEIDEGGER, Martin - Heraclite (Trad.: Jean Launay e Patrick Levy). Paris: Ed. Gallimard, 1973.
- HERÁCLITO - Fragmentos. In: *Penseurs Grecs avant Socrate* (Trad.: J. Voilquin). Paris: Ed. Gariner Flammarion, 1964.
- HILLMAN, James - La Vana Fuga Degli Dei (Trad.: Adriana Bottini). Milão: Adelphi Edizioni, Piccola Biblioteca 261, 1991.
- HILLMAN, James (Org.) - Encarando os Deuses (Trad.: Cláudio Jordano). São Paulo: Ed. Cultrix/Pensamento, 1980.
- HOLFMANN, Albert - I Misteri di Eleusi. Itália: Millelire Stampa Alternativa, 1993.
- JUNG, Carl G. - *Mysterium Coniunctionis* (Trad.: Frei Valdemar do Amaral, O.F.M.). Petrópolis: Ed. Vozes, 1990.
- JUNG, Carl G. - Símbolos da Transformação (Trad.: Eva Stern). Petrópolis: Ed. Vozes, 1986.
- LAWLER, Lillian B. - The Dance in Ancient Greece. Middletown, Connecticut: Wesleyan University Press, 1978.
- MAFFESOLI, Michel - L'Ombra di Dioniso (Trad.: Eugenia Scarpellini). Milão: Garzanti Ed., 1990.
- METZNER, Ralph - Las Grandes Metáforas de la Tradición Sagrada: la transformación de la Conciencia y la Naturaleza humana (Trad.: Darryl Clack e Mireia Jardí). Barcelona: Ed. Kairós, 1987.
- OTTO, Walter Friedrich - Dionysus, Mythos und Kultus. Frankfurt: Ed. V. Kostermann, 1933.
- RILKE, Rainer Maria - Los Sonetos de Orfeo. "Antología" Poética. Estudio-versão e notas de Jaime Ferreira Alemparte. Madrid: Espasa-Calpe S.A., Colección Austral, 4ª ed., 1982.
- SCHURÉ, Edouard - Os Grandes Iniciações: Pitágoras. São Paulo: Ed. Martin Claret, 1986.
- WASSON, R. Gordon, HOFMANN, Albert, RUCK, Carl A.P. - El Camino a Eleusis. México: Ed. Económica, 1980.

Oficina das Emoções

A VIVÊNCIA DO MITO NA BIODANÇA

Isa Freire

(Continuação do número anterior)

"No mito de Psiquê demonstra-se significativamente o fato de que não só a alma é purificada e esclarecida passivamente, mas que ela também transmite ativamente o mesmo ao Eros que ama".

Erich Neumann - Amor e Psiquê

3. EROS E PSIQUÊ, CASAMENTO INTERIOR

Embora nos tenha alcançado através das categorias simbólicas da cultura greco-romana, o mito de *Eros & Psiquê* é tão antigo quanto a humanidade. É a história de amor entre a natureza e a alma humana, do casamento (*hierosgamos*) entre os princípios masculino e feminino presentes e expressos pelo corpo e pela psique. É, também, a eterna história da perda do amor e dos desafios a vencer para recuperá-lo.

Nossa proposta é proporcionar, através do Projeto Oficina das Emoções, a vivência do mito, com o significado que lhe atribuímos.

Mediante situações de encontro consigo mesmo, com o outro e com o cosmos, o Sistema Biodança promove a indução ou evocação de vivências que 'constelam' ou 'ativam' ou *afetam* (na terminologia de Jung) em cada participante os arquétipos, ou 'imagens primordiais', profundamente vinculados aos processos orgânicos dos sistemas vivos. As vivências emergem no aqui e agora com toda a força contida no potencial genético da espécie humana, expressando-se através da identidade biopsíquica – apesar de separados pela individualidade, somos

Cadernos de BIODANÇA

todos *Homo sapiens*, compartilhamos uma memória filogenética e simbólica que se perde na noite dos tempos geológicos.

O mito de *Eros & Psiquê* foi registrado por Apuleio de Madaura (124 a.C.), um romano que pensava como um grego e escreveu Metamorfoses, onze volumes onde conta a história de um jovem chamado Lúcio e várias historietas que não se relacionam com o enredo principal. A história de *Eros & Psiquê* entre o final do volume IV até o final do volume VI, como se fora um conto de fadas, com um enredo que se desdobra em oito etapas relevantes, inclusive as quatro tarefas que *Psiquê* deve realizar, por imposição de *Afrodite*, para reencontrar seu amado *Eros*. Nas palavras de Neumann (1990), “o que fascina no relato de Apuleio é que, ao lado da plenitude de traços e de inter-relacionamentos mitológicos que apresenta, ele também explica que esses traços representam um desenvolvimento cujo conteúdo é exatamente a salvação do indivíduo no modelo mítico, a libertação da *psique*”.

Quem conta um conto...

O mito relata a história da filha mais nova de um rei que tinha outras duas filhas. A beleza de *Psiquê* era tão deslumbrante que o povo passou a render-lhe culto, desprezando o culto à deusa *Afrodite*; di-

zia-se que uma nova *Afrodite* surgira, não da espuma do mar mas do orvalho da terra. A deusa tomou-se de indignação com essa atitude desrespeitosa do povo, dizendo a si mesma: “Vê, Grande Mãe da Natureza, origem de todos os elementos, observa como tu, que és a alma de todo o universo, estás dividindo as honras da majestade com uma simples mortal... No entanto, essa menina não vai apoderar-se das honrarias que me são devidas: logo a farei arrepender-se de sua ilícita beleza!”. E, imediatamente, chamou seu filho *Eros*, levando-o até aquela cidade para apontar-lhe *Psiquê*, depois de lhe contar tudo sobre o confronto de belezas. “Vinga-me, mas que seja uma vingança perfeita... e uma única coisa faz com vontade: essa donzela terá de apaixonar-se perdidamente pelo mais horrendo dos homens...”.

Surpreendentemente, *Eros* apaixonou-se por *Psiquê* e se manifesta através do oráculo de Delfos, vaticinando para *Psiquê* núpcias de morte com um monstro. Aos pais cabe organizar o séqüito nupcial, que abandona *Psiquê* à própria sorte no alto de um rochedo íngreme. Para surpresa de *Psiquê*, o brando vento *Zéfiro* a transporta até um bosque encantado, no limiar do qual encontra um rico palácio onde criadas invisíveis se colocam a seu serviço. Quando chega a noite, o misterioso consorte faz de *Psiquê* sua mulher, mas ela

Cadernos de **BIODANÇA**

não lhe vê o rosto e nem poderá tentar vê-lo, sob pena de perder irremediavelmente o marido. Psiquê logo se habitua à situação, passando a desfrutar dos confortos do palácio e aguardando a noite que lhe trará de volta o marido, a quem percebe pelo tato e do qual ouve a voz. Mas, com o decorrer do tempo, apenas as criadas invisíveis e o marido noturno não lhe satisfazem mais a necessidade de comunicação. Psiquê pensa em como estarão se sentindo seus pais e suas irmãs...

Uma noite, o marido lhe diz que grandes atribulações estão por vir e que o seu amor por ele será testado, suplicando, então, que Psiquê se mantenha atenta. Nesse ínterim, as irmãs de Psiquê, sabedoras da desgraça que se abaterá sobre a família, procuram os pais para consolá-los, dirigindo-se a seguir ao rochedo das núpcias para prantear a morte da irmã mais nova. Por sua vez, desconhecendo o perigo que se aproxima, Psiquê roga ao marido que a deixe receber as irmãs no palácio, permitindo-lhe compartilhar com elas um pouco de sua riqueza. Por fim, o esposo cede às suas súplicas e juras de amor, mas recomenda a Psiquê para não mencionar que desconhece seu aspecto físico e para não dar ouvido a insinuações maldosas.

Psiquê ordena ao vento Zéfiro que transporte suas irmãs para o palácio, onde chegam entre sur-

presas e alegres. Porém, depressa o afeto se transforma em inveja ao constatarem a riqueza e os admiráveis detalhes da vida de Psiquê, especialmente a criadagem invisível, chegando à conclusão de que certamente ela se casara com um deus. E começaram, sutilmente, as investigações sobre o aspecto físico do marido de Psiquê, que a final lhes disse que estava casada com um jovem que se dedicava à caça no bosque próximo ao palácio. Cobrindo as irmãs de jóias e presentes, Psiquê despediu-se, fazendo-as transportar pelo vento Zéfiro. De volta ao rochedo, ambas seguiram apressadamente, conspirando pelo caminho sobre como destruir a felicidade de Psiquê.

Então, de novo o marido de Psiquê a adverte sobre os perigos iminentes que poderão advir se der ouvidos às irmãs e transgredir a proibição de ver o seu rosto; conta-lhe que está grávida e que, se o tabu não for quebrado, a criança virá a ser um deus, caso contrário será mortal. Psiquê se comove e exulta com a perspectiva de vir a ser mãe e jura ao marido que não o trairá, conseguindo novamente autorização para a visita das irmãs. A contragosto, Zéfiro as transporta suavemente até a entrada do palácio, onde Psiquê as abraça e lhes comunica, feliz, a notícia de sua gravidez. As irmãs se congratulam com uma alegria forçada e logo entram no assunto que lhes interes-

Cadernos de **BIODANÇA**

sa, qual seja o do aspecto físico do marido de Psiquê que, esquecida de sua descrição anterior, lhes diz que ele é um comerciante de meia idade. As irmãs se despedem apressadamente e a caminho de casa seguem conspirando contra Psiquê, baseando-se no fato dela não conhecer o próprio marido e arquitetando um plano para consumir sua desgraça.

E logo regressam ao rochedo, de onde se jogam nos braços de Zéfiro que, mesmo surpreendido, as transporta ao palácio, onde adentram jogando-se nos braços de uma Psiquê espantada. Dizem-lhes que lhes custa muito ter que falar, mas ela se casara com um monstro, uma serpente, tal como vaticinara o oráculo de Delfos, e essa serpente aguardava apenas que a gravidez a engordasse para comê-la e ao seu filho. Psiquê fica estarecada e, aturdida, comenta em voz alta que não conhece o aspecto físico do marido, donde esta história poderia ter um fundo de verdade. Quando sentem que Psiquê foi fisgada pela intriga, as irmãs lhes contam seu plano para matar a serpente: à noite, quando o monstro adormecer, Psiquê, munida de uma lamparina e de uma faca, deverá matá-lo, separando a cabeça do corpo. Elas lhes prometem todo apoio, mas quando sentem que Psiquê está assaltada pela angústia, elas se despedem, apressando o passo no caminho de casa.

Enquanto isso, Psiquê é tomada por uma tempestade interior e sentimentos contraditórios lhe invadem a alma: em um mesmo corpo, ela ama e odeia o monstro em que se transformou o marido a quem não conhece. Porém, em meio à turbulência, se organiza para executar o plano proposto pelas irmãs.

Depois que o marido adormece, Psiquê levanta-se silenciosamente e acende a lamparina, segurando a faca com a mão direita. Ela ilumina a cama e se debruça para ver o rosto do consorte misterioso... e qual sua surpresa e admiração ao reconhecer o mais belo de todos os deuses, Eros, dormindo tranquilamente. Psiquê é tomada de grande emoção e seu primeiro movimento é voltar a faca contra si mesma, mas a faca lhe cai das mãos. Ela se aproxima e contempla, encantada, o deus do Amor e, à cabeceira da cama, avista o arco e a aljava com as flechas. Psiquê toca as armas do deus e inadvertidamente se fere em uma das flechas, apaixonando-se irremediavelmente por Eros. Enlouquecida de paixão, ela beija lascivamente aquele corpo maravilhoso e acaricia a pele sedosa e perfumada, descuidando-se da lamparina e deixando cair uma gota de óleo quente sobre o ombro de Eros que imediatamente abre os olhos e, compreendendo a situação, levanta vôo. Psiquê se agarra à sua perna direita mas não

Cadernos de **BIODANÇA**

consegue acompanhá-lo, caindo em terra. Comovido, o deus interrompe o vôo e pousa no galho de um cipreste, de onde fala à amada contando-lhe como desobedeceu à própria mãe ao apaixonar-se por ela, lembrando os seus avisos sobre perigos e a promessa que Psiquê fizera de não transgredir a proibição de ver o seu rosto. E diz-lhe: "o teu castigo será a minha ausência".

Psiquê não se conforma com sua desdita e se dirige ao rio próximo em cujas águas se joga para morrer e pôr fim a esse tormento. Mas o rio não deseja ser cúmplice na morte da esposa do deus do Amor, pois ele saberia incendiar suas águas com o fogo da paixão, e delicadamente devolve Psiquê a um barranco. Em terra, ela avista Pan, o deus da Natureza, com a ninfa Eco nos braços e pastoreando suas cabras, que a exorta a dirigir-se a Eros e conquistá-lo com delicada submissão, "pois ele é um adolescente meigo e suave".

Entretanto, antes de iniciar sua busca pelo amor perdido, Psiquê executa sua vingança contra as irmãs. Visitando-as, sucessivamente, em seus reinos, diz a cada uma que seu consorte misterioso é Eros, deus do Amor, que a expulsou por sua transgressão e, especialmente, por estar apaixonado por sua irmã (aquela a quem visita naquele momento), desejando compartilhar com ela sua riqueza. As duas irmãs caem no logro e, cada uma

a seu tempo, acreditando que o vento Zéfiro as aguarda para levar ao palácio, correm ao rochedo de onde se jogam no abismo, despedaçando-se nas rochas mais abaixo.

Consumada sua vingança, Psiquê retoma seu caminho em busca de Eros. Nesse ínterim, o deus se refugiara no castelo de Afrodite, gemendo de dor pela queimadura. A Grande Mãe se encontrava no fundo do mar, ocupada com inúmeras futilidades. Uma gaivota resolveu informar à deusa a situação de sua família, dizendo-lhe que Eros estava doente de paixão pela esposa e que não se viam possibilidades de cura para o seu mal, que toda a família da deusa sabia dos fatos e que estes já estavam na boca do povo; isso causara uma certa perda de dignidade, Afrodite perdera a boa vontade do povo, que se corrompeu. Tudo se tornara reles e vulgar... Afrodite ficou enfurecida com o relato da gaivota e retirou-se para o seu palácio dourado, dirigindo-se ao filho doente: "É essa a harmonia que existe em minha família? Tua malcriação consiste em ter desobedecido às ordens de tua mãe, aliás da tua senhora, impondo-me uma rival? E eu, que faço agora, ridicularizada por todos, onde me esconderei? Mas a vingança é um consolo e, venha de onde vier, não a desprezarei. Psiquê terá de apaixonar-se irremediavelmente por ti e por nenhum outro". Afrodite

Cadernos de **BIODANÇA**

te precipitou-se porta afora do palácio, encontrando Deméter e Hera, a quem tentou convencer da justiça de sua ira e que tentaram acalmá-la lisonjeando Eros por medo de suas flechas; irritada, Afrodite abandonou-as, retirando-se apressadamente para o mar.

Enquanto isso, Psiquê continuava sua triste peregrinação, buscando noite e dia pelo esposo. E, quanto mais desespero sentia Psiquê, tanto mais sequioso de amor ficava o ainda encolerizado Eros. Na sua caminhada, Psiquê avistou um templo no alto de uma montanha e para lá se dirigiu. Quando o alcançou, entrou e encontrou grãos e instrumentos de colheita espalhados e na mais completa desordem. Psiquê limpou e arrumou tudo com muito cuidado, pois não se deve negligenciar nenhum templo. Nesse ínterim, Deméter se aproxima e se espanta de encontrá-la ali, cuidando de suas coisas, sabendo que Afrodite a procurava exigindo vingança. Jogando-se aos pés da deusa, Psiquê lhe suplica ardentemente que tenha piedade e conceda-lhe ajuda. Mas Deméter não ousa contrariar Afrodite e, embora comovida, diz a Psiquê para sair de seu templo e contentar-se com o fato de não retê-la nem mandar segui-la.

Triste e abatida, Psiquê retoma o caminho, descendo a montanha, e avista no vale, em meio ao bosque, um santuário construído com arte. Resolveu pedir miseri-

córdia ao deus a que pertence o santuário, aproximando-se do pórtico sagrado de onde vislumbrou seu interior repleto de maravilhosos presentes e ofertas de agradecimento. Entretanto, Psiquê abraça de joelhos o altar ainda quente e suplica a Hera, a quem o santuário é dedicado, que a salve da queda e a liberte do sofrimento e do medo, se não por ela mesma, pelo filho que traz no ventre. Mas Hera, apresentando-se com toda a majestade e dignidade perante Psiquê, lhe diz que nada fará contra a vontade de Afrodite, a quem ama como a uma filha. Entremetidas, no Olimpo, a Grande Mãe parte para o céu, dirigindo-se à corte de Zeus que lhe concedeu a preciosa assistência do deus Mercúrio, ao qual pediu para anunciar pelo mundo inteiro a fuga de sua escrava Psiquê; feito isso, voltou diretamente para casa.

Desesperada com esse novo golpe contra sua felicidade e vendo malograr os esforços para encontrar seu amado, Psiquê desiste de toda esperança de salvação e tenta resolver-se travando consigo mesma o seguinte monólogo: "Que outra ajuda podes esperar, se nem pudeste contar com a boa vontade das deusas? Presa nessa armadilha, para onde caminhar ou em que escuridão queres te ocultar para fugires aos penetrantes olhares da grande Afrodite? Por que, Psiquê, não te resolves e desistes de todo e qualquer resquício de

Cadernos de BIODANÇA

esperança, entregando-se voluntariamente à tua senhora? Quem sabe não encontrarás no castelo da mãe aquele por quem tanto procuras?”

Preparando-se para uma desastrosa rendição, Psiquê se dirige ao castelo de Afrodite, sendo avistada, quando estava bem próxima, por uma escrava cujo nome é Hábito. Embora Psiquê não lhe opusesse resistência, a escrava agarrou-a pelos cabelos, arrastando-a até a presença de Afrodite que gargalhou ferozmente quando a viu. Depois de estapear e sacudir Psiquê, a deusa entregou-a às suas criadas, Inquietação e Tristeza, para que a torturassem. Executadas suas ordens, as criadas trouxeram Psiquê de volta à presença de Afrodite que espancou-a da cabeça aos pés. Em seguida, fez um grande e único monte, misturando uma grande quantidade de trigo, cevada, milho, grão-de-bico, sementes de papoula, lentilhas e favas, dizendo a Psiquê: “Parece-me que tu, criada inútil, só podes conquistar teu amante na medida que trabalhares arduamente, e de nenhum outro modo. Separa, então, esse monte por espécie de grãos, e mostra-me a tarefa cumprida até a noite”.

Vendo que a tarefa era inexecutável, Psiquê nem mesmo tentou executá-la, permanecendo imóvel, em silêncio. Mas uma formiguinha que passava por ali sentiu pena da amante do deus do Amor e,

amaldiçoando a perversidade da sogra, convocou um batalhão de formigas para que estas viessem em socorro de Psiquê: “Tende piedade, ó criaturinhas ágeis da terra, mãe de todos, tende piedade da esposa do Amor, dessa adorável menina!” Trabalhando sem cessar, as formiguinhas separaram espécie por espécie, grão por grão e, depois de arrumarem tudo em montes separados, sumiram rapidamente de vista. No início da noite, quando voltou, Afrodite encontrou o trabalho terminado e disse a Psiquê, com ódio: “Não se trata de trabalho teu, sua inútil, quem fez tudo foi ele, ao qual causaste uma desgraça e que ainda sofrerá mais por tua causa!”

Nessa noite, ignorando que estavam sob o mesmo teto, os amantes dormiram sozinhos e inquietos. Mal a aurora despontou, Afrodite chamou Psiquê e lhe disse: “Vês aquele bosque que acompanha as margens do rio? Por ali vagueiam ovelhas ferozes com o dorso coberto de flocos de lã de ouro. Creio que me trarás, custe o que custar, um pouco dessa lã assim que a encontrares”. Psiquê aceitou a ordem sem revidar mas sua intenção era jogar-se nas águas tempestuosas do rio para obter a paz depois de tanto sofrimento. Contudo, na margem do rio, um simples caniço pede-lhe para não perturbar as águas com sua morte que seria miserável, aconselhando que Psiquê aguardasse, debaixo

Cadernos de **BIODANÇA**

de um plátano, até o calor arrefecer e as ovelhas se acalmarem, para então recolher, dos galhos das árvores do bosque, os flocos de lã dourada que ficam presos. Foi assim que o caniço salvou a vida de Psiquê, ensinando-a a agir através desse ardil e ela, após cumprir cuidadosamente e à risca as instruções, pôde voltar para Afrodite com a tarefa cumprida.

Mas a deusa não se comoveu com o êxito de Psiquê e, rindo cinicamente, lhe disse: "Sei muito bem quem foi o mestre dessa ação! Mas agora vou tentar com empenho descobrir se tens de fato grande coragem e se és esperta. Vês ao longe o rochedo escorregadio da alta montanha? De lá rolam em cascata as águas que alimentam o Cocito e o Estige. Lá chegando, sobe ao rochedo e enche a jarra com as águas espumantes da fonte mais alta". E deu a Psiquê um recipiente de puro cristal liso, insultando-a o quanto pôde. Apressando o passo, Psiquê procurou chegar logo à montanha, certa de conseguir pôr fim à sua infeliz vida. Chegando ao rochedo, ficou petrificada diante da dificuldade da tarefa: além de íngreme, o rochedo era escorregadio, as águas jorravam bem no meio de uma cavidade arremesando-se no abismo, correndo através de um canal estreito e encoberto pela vegetação, das margens saíam os pescoços compridos de serpentes venenosas e

até as próprias águas se protegiam, pois eram dotadas de vozes que diziam "sai daqui!", ou "que pensas fazer? acautela-tel!", e mais ainda "foge! tu morrerás". A turbulência das águas assustou Psiquê, que teve seus sentidos adormecidos ante a imensidão dos perigos, ficando inerte. Mas aos olhos da Criação não escapou o tormento dessa alma inocente, e a águia real, a predileta de Zeus, resolveu socorrê-la em homenagem a Eros. Voando em direção a Psiquê, a águia tomou a jarra de cristal em suas garras, usando as asas fortes para passar entre os dentes e as línguas das serpentes. As águas estiveram de acordo, visto que a ave lhes disse que cumpria ordens de Afrodite e estava a seu serviço. Isso facilitou a tarefa e foi assim que Psiquê pôde retornar ao castelo com a jarra de cristal cheia do precioso líquido.

Também desta vez a raiva de Afrodite não aplacou e, com um sorriso sinistro, a deusa deu-lhe outra tarefa: "Pega esta calxinha! Desce até o Inferno e dize a Perséfone que eu lhe peço um pouquinho da beleza imortal, pois a que dispunha gastei cuidando do meu filho doente". Foi então que Psiquê compreendeu que seu fim estava próximo. E, sem mais delongas, dirigiu-se a uma torre muito alta, a fim de precipitar-se lá de cima, pensando ser este o caminho mais curto para chegar ao inferno.

Cadernos de **BIODANÇA**

Mas a torre, de repente, resolveu falar, dizendo: "Por que, pobre infeliz, queres te matar constantemente? E por que recuas ante essa prova derradeira e diante desse novo perigo? Ouve-me, por favor. Não muito longe daqui fica a entrada do Inferno e através de portões sonolentos verás o caminho sem caminho ao qual terás de te entregar. Contudo, não te deves aventurar nessas regiões de trevas sem levar nas mãos dois pedaços de bolo adoçado com hidromel, e na boca duas moedas. Quando já tiveres percorrido parte do caminho, verás um asno coxo que puxa uma carrocinha de lenha conduzida por um condutor também coxo. Ele te pedirá ajuda mas prosseguir teu caminho sem lhe responderes nada. Logo chegarás ao rio da morte. Serás abordada por Caronte, que te proporá a travessia do rio infernal em seu barco e ao qual pagarás com uma das moedas que ele mesmo pegará. Quando estiveres em meio à travessia, um velho erguerá do fundo das águas as mãos podres e implorará para que o puxes para bordo; não te deixes levar, porém, pela piedade ilícita. Do outro lado do rio, depois que tiveres andado parte do caminho, encontrarás umas velhas fiandeiras que te pedirão ajuda, mas não deves atendê-las pois não tens permissão para tocá-las. Tudo isso te aguarda e muito mais, e tudo são instruções de Afrodite para que deixes cair os bolos que

levas nas mãos, pois um enorme cão monta guarda no sombrio átrio do Inferno e com um dos bolos passarás com facilidade, chegando diretamente até Perséfone. Serás recebida pela rainha dos Infernos com toda a gentileza, mas não aceites seu convite para sentar e partilhar de um lauto banquete; senta-te no chão e pedes apenas um pedaço de pão preto. Dize em seguida porque a procuraste e, depois de receber de Perséfone o que foste buscar, compra tua saída com o outro bolo, entregando-o ao cão de guarda. Dá ao barqueiro a moeda que guardaste e, depois que tiveres atravessado o rio regressando ao lugar de origem, voltarás acompanhada pelo coro dos astros. Mas em nenhuma hipótese deves abrir nem olhar para o conteúdo misterioso da beleza imortal contido na caixinha".

Desta forma, a torre deu a Psiquê o presente de sua clarividência. Sem demora, Psiquê pôs-se a caminho, cumprindo corretamente as instruções e regressando do mundo das trevas incólume. Já em plena luz, com pressa de terminar logo a execução da tarefa, seu espírito foi, no entanto, assaltado por grande curiosidade. E, então, disse a si mesma: "Sou uma tola mensageira que carrega a beleza imortal e nem sequer peguei um pouquinho para mim a fim de conquistar meu lindíssimo amante". E, ao dizer isso, abriu a caixinha. Mas esta continha o sono estígio

Cadernos de **BIODANÇA**

que, espalhando-se por toda a volta, se apoderou de todos os membros de Psiquê, prostrando-a no meio do caminho, imóvel como se estivesse morta.

Contudo, Eros, já curado do ferimento e louco de saudades de sua Psiquê, escapuliu pela janela do quarto que lhe servia de cárcere e, num vôo rápido, aproximou-se nervoso de Psiquê. Cuidadosamente colocou o sono letárgico de volta à caixinha e despertou a adormecida esposa com um leve toque da ponta de uma de suas flechas, dizendo-lhe: "Vê aonde tua curiosidade quase te levou? No entanto, cumpre a missão que minha mãe te incumbiu com toda a tranqüilidade e deixa o resto por minha conta". Com essas palavras, Eros entregou a Psiquê a caixinha com o presente de Perséfone para Afrodite e levantou vôo com um movimento ágil de suas asas.

Apaixonado como nunca por Psiquê, Eros teme, contudo, a ira materna e se dirige a Zeus, no Olimpo, expondo sua causa e pedindo-lhe para ser seu advogado, ao que Zeus responde: "Tu, Senhor Filho, nunca me homenageaste com a honra que todos os deuses me conferem, ferindo bastante este peito no qual são organizadas as leis dos elementos e a evolução dos astros; mas, levando em conta minha ternura e pelo fato de ter-te criado com minhas próprias mãos, te concederei tudo que pediste". Tendo falado, Zeus ordenou a Mer-

cúrio que convocasse todos os deuses para uma assembléia, onde fez a seguinte exposição: "Deuses, conheceis de fato este jovem que eu mesmo eduquei; julgo que convém refrear para sempre as suas desregradas paixões, é chegado o momento de tirar-lhe todas as oportunidades de praticar a luxúria e aprisionar-lhe o temperamento lascivo nos laços do hime-neu. Ele escolheu uma donzela e roubou-lhe a virgindade; que fique com ela, que ela o conserve para sempre e que ele tenha Psiquê em seus braços por toda a eternidade".

E, virando-se para Afrodite, disse-lhe: "Quanto a ti, filha, não te perturbes com nada e não temas este casamento celebrado entre um deus e uma mortal. Farei com que tenham um casamento legítimo." E ordenou a Mercúrio que raptasse Psiquê da terra e a conduzisse ao Olimpo, indo-lhe ao encontro com uma taça de ambrosia, a bebida dos imortais, dizendo-lhe: "Bebe, Psiquê, e sê imortal. Eros jamais abandonará os teus braços, porquanto vosso casamento será perfeito".

Dessa forma, Eros casou-se com Psiquê segundo o ritual do Olimpo. No momento apropriado, nasceu-lhes uma filha, à qual chamaram Harmonia ou Volúpia.

...aumenta um ponto.

(continua no próximo número)

EL PAPEL DEL RITMO EN LA FLUIDEZ

Mónica Turco

Monografía para Titulación
Escuela Venezolana de Biodanza

(continuação do número anterior - última parte)

8. El Proceso del ritmo en las aulas de Biodanza

SEASHORE ve en los aspectos cognitivo-motor la habilidad de la influencia de la memoria kinestésica o capacidad de captar y retener una sucesión de acciones musculares durante un cierto periodo de tiempo, para poder a continuación de esta sucesión de acciones, compararle a una segunda sucesión. (Citado por PAOLETTI, 1979, p. 2).

Podemos ser engañados por la memoria cinestésica de un alumno que parece tener ritmo. Si observarnos bien sus movimientos en músicas diversas, con ritmos parecidos pero con tiempos diferentes, advertiremos que sus movimientos son completamente iguales al del resto de las músicas. Por ejemplo: los movimientos pélvicos de una lambada, serán los mismos del mambo y de las danzas sensuales,

solo que variando ligeramente la velocidad del movimiento. Si nosotros danzamos junto con ellos, será difícil crear variaciones en el movimiento, pues inmediatamente salen del ritmo. Este tipo de persona, es aquella con la cual no alcanzamos entrar en un juego rítmico pues trataran de dirigir el movimiento, perdiéndose la pulsación y por consiguiente, la fluidez.

La memoria cinestésica nos puede llevar a pensar que un alumno es armónico y fluido porque logra hacer perfectamente los movimientos básicos de fluidez y aparentemente logra con facilidad una eutonia de dedo, pero, observemos los cambios de direcciones, la facilidad de crear nuevos movimientos, hagámoslo junto a el y percibiremos, sin dudas, sus dificultades.

Cadernos de BIODANÇA

Podemos ver la pulsación rítmica en un grupo de fluidez y diferenciación quien nos ha estado engañando, pues veremos invasión, rigidez, parejas inseparables. Si no podemos proponer un grupo de fluidez porque inmediatamente se vuelve compacto, inatravesable, podemos pensar:

- hoy ellos lo que querían era tocarse, pues en otras oportunidades han logrado fluir.

- durante este periodo no han logrado hacer algún grupo de fluidez. Será que he estado trabajando poco la fluidez y he estimulado mucho la sexualidad ?

En realidad un grupo es fluido aunque se trabaje más sobre una línea, puesto que todos los ejercicios tienen la pulsación de las 5 líneas juntas, todos trabajan ritmo, en todos necesitamos de fluidez para lograrlos, en todos necesitamos contacto con nosotros y con el universo. No importa entonces nuestras tendencias en la línea a ser trabajada, ya que si las personas están pulsando con la propia vida, a la hora de proponer una vivencia de fluidez la lograrán.

Es importante observar nuestras tendencias en lo que respecta a trabajar más sobre una línea que en las otras, porque la insistencia a vivencias de una sola línea, representaría una dificultad nuestra en relación a las otras o por el contrario, en relación a la que se esta

haciendo insistencia. Supone entonces, una dificultad que estaremos emitiendo y que nuestros alumnos recibirán. Son el reflejo de nosotros. Se requiere de una identidad bien estructurada no ser influenciado por un profesor y a pesar de esto siempre nuestros alumnos llevan elementos que damos, pues las ondas se propagan, se instauran y se emiten progresivamente

Podemos aprender movimientos y memorizarlos, podemos aprender un tipo de ritmo y repetirlo, podemos memorizar los movimientos que son realizados en ese tipo de ritmo. Quien posee una excelente memoria cinestésica logrará engañarnos al realizar movimientos rítmicos y aparentemente armónicos.

Reflexionando un poco sobre nuestra actitud como alumnos, encontraremos que en muchas oportunidades no logramos hacer una eutonia de dedos y no podemos culpar solo a nuestro compañero, pues es absolutamente normal que no lo logremos fluir con todos, ya que hay pulsaciones diversas en cada uno de nosotros. Esto no quiere decir que no entrar en sintonía sea por falta de pulsaciones óptimas. Estamos llenos de diferencias, de contrastes, y si estos contrastes no existen entre dos personas, si los dos quieren ser dirigidos o dirigir, la pulsación no se dará aunque las buenas intenciones y el cariño existan.

Cadernos de BIODANÇA

Los ejercicios que la Biodanza propone consisten todos en la pulsación de la comunicación clara y directa, del dar y recibir, del sentir al otro para seguidamente mostrarse. Son la pulsación incesante. Son puro ritmo, pura fluidez.

9. El profesor de Biodanza

El profesor de Biodanza debe tener una conexión y un conocimiento profundo de sí mismo para poder percibir sus cambios, reconocerlos y aceptarlos, para así fluir en la pulsación de la comunicación que le da el grupo que conduce, para poder fluir en su propia vida. Es necesario saber si se está siendo flexible o no; todos tenemos algunos periodos en donde colocamos resistencias y, si logramos identificar estos momentos, no estaremos sin dudas, imponiendo nuestro ritmo; pues si nos sintonizamos, si dejando de contener nuestro estado, conseguiremos seguramente, hallar el camino de la clase en ese día, pudiendo así conducirlo o respetarlo.

Sin dudas que la percepción de sí y el equilibrio interno no se logran exclusivamente partiendo de la introspección de sí mismos; podemos seguramente, partiendo del pulso de los otros, conectarnos, llevándonos así, a la interiorización. Siempre que apartemos a un lado la postura inflexible de sentirse equilibrado los 365 días del año, o por el contrario, percibirse incapacitado de abandonar su estado, dejare-

mos contención y una centralización sobre sí mismo únicamente.

Aceptarse no quiere decir limitar la vida a lo que conocemos que somos: "Yo soy así y punto!" es una postura inflexible ante las posibilidades de vida.

Hacer Biodanza es estar presentes y esto significa cambios en nuestro ritmo, estos cambios de ritmo no son mas que alteraciones en el estado de ánimo producido por la pulsación de nuestro organismo, por la pulsación de todos los seres vivientes en el universo. Contener o forzar el cambio podría impedir el bienestar; en reconocer y aceptar esta la clave de nuestra fluidez, aceptarse y abandonarse al aquí y ahora es fluir en el pulso vital del ritmo universal.

Rolando Toro en las aulas de las escuelas de Biodanza, habla sobre la importancia de que el profesor de Biodanza cambie su vida, se dedique totalmente a ser profesor. Sin dudas, que el profesor de Biodanza debe tener una vida orgánica, logrando satisfacer sus necesidades. Debe transmitir pulsaciones de vida, de autenticidad. Si bien no dediquemos nuestra vida a ejercer únicamente el trabajo como conductores de Biodanza, es importante, entonces, conducir nuestra vida hacia la expresión de la totalidad de nuestro ser. Tenemos ya bastante con la separación de cuerpo-mente, como para separar nuestra vida del trabajo como facilitadores de Biodanza; sería incongruente.

"Observemos un grupo de bambúes. Hay pequeños, jóvenes y ancianos, conviviendo en armonía y unidad. Como una gran familia, comparten lo que tienen y conservan su serena individualidad".

Maw Chyuan Wang

10. La importancia del ritmo en la estructuración de las aulas

Todos los ejercicios de Biodanza trabajan el ritmo.

Siendo el ritmo el pulso vital, no podemos trabajarlo de forma sistematizada, no podemos imponerlo, pues solo la conducción de la propia vida será quien determine las capacidades rítmicas de cada uno, hasta en los incapacitados motores en el retardo mental, en las dificultades auditivas, la motivación por la vida mejora las condiciones de movimiento, la elasticidad, el tono y el ritmo.

Sin dudas que facilitar el ritmo es un objetivo importante en la estructuración de cada aula, para conducir y lograr los próximos objetivos que nos hemos propuesto para el transcurso del aula.

La armonización rítmica que dan los ejercicios básicos de vitalidad en un grupo, es de gran importancia. El caminar fisiológico, el caminar a dos, las sincronizaciones rítmicas a dos, las danzas melódicas, las variaciones rítmicas, el salto sinérgico, los juegos rítmicos y las danzas creativas rítmicas, son fundamentales para armonizar e inte-

grar al grupo rítmicamente, ya que el primer paso para la integración de las personas se da fundamentalmente a nivel rítmico.

Tomando como ejemplo simple una sala de baile y observando el movimiento rítmico que hay entre las personas, podremos ver que quienes están en sintonía rítmica logran levantar los ojos para intercambiar una mirada y seguidamente una sonrisa. Cuando entramos en sintonía somos capaces de conocer personas que nos gusten, de hacer amistades, de pasar un día divertido. Una persona arrítmica, por ejemplo, será aquel que llegará al lado de una mujer en el momento menos oportuno, diciendo palabras fuera de lugar, y pasará por tonto o invasor. En una discoteca, por ejemplo, podemos ver al "solitario" danzando en su propio ritmo, que en muchos de los casos no es ni el de la música, sin tener ninguna vinculación rítmica con el resto de las personas que están danzando en la pista, se queda solo entre las doscientas personas que lo rodean.

Es importante, entonces, en nuestras aulas armonizar a los participantes rítmicamente. Tanto para quien presenta o no dificultades, los ejercicios rítmicos serán una ayuda para reorganizarse, armonizarse e integrarse. Muchas veces llegamos a la aula de Biodanza con el ritmo determinado por la sucesión de los acontecimientos de nuestro día; integrar el grupo a una pulsación rítmica, consiguien-

Cadernos de **BIODANÇA**

do así la conexión real entre los participantes, es básico para lograr la propuesta del día.

En el caso de los grupos de iniciantes, la jerarquización de los ejercicios rítmicos es importante y en los grupos iniciantes con algunos participantes con dificultades rítmicas, es fundamental.

Cuando tenemos un grupo en donde diversos participantes presentan problemas en la ejecución rítmica, tenemos que pensar en colocar, por orden de dificultad cada una de las vivencias de vitalidad que trabajen específicamente sobre el ritmo; de igual forma con respecto a la jerarquización de las músicas, ya que aquellas mas simples ayudarán a la ejecución de cada ejercicio inicialmente y podemos, de acuerdo a las necesidades del grupo, aumentar progresivamente la complejidad rítmica de las músicas. Hacer repetidas veces, por ejemplo, el caminar fisiológico durante cierto periodo, da la oportunidad de manejar la idea fundamental de este caminar, se va haciendo mas fácil la conexión con si mismo, la percepción del cuerpo sintiéndose progresivamente gratificado. La ansiedad que tenemos los facilitadores de cambiar el ejercicio, ya sea porque estamos cansados de la música, de esa vivencia o por temor de que sea tedioso para el grupo, es una dificultad nuestra. El trabajo de Biodanza es de reeducación, y aprender implica practicar. Si lo hacemos con los ejerci-

cios de contacto, por qué no con los demás.

No podemos, por ejemplo, en un grupo con dificultades rítmicas, dar por primera vez toda la secuencia de las variaciones rítmicas. Es mucho mas fácil y recompensante para el alumno en una aula hacer uno y lograrlo, en la próxima, repetirlo añadiendo alguna variación y así, en las sucesivas, ir progresando en dificultad.

En cambio, si tenemos un grupo en el cual tan solo algunos participantes presentan dificultades en el ritmo, podríamos pensar en colocar vivencias mas simples para que ellos puedan lograrlas; lo cual no seria perjudicial para el resto de los alumnos, puesto que es una forma de integración y armonización. Si bien podemos pensar en una secuencia progresiva, el propio grupo, con su alegría, con las posibilidades de compartir con diversos compañeros, son un estímulo de liberación de la expresión, por lo que poco a poco será mas fácil la integración rítmica.

En un principio pensaba que los ejercicios iniciales de biodanza eran los que realmente nos llevaban a la estructuración del ritmo y, por consiguiente, a obtener la fluidez; pero si bien ayudan y favorecen la fluidez, lo que necesitamos principalmente para llegar a ella, es el ritmo del pulso de nuestra vida, del pulso de nuestra capacidad de dar y recibir, de estar o no estar presentes, de vivir o no vivir.

11. Conclusiones

La motivación por la vida, la alegría que se manifiesta en el grupo, la expresión del propio movimiento, el placer de sentirse aquí y ahora, el coraje de ser uno mismo, la osadía de elegir, el impulso de lanzarse a vivir, son los estímulos principales y fundamentales para la estructuración del ritmo y por consiguiente de la fluidez.

Sin dudas que no podemos escapar de todo este mecanismo de destrucción, porque vivimos aquí y continuaremos viviendo. Los seres humanos tenemos la capacidad de transformar; logramos transformar la naturaleza en objetos útiles y también inútiles, en sustancias benígnas o nocivas, somos capaces de cambiar el curso de las aguas, aunque sea por un lapso de tiempo. Somos capaces de transformar. Lo importante es entonces, buscar la preservación de nuestra vida y de los seres que amamos, tratando de vivir cada vez mas en unión con nuestras necesidades primordiales, luchar por ser individuos cada vez mas auténticos y de esta forma emitiremos ondas cada vez mas armónicas para así cambiar poco a poco las ondas que nos rodean.

Ser nosotros mismos quiere decir estar conectados con los ritmos universales, con los flujos orgánicos universales.

Nuestro corazón pulsa en un ritmo, nuestra sangre corre fluidamente al ritmo de nuestro corazón.

A partir de los ritmos de nuestra respiración, surge una voz melódica, increíble, dulce y fluida.

Cuando una persona se mueve de forma integrada, está comunicando al mundo con su ritmo y fluidez, su propia música, y nosotros receptores podremos danzarla a su compás, enriqueciéndola, transformándola, compartiéndola e infinitas cosas mas.

12. Bibliografía

- BANDEIRA SANTOS, J., Manual de fisiología, vol I-II. Salvador (Ba, Brasil): Centro Editorial Didático da Universidade Federal da Bahia, 1987.
- DEFONTAINE, J., Manual de reeducación psicomotriz (tercer año del programa de estudios). Barcelona: Editorial Médica y Técnica S.A., 1982.
- DANIELOU, A., Semmantique Musical - essai de psychophysologie auditive. Paris: Herman, 1978.
- FRAISSE, P., Psicología del Ritmo. Madrid: Ediciones Morata S.A., 1976.
- FREGTMAN, C., O Tao da Música. São Paulo: Editoria Pensamento, 1986.
- GARZANTI, La Nuova Enciclopedia della musica Garzanti. Milano (Italia): Garzanti Editori s.p.a., 1992.
- HALPERN, S., Som Saúde. Rio de Janeiro: Editorial TEKBOX., 1985.
- IDLA, E., Movimiento y Ritmo. Juego y Recreación. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica, S.A., 1982.
- LAPIERRE-ACOUTINIER, Asociaciones de contrastes. Estructuras y Ritmos. Barcelona: Editorial Científico-Médica, 1977.
- PAOLETTI-PORTMANN, Motricidad. Aproximacion y psicofisiología. Barcelona: Editorial Científico-Médica, 1979.
- VAYER, P., El dialogo corporal. Barcelona: Editorial Científico-Médica, 1977.
- WISNIK, J.M., O som e o sentido (uma outra história das músicas). São Paulo: Editora Schwarzc Ltda., 1989.

BIOGRAFIAS:

Henri Atlan

Médico e biólogo, nascido em 1931, é professor de Biofísica na Universidade de Paris VI e na Universidade Hebraica de Jerusalém. Para ele, as velhas oposições do vitalismo e do mecanicismo, da vida e da matéria, do natural e do artificial, devem cair: na ordem da criação o ser vivo não goza de nenhum privilégio ontológico, mas se caracteriza somente por uma lógica, a lógica dos "sistemas auto-organizadores", aquela das máquinas que aproveitam, se enriquecem e "vivem" do que deveria perturbá-las e destruí-las: o "ruído". A maneira pela qual Atlan concebe o ser vivo, na encruzilhada da Biologia e da Cibernética, teve, em termos de modelo, uma grande importância na formação da corrente sistêmica.

A obra de Atlan, que abrange vários domínios científicos – Biologia Celular, Biofísica e Informática (ou Inteligência Artificial) –, tem sua unidade na busca de uma teoria da complexidade. Os seus múltiplos trabalhos lhe valeram fama internacional, e a sua teoria da "auto-organização do ser vivo" o fez conhecido do grande público. O seu princípio do *acaso organi-*

zador, vulgarizado com o nome de "ordem pelo ruído", suscita profundas reflexões em diversas disciplinas.

Frases:

"É certo que a ciência evoluiu de uma tal maneira que, aos poucos, ela se afastou do mundo vivido. Não é de surpreender, pois ela se desenvolveu sobre a base de uma investigação experimental, cujo campo de aplicação se define como objetivo, ou seja, avesso à subjetividade. Na medida em que nosso cotidiano é pleno de subjetividade, não é de espantar que o nosso saber científico soe falso frente a ele. Em uma época científica mais ingênua, pensou-se que a subjetividade pertencia ao domínio da ilusão, que era preciso rejeitá-la, e que somente o saber objetivo era verdadeiro. Hoje se sabe bem que isso é falso. Essa subjetividade não é uma ilusão, é uma outra parte do real, não menos importante".⁽²⁾

(...)

"O fundamento da objetividade científica é a submissão a protocolos que são ao mesmo tempo experimentais e teóricos. Ou seja, obedecemos a regras na maneira de fazer experiências, assim como na maneira de raciocinar. Isto posto, não é o caso de confrontar a experiência subjetiva com a objetividade científica, mas de precisar os limites dos domínios de legitimidade de uma e de outra, tomando uma certa distância cada vez que nos arriscamos

Cadernos de BIODANÇA

a cair na armadilha do dogmatismo, na qual corremos o risco de cair tanto extrapolando ao infinito o subjetivismo quanto a objetividade científica".⁽²⁾

(...)

"Atualmente, a Biologia é incapaz de responder de maneira precisa a essa interrogação, ou seja, não sabemos exatamente como os genes carregados pelo conjunto dos ADN determinam o conjunto de características, tanto de nosso corpo como de nosso comportamento. Alguns caracteres dependem da ativação de vários genes. Ora, a presença de um gene não basta para determinar um caráter, ainda que esse gene seja manifesto. O sistema de controle e regulação da expressão dos genes coloca problemas dos mais difíceis e mais apaixonantes da Biologia, pois esse sistema de regulação não se limita aos genes e implica interações complexas com componentes do citoplasma celular de origem materna, e estimulações espaciais e temporais do meio ambiente".⁽²⁾

(...)

"... a morte do sistema faz parte da vida, não apenas sob a forma de uma potencialidade dialética, mas como uma parte intrínseca de seu funcionamento e sua evolução: sem perturbações ao acaso, sem desorganização, não há reorganização adaptativa ao novo; sem um processo de morte controlada, não há processo de vida".⁽¹⁾

Bibliografia:

ATLAN, H. - *L'Organisation Biologique et la Théorie de l'Information*. Paris: Hermann, 1972.

ATLAN, H. - *A Tort et à Raison. Inter-critique de la Science et du Mythe*. Paris: Le Seuil, 1986.

ATLAN, H. - *Tout, Non, Peut-être. Éducation et Vérité*. Paris: Le Seuil, 1991.

Em Português:

ATLAN, H. - Consciência e Desejos em Sistemas Auto-organizadores. In: MORIN, E., PIATELLI-PALMARINI, M. (eds.). *A Unidade do Homem*. v.2: *O cérebro humano e seus universais*. São Paulo: Cultrix/EDUSP, 1978. p. 176-193.

ATLAN, H. - O Princípio da Ordem a Partir do Ruído, o Aprendizado não-dirigido e o Sonho. In: MORIN, E., PIATELLI-PALMARINI, M. (eds.). *A Unidade do Homem*. v.2: *O cérebro humano e seus universais*. São Paulo: Cultrix/EDUSP, 1978. p. 199-204.

ATLAN, H. - O Homem: Sistema Aberto. In: MORIN, E., PIATELLI-PALMARINI, M. (eds.). *A Unidade do Homem*. v.3: *Para uma antropologia fundamental*. São Paulo: Cultrix/EDUSP, 1978. p. 13-16.

ATLAN, H. - As finalidades Inconscientes. In: THOMPSON, W. I. (org.). *Gaia: Uma Teoria do Conhecimento*. São Paulo: Gaia, 1990. p. 103-119.

ATLAN, H. - *Entre o cristal e a fumaça*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1992.

Referências:

1. ATLAN, H. - *Entre o cristal e a fumaça*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1992.
2. PESSIS-PASTERNAK, G. - *Do Caos à Inteligência Artificial: quando os cientistas se interrogam*. São Paulo: Ed. UNESP, 1993.

Cadernos de **BIODANÇA**

E V E N T O S:

Aconteceu:

6º Congresso Latino Americano de Biodança, Águas de Lindóia, SP, de 09~13 de agosto de 1995.

IX Encontro Nordestino de Biodança, Fortaleza/Caucaia, CE, de 07~10 de setembro de 1995.

4º Encontro da Regional I e

1º Encuentro Uruguayo de Biodanza, Minas - Lavalleja, Uruguai, 10~12 de novembro de 1995.

Tema: "10 Años de Biodanza en el Uruguay"

I Encontro Municipal de Biodança, Porto Alegre, RS, 30.07.95

Acontecerá:

III Congresso Internacional de Biodança, Águas de Lindóia, SP, de 14~18 de agosto de 1996.

Informações: EGB/POA, fone (051) 221 2853.

Secretaria Geral, fone/fax (0247) 62 1464.

5º Encontro da Regional I, Praia de Mariluz-Imbé, RS, de 08~10 de novembro de 1996.

Tema: "Construindo Paz".

Informações: EGB/POA, fone (051) 221 2853.

Biodanza en Machu Picchu, del 5 al 13 de Julio de 1996.

Tema: "Trascendencia en el mundo sagrado de los Incas".

Informações: Escuela Peruana de Blodanza

Av. 28 de Julio 660 - 20, Lima 18 - PERU

Telef. 4459106 - Fax 0051-1-4464956

Cadernos de BIODANÇA

Amando las cosas próximas

Las cosas próximas me sonríen

en el viento poblado de besos.

Amando aquello que está más próximo

llegas a amar lo más lejano.

Acariciando las arenas

abarcas toda la tierra, sus rocas,

sus vendimias.

Mordiendo el rayo de sol

devoras el cuerpo de tu amor ausente.

Te nutres de lejanía

bebiendo aguas que te beben.

Leyendo nuestra historia

en el capullo de una rosa

describes todos los amores.

Necesito esa historia de jardines

sobre mi pecho

como un muerto

henchido de semillas

para ascender desde la oscuridad.

Rolando Toro

Cadernos de BIODANÇA

C a o s mos

*No Início
era o Fim...*

*Porque todo fim
é um princípio.*

*Eu já estava lá, como estou aqui
Eu não estava lá, como não estou aqui
Eu era nós-tudo
e tudo era eu-nós...*

*Porque s o u - mos
o existir
e o nada,*

*S o u -mos
o nexo
do Complexo.*

Feliciano Flores, 30.07.95



*Caminante, son tus huellas
el camino, y nada más;
caminante, no hay camino,
se hace camino al andar.
Al andar se hace camino,
y al volver la vista atrás
se ve la senda que nunca
se ha de volver a pisar.
Caminante, no hay camino,
sino estelas en la mar.*

Antonio Machado (1875~1939)

Cadernos de **BIODANÇA**

Cadernos de BIODANÇA

La Bergamota

*La bergamota estalla entre mis dientes
Néctar y júbilo salvaje
Bergamota de tus labios
Bergamota del cielo.*

Rolando Toro



*Te ofereço flores
com suas cores.
É chegado o tempo
do maduro fruto
com gosto de vida.
 Te ofereço a nova lua
 que no céu aparece
 toda nua.
Te ofereço o sol
e me ofereço flores
de todas as cores.*

Ivone Laurent, 30.05.93



SISTEMA ROLANDO TORO